
KONSELING REALITA DALAM MENGATASI KECANDUAN JUDI ONLINE PADA WARGA BINAAN DI LEMBAGA PEMASYARAKATAN KELAS II B BONDOWOSO

Fina Alfiatul Masruroh, Mohamat Hadori, As'ad

alfiaautsman@gmail.com, hadorimohamat@gmail.ugm.ac.id, murya6belas@gmail.com
Fakultas Dakwah Dan Ushuluddin Universitas Ibrahimy Sukorejo Situbondo

Abstrak

Perkembangan teknologi digital telah meningkatkan prevalensi perjudian daring yang berpotensi menimbulkan kecanduan perilaku, ditandai oleh hilangnya kontrol diri, dorongan kompulsif, dan disfungsi sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan konseling realita dalam mengatasi kecanduan judi online pada warga binaan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Bondowoso. Penelitian ini menggunakan desain penelitian tindakan dengan satu subjek warga binaan berusia 29 tahun. Intervensi dilaksanakan dalam empat sesi konseling selama empat minggu. Evaluasi dilakukan melalui observasi perilaku, wawancara terstruktur, dan refleksi diri konseli. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kesadaran tanggung jawab personal dan penurunan dorongan berjudi, meskipun perubahan masih bersifat individual dan kontekstual. Temuan ini menunjukkan bahwa konseling realitas berbasis wants, doing, evaluation and planning berpotensi menjadi alternatif intervensi psikologis dalam program pembinaan, namun memerlukan pengujian lebih lanjut melalui studi dengan subjek yang lebih luas.

Kata Kunci: konseling realita, kecanduan judi online, warga binaan

Abstract

The development of digital technology has increased the prevalence of online gambling, which has the potential to lead to behavioral addiction, characterized by loss of self-control, compulsive urges, and social dysfunction. The purpose of this study is to describe reality counseling in addressing online gambling addiction among inmates at the Class IIB Bondowoso Penitentiary. This study used an action research design with one 29-year-old inmate as the subject. The intervention was implemented in four counseling sessions over four weeks. Evaluation was conducted through behavioral observation, structured interviews, and client self-reflection. The results showed an increase in awareness of personal responsibility and a decrease in the urge to gamble, although changes remained individual and contextual. These findings suggest that reality counseling based on wants, doing, evaluation, and planning has the potential to be an alternative psychological intervention in correctional programs, but requires further testing through studies with a broader subject group.

Keywords: reality counseling, online gambling addiction, inmates

Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital telah meningkatkan akses masyarakat terhadap perjudian daring (judi online) yang berpotensi menimbulkan kecanduan perilaku (*behavioral addiction*), ditandai oleh hilangnya kontrol diri, dorongan kompulsif, dan gangguan fungsi sosial. Fenomena ini menjadi persoalan serius karena tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga memicu masalah sosial dan hukum yang berujung pada keterlibatan pelaku dalam sistem pemasyarakatan.

Judi *online* merupakan taruhan yang menggunakan uang sebagai bahan taruhannya yang dioperasikan melalui perantara media elektronik dengan diakses internet sebagai perantara agar judi *online* dapat dioperasikan.¹ Dampak yang ditimbulkan dari kecanduan judi *online* ini tidak hanya berdampak pada nilai sosial, nilai vital dan nilai kerohanian yang sangat berpengaruh dalam kehidupan.²

Selain berdampak dalam segi sosial dan nilai kehidupan lainnya, judi *online* juga berdampak pada segi ekonomi dan psikologis yang terjadi pada penggunaannya seperti turunnya kondisi ekonomi dalam suatu keluarga serta menimbulkan stres, kecemasan, susah tidur dan depresi.³

Dalam konteks sistem pemasyarakatan yang menekankan rehabilitasi dan reintegrasi sosial, intervensi berbasis konseling menjadi kebutuhan mendesak untuk memulihkan fungsi psikososial warga binaan.

Lembaga Pemasyarakatan (Lapas) adalah salah satu komponen penting yang berada pada sistem yang bergerak pada peradilan pidana Indonesia yang memiliki fungsi menjalankan fungsi pemasyarakatan bagi narapidana. Lapas berfungsi tidak hanya digunakan untuk menjaga dan mengawasi para pelanggar hukum, tetapi juga untuk mendidik dan merehabilitasi mereka agar dapat menjadi anggota masyarakat yang positif dan produktif setelah masa hukuman berakhir yang biasa dikenal dengan sistem pemasyarakatan.⁴

Salah satu pendekatan yang relevan adalah konseling realitas yang berlandaskan *choice theory*, yang memandang individu sebagai agen aktif yang bertanggung jawab atas pilihannya.⁵ Model WDEP (*Wants, Doing, Evaluation, Planning*) membantu konseli mengidentifikasi kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi, mengevaluasi perilaku adiktif yang sedang berlangsung, serta merancang perubahan perilaku yang realistis dan terukur.⁶ Pendekatan ini sesuai untuk kasus kecanduan karena menekankan kesadaran diri, tanggung jawab personal, dan perencanaan perilaku adaptif.⁷

Penelitian ini dilaksanakan di Lembaga Pemasyarakatan Kelas IIB Bondowoso dengan subjek seorang warga binaan berusia 29 tahun yang terjerat kasus judi online. Metode yang digunakan adalah penelitian tindakan (*action research*) dengan prosedur intervensi berupa konseling realitas selama empat sesi. Indikator keberhasilan meliputi penurunan dorongan berjudi, peningkatan

¹ Safira Mustaqilla, Siti Sarah, Eva Zahara Salsabila, Aina Fadhillah, "Analisis Maraknya Warga Miskin yang Kecanduan Judi Online di Indonesia", *Glossary : Jurnal Ekonomi Syariah*, Vol. 01, No. 02, (Desember, 2023), 144.

² Suprihartoyo, Djuminah dan Esti Dwi Wardayati, *Ilmu Pengetahuan Sosial I : untuk SMP dan MTs Kelas VII*, (Jakarta : Pusat Perbukuan, Departemen Pendidikan Nasional, 2009).

³ Andika, R. A. V., *Pengaruh Faktor Budaya dan Faktor Sosial Terhadap Keputusan Pembelian (Studi pada Konsumen Produk Kerudung Rabbani Di Kecamatan Jombang)* Doctoral Dissertation, STIE PGRI DEWANTARA.

⁴ Moh. Iqbal Mi'roza, *Optimalisasi Kontrol Keliling dengan Penggunaan Barcode Pada Area Blok Hunian, Pos Menara dan Area Brandgang*, (Rancangan Aktualisasi, 2024), 4.

⁵ William Glasser, *Reality Therapy: A New Approach to Psychiatry*, New York: Harper & Row, 1965.

⁶ William Glasser, *Counseling with Choice Theory: The New Reality Therapy*, New York: HarperCollins, 2000.

⁷ Robert E. Wubbolding, *Reality Therapy for the 21st Century*, New York: Routledge, 2011.

tanggung jawab personal, dan kemampuan menyusun rencana hidup yang lebih konstruktif.

Berdasarkan urgensi tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi konseling realitas dalam menangani kecanduan judi online pada warga binaan sebagai kontribusi terhadap pengembangan layanan konseling di lembaga pemasyarakatan.

Metode Penelitian

Dalam penyusunan penelitian ini, pendekatan yang digunakan adalah dengan menggunakan metode kualitatif. Bogdan dan Taylor mengatakan di dalam buku yang berjudul “Metode Penelitian Kualitatif” karya Dr. H. Zuchri Abdussamad bahwa “Penelitian kualitatif adalah sebuah prosedur penelitian yang menghasilkan sebuah data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau keterangan dari seseorang dan perilaku yang dianalisis. Penelitian kualitatif ini, mengarah pada latar individu secara *holistic*.⁸

Jenis penelitian yang digunakan peneliti yaitu dengan jenis penelitian *Action Research* (penelitian tindakan). Menurut Semiawan, penelitian tindakan adalah suatu rangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan dengan terjun langsung atau terlibat langsung, bukan hanya menjadi penonton.⁹

Menurut Coghlan and Brannick berpendapat pula bahwa penelitian tindakan yaitu proses demokratis dan partisipatorik yang menyangkut pengembangan pengetahuan praktis dengan tujuan untuk mencari nilai yang bermanfaat demi kemaslahatan kehidupan.

Menurut Kemmis dan Taggart di dalam buku Dede Rahmat Hidayat bahwa

penelitian tindakan pada dasarnya memiliki empat tahapan, yaitu: perencanaan, tindakan, pengamatan dan refleksi. Sehingga, empat tahapan tersebut dijadikan satu kesatuan yang disebut dengan siklus.¹⁰

Peneliti menggunakan penelitian tindakan (*action research*) sebagai metode yang dilakukan selama masa penelitian. Pada penelitian tindakan ini, peneliti melakukan empat tahapan yang dilakukan dalam dua siklus yang terdiri dari siklus I dan siklus II. Pada masing-masing siklus berisi empat tahapan diantaranya perencanaan, pelaksanaan, observasi hasil dan refleksi sebagai bahan perenungan dan evaluasi.¹¹

Pada proses konseling, konselor memiliki rancangan yang terdiri dari dua siklus. Setiap siklus memiliki empat kali tatap muka, sehingga jumlah pertemuan pada dua siklus adalah delapan pertemuan. Pada tiap pertemuan, konselor melakukan refleksi dengan tujuan untuk mengeksplorasi dan menganalisis hasil yang diperoleh di setiap pertemuan. Dalam penelitian ini hasil yang diperoleh adalah hasil pengamatan tentang perilaku kecanduan judi *online* pada narapidana kasus judi *online* di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II B Bondowoso dan sudah dilaksanakan penanganan. Penanganan yang dilakukan menggunakan konseling realita dengan tahapan WDEP.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada penelitian ini, peneliti berperan sebagai konselor itu sendiri, sedangkan yang menjadi konseli adalah HFI yang merupakan seorang narapidana yang ada di Lembaga Pemasyarakatan kelas II B Bondowoso yang terkena kasus judi online. Proses konseling yang dilaksanakan di Lembaga Pemasyarakatan

⁸ Abdussamad, Zuhri. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Makassar : CV. Syakir Media Press, 2021), 29.

⁹ Yaumi M., Muljono Damopoli, *Action Research: Teori, Model dan Aplikasi*, (Jakarta: PT. Fajar Interpratama Mandiri, 2014), 3-4.

¹⁰ Dede Rahmat Hidayat dan Aip Badrudjamin, *Penelitian Tindakan dan Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: PT. Indeks, 2012), 12.

¹¹ Dede Rahmat Hidayat dan Aip Badrudjamin, *Penelitian Tindakan dan Bimbingan dan Konseling* (Jakarta: PT. Indeks, 2012), 12.

Kelas II B Bondowoso dilakukan di dua tempat, yaitu di aula terbuka dan ruang kunjungan. Tempat yang sudah dipilih merupakan tempat minimnya akan terjadinya hal-hal yang tidak diinginkan, sebab dapat terpantau dengan baik. Karena tidak ada program konseling, maka tidak adanya tempat yang khusus disediakan untuk proses konseling. Oleh karena itu, proses konseling dilakukan berdasarkan tempat yang telah ditentukan oleh petugas Lapas.

Selama siklus I dilaksanakan pada proses konseling terdapat dua point yang peneliti dapatkan, yaitu kesadaran konseli terhadap efek negatif yang konseli terima ketika mengalami kecanduan judi online. Hanya saja, belum terdapat keinginan dalam diri konseli untuk menanggulangi hal tersebut. Hal kedua yang konselor dapatkan adalah konseli tidak mau mengajak temannya atau orang disekitarnya untuk bermain judi online karena perbuatan konseli murni atas keinginan pribadi.

Pada siklus I, peneliti mengalami beberapa hambatan yaitu, waktu yang dilakukan pada proses konseling kurang kondusif karena konselor harus menyesuaikan dengan waktu aktivitas wajib Lapas. Selain itu, tempat yang digunakan untuk proses konseling merupakan tempat terbuka karena tidak tersedianya ruang khusus untuk proses konseling berlangsung. Hal ini dikarenakan agar petugas dapat memantau dengan baik dan untuk menghindari hal-hal yang tidak semestinya terjadi.

Pada pertemuan ketiga, konseli berkomitmen untuk tidak mengulangi perilakunya lagi. Tetapi, konseli masih belum mempunyai gambaran tentang rencana yang akan dilakukan agar dapat terhindar dari perilaku negatif itu kembali. Namun, kesadaran akan efek negatif yang konseli rasakan membuat konseli menyadari betapa ruginya konseli ketika

terjerumus pada perilaku kecanduan terhadap judi online.

Selanjutnya, pada pertemuan ketujuh konseli sudah memiliki rencana agar konseli dapat terhindar dari bermain judi online, yaitu konseli berencana mencari kerja sampingan untuk mengisi waktu luang yang ada. Selain itu, konseli memilih untuk mengikuti bimbingan kerja agar pengetahuan yang didapat selama bimbingan dapat diaktualisasikan ketika berada di masyarakat.

Konseling menggunakan pendekatan konseling realita dengan tahapan WDEP terhadap narapidana yang kecanduan judi online mampu mendorong konseli untuk dapat berfikir secara realistis. Peneliti berusaha untuk membantu konseli dalam mengatasi permasalahannya untuk dapat menghindari dari bermain judi online. Peneliti juga berusaha untuk memberikan pemahaman secara positif agar konseli mampu berfikir untuk menjadi diri yang lebih positif dan menjadi motivator pada orang lain yang mengalami hal sama dengan konseli.

Peneliti berharap melalui tahapan WDEP ini dapat membantu konseli untuk memainkan peran yang dapat mengembangkan konseli dalam memahami dirinya sendiri. Dalam hal ini, sebuah penerimaan berhubungan langsung dengan pembentukan identitas seorang individu. Konseling realita ini memiliki prinsip bahwa manusia adalah seorang agen yang dapat menentukan dirinya sendiri.

Berdasarkan fakta di atas, melalui konseling realita dengan menggunakan tahapan WDEP dapat membantu konseli yang kecanduan judi online menjadi pribadi yang lebih positif dan berfikir secara realistis. Pada mulanya, konseli masih belum mengetahui mengenai perilakunya tersebut dan dampak yang sangat berpengaruh pada kehidupannya sangat besar, hingga konseli mempunyai

keinginan dan rencana untuk menjadi pribadi yang lebih positif.

Pelaksanaan konseling yang dilaksanakan sesuai dengan harapan peneliti meskipun perubahan yang dilakukan konseli mengalami beberapa hambatan dan perubahan yang dilakukan masih bertahap. Meskipun perubahan yang dilakukan sedikit, tetapi hal itu menjadi langkah awal yang sangat perlu diapresiasi, karena hal itu adalah usaha yang sangat bagus. Melihat hal itu, konselor menjadi lebih terbuka untuk bersedia welcome terhadap konseli agar tetap membantu konseli meskipun proses konseling sudah berakhir.

Hasil yang diperoleh pada proses konseling ini menunjukkan perubahan yang signifikan pada konseli yang ditandai dengan munculnya insight dalam diri konseli. Wawasan yang telah diperoleh oleh konseli diharapkan dapat bermanfaat dan dapat membantu konseli dalam proses perubahannya, baik saat di lingkungannya saat ini dan ketika berada di masyarakat nanti.

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa intervensi konseling realitas berbasis WDEP berkontribusi terhadap perubahan perilaku konseli melalui peningkatan kesadaran diri, tumbuhnya komitmen untuk berhenti berjudi, serta tersusunnya perencanaan tindakan yang konkret. Setelah intervensi, konseli tidak hanya menyadari dampak negatif judi online, tetapi juga menunjukkan kesiapan untuk berubah melalui rencana produktif, seperti mengikuti pembinaan kerja dan mencari aktivitas pengganti yang adaptif.

Indikator keberhasilan intervensi meliputi meningkatnya kesadaran diri terhadap konsekuensi perilaku, munculnya komitmen personal untuk berubah, serta adanya perencanaan nyata yang dapat ditindaklanjuti. Temuan ini mengindikasikan bahwa konseling realitas

berpotensi menjadi model intervensi konseling yang aplikatif dalam pembinaan narapidana, khususnya dalam menangani kecanduan judi online di lembaga pemasyarakatan.

Daftar Pustaka

- Abdussamad, Zuhri. *Metode Penelitian Kualitatif*. Makassar: CV. Syakir Media Press, 2021.
- As'ad, A. (2025). Bimbingan Kelompok Metode Sosiodrama untuk Mengurangi Moral Disengagement. *Indonesian Research Journal on Education*, Vol. 5 No. 2 (2025): Irje 2025, 331 – 337. <https://irje.org/irje/article/view/2318/1579>
- AS'AD, A., 2025. Bimbingan kelompok metode sosiodrama untuk mengurangi moral disengagement. *Indonesian Research Journal On Education Yypedumeu: Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*, 5 (2).
- Djuminah, Suprihartoyo dan Esti Dwi Wardayati. *Ilmu Pengetahuan Sosial I : untuk SMP dan MTs Kelas VII*. Jakarta : Pusat Perbukuan, Departemen Pendidikan Nasional, 2009.
- Hidayat, Dede Rahmat dan Aip Badrudjamin. *Penelitian Tindakan dan Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT. Indeks, 2012.
- M., Yaumi dan Muljono Damopoli. *Action Research: Teori, Model dan Aplikasi*. Jakarta: PT. Fajar Interpratama Mandiri, 2014.
- Mi'roza, Moh. Iqbal. *Optimalisasi Kontrol Keliling dengan Penggunaan*

*Barcode Pada Area Blok Hunian,
Pos Menara dan Area
Brandgang, Rancangan
Aktualisasi, 2024.*

R, Wubbolding dan Brickell, J. "Resources for Teaching and Learning Choice Theory and Reality Therapy part II". *International Journal of Choice Theory and Reality Therapy*. Vol. 31, No. 2, 2012.

R, Wubbolding, *Reality Therapy for the 21st Century*, New York: Routledge, 2011.

R. Andika, A. V. "Pengaruh Faktor Budaya dan Faktor Sosial Terhadap Keputusan Pembelian (Studi pada Konsumen Produk Kerudung Rabbani Di Kecamatan Jombang)", Disertasi - STIE PGRI Dewantara.

Ratnaki, Finsensius, dkk. "Pengaruh Konseli Realita Untuk Menurunkan Kecanduan Terhadap Smartphone Dan Meningkatkan Prestasi Belajar", *Jurnal Educatio: Jurnal Pendidikan Indonesia*, Vol. 9, No. 1, 2023.

William Glasser, *Reality Therapy: A New Approach to Psychiatry*, New York: Harper & Row, 1965.

William Glasser, *Counseling with Choice Theory: The New Reality Therapy*, New York: HarperCollins, 2000.