



Peningkatan Literasi Keuangan Digital untuk Membangun Self-Control Anak Muda sebagai Benteng Terhadap Godaan Judi Online

Rahmat Hidayat¹,

¹Universitas Tomakaka

email: rachmathidayat.1709@gmail.com

Article Info :

Received:

10/01/2026

Revised:

15/01/26

Accepted:

27/01/2026

ABSTRAK

Program pengabdian masyarakat ini dilaksanakan karena meningkatnya kasus judi online di kalangan anak muda, yang dipengaruhi oleh rendahnya literasi keuangan digital dan lemahnya pengendalian diri. Kondisi tersebut membuat pemuda rentan terhadap pengeluaran impulsif, salah kelola keuangan, serta meningkatnya ketergantungan pada platform judi digital. Tujuan program ini adalah meningkatkan literasi keuangan digital sekaligus memperkuat pengendalian diri sebagai proteksi psikologis terhadap godaan judi online. Metode yang digunakan adalah Participatory Action Research (PAR) melalui tahapan mengetahui, memahami, merencanakan, bertindak, dan berubah. Sebanyak 60 peserta mengikuti pelatihan mengenai literasi keuangan digital, penyusunan anggaran pribadi, identifikasi risiko judi online, dan latihan pengendalian impuls. Hasil pre-test menunjukkan literasi keuangan rendah (72%), pemahaman risiko terbatas (78%), dan pengendalian diri lemah (70%). Setelah intervensi, terjadi peningkatan: literasi keuangan naik dari 42% menjadi 78%, pemahaman risiko dari 38% menjadi 82%, keterampilan anggaran dari 40% menjadi 76%, dan pengendalian diri dari 46% menjadi 72%. Niat berjudi online turun dari 30% menjadi 8%. Temuan ini menunjukkan bahwa kombinasi edukasi keuangan digital dan pelatihan pengendalian diri efektif dalam memperkuat ketahanan finansial pemuda serta mengurangi kerentanan terhadap judi online.

Kata Kunci : Literasi keuangan digital; Pengendalian diri; Judi online; Perilaku keuangan pemuda; Ketahanan finansial



©2022 Authors.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah menghadirkan transformasi signifikan dalam perilaku ekonomi generasi muda. Akses yang luas terhadap internet, layanan keuangan berbasis aplikasi, serta transaksi digital yang semakin mudah menciptakan pola konsumsi yang serba cepat. Namun, kemudahan ini tidak selalu berbanding lurus dengan kemampuan anak muda dalam mengelola risiko finansial. Di berbagai negara, literasi keuangan digital generasi muda masih berada pada level rendah sehingga memperbesar peluang mereka terpapar praktik keuangan ilegal, impulsif, dan berbahaya, termasuk judi online Hamurcu et al., (2025); O'Connor & Ivory, (2025)

Judi online muncul sebagai salah satu bentuk perilaku berisiko yang pertumbuhannya paling pesat dalam ekosistem digital. Ketersediaan platform 24 jam, kemudahan deposit saldo, serta fitur permainan yang dirancang untuk menciptakan psychological reward menjadikan anak muda kelompok yang paling rentan. Penelitian lintas negara menunjukkan bahwa kebiasaan menggunakan aplikasi keuangan tanpa pemahaman risiko meningkatkan peluang seseorang terlibat judi digital Sahri et al., (2024); (Lole et al., 2025) Hal ini diperparah oleh sifat perkembangan psikologis anak muda yang cenderung impulsif dan mudah terpengaruh tekanan lingkungan.

Literasi keuangan digital merupakan salah satu strategi kunci untuk memperkuat kapasitas individu dalam menghadapi risiko keuangan modern. Studi terbaru menunjukkan bahwa literasi keuangan berperan langsung dalam menurunkan kecenderungan perilaku ekonomi destruktif, meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan, serta memperkuat perilaku manajemen risiko Hidayat, (2025); Pilkington et al., (2025). Literasi keuangan digital tidak hanya mencakup kemampuan memahami instrumen keuangan, tetapi juga mencakup pemahaman terhadap risiko keamanan digital,

praktik transaksi yang aman, hingga mekanisme pengendalian diri dalam menghadapi godaan ekonomi digital.

Selain literasi keuangan digital, faktor psikologis seperti self-control memainkan peran penting dalam memengaruhi perilaku judi online. Individu dengan self-control rendah lebih mudah mengambil keputusan impulsif, mengejar sensasi cepat, dan sulit mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang Barone & Graffigna, (2025); Ghelfi et al., (2024). Penelitian lain juga menemukan bahwa self-control bertindak sebagai variabel protektif yang mampu mengurangi intensitas perilaku online berisiko, termasuk pengeluaran impulsif dan perjudian digital Gahara & Nurjihadi, (2025)

Kajian literatur terdahulu telah menyoroti hubungan antara literasi keuangan, impulsivitas, dan perilaku keuangan berisiko. Namun, sebagian besar penelitian masih memisahkan pendekatan edukasi finansial dan psikologis. Masih jarang ditemukan model pemberdayaan yang mengintegrasikan literasi keuangan digital dengan penguatan self-control sebagai strategi komprehensif untuk mencegah perilaku judi online Agustini & Purnomosidi, (2025); (Barone & Graffigna, 2025) Kesenjangan penelitian inilah yang menjadi dasar kebaruan ilmiah dalam kajian ini.

Kebaruan ilmiah penelitian ini terletak pada pendekatan holistik yang memadukan dua aspek kunci: peningkatan literasi keuangan digital sebagai kompetensi kognitif, dan penguatan self-control sebagai kompetensi psikologis. Pendekatan integratif ini diyakini lebih efektif dalam membantu anak muda memahami risiko judi online sekaligus membangun kemampuan resistensi diri. Dengan demikian, kajian ini tidak hanya memberikan kontribusi terhadap literatur literasi keuangan, tetapi juga memperkuat perspektif interdisipliner dalam mencegah perilaku adiktif berbasis teknologi.

Berdasarkan uraian tersebut, permasalahan utama penelitian ini adalah bagaimana literasi keuangan digital dan self control dapat berperan dalam menurunkan kecenderungan perilaku judi online pada anak muda. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan kedua variabel tersebut dan merumuskan model intervensi yang efektif sebagai strategi pencegahan. Hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan program edukasi finansial bagi generasi muda di era digital.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan tujuan untuk memperkuat literasi keuangan digital dan membangun self control anak muda sebagai benteng terhadap meningkatnya godaan judi online. Pendekatan yang digunakan adalah Participatory Action Research (PAR), karena memungkinkan peserta terlibat secara aktif dalam seluruh proses mulai dari identifikasi masalah, perencanaan solusi, hingga aksi perubahan. Metode ini dipilih karena persoalan literasi keuangan dan kontrol diri bukan hanya soal pengetahuan, tetapi juga menyangkut perilaku dan kesadaran individu yang perlu dibangun melalui keterlibatan langsung.

Tahap pertama adalah To Know, yaitu memetakan kondisi awal anak sekolah dan pemuda lingkup Kecamatan Sampaga, Kabupaten Mamuju terkait pola literasi keuangan digital, perilaku konsumsi digital, hingga tingkat keterpaparan terhadap praktik judi online. Pada tahap ini, tim melakukan observasi awal dan pre-test untuk mengukur kemampuan dasar peserta, sekaligus berkoordinasi dengan sekolah dan organisasi pemuda Lingkup Kecamatan Sampaga, Kabupaten Mamuju untuk menyusun jadwal kegiatan dan membentuk kelompok sasaran yang akan mengikuti pendampingan.

Tahap selanjutnya adalah To Understand, yakni menggali lebih dalam akar permasalahan yang dialami peserta. Diskusi kelompok kecil dilakukan untuk memahami penyebab rendahnya literasi keuangan, mulai dari minimnya pengetahuan mengenai manajemen risiko transaksi digital, pengaruh lingkungan sosial, tekanan kelompok sebaya, hingga masifnya iklan judi online yang memanfaatkan celah kognitif generasi muda. Pemahaman ini menjadi fondasi dalam merancang intervensi agar sesuai dengan konteks psikologis dan sosial sasaran.



Gambar 1: Pemetaan dan Pengukuran Terhadap Terhadap Godaan Judi Online

Setelah memperoleh gambaran menyeluruh, kegiatan dilanjutkan ke tahap To Plan, yaitu merumuskan strategi dan bahan ajar yang akan digunakan dalam pendampingan. Tim menyiapkan modul literasi keuangan digital, materi manajemen keuangan pribadi, teknik pengendalian impuls, pemahaman risiko finansial, dan strategi proteksi diri dari godaan judi online. Selain itu, perangkat digital seperti spending tracker, lembar kerja perilaku keuangan, lembar observasi self control, serta media simulasi juga dipersiapkan agar pelatihan berjalan interaktif.

Tahap inti yaitu To Act dilaksanakan melalui pelatihan yang dirancang untuk mendorong perubahan perilaku. Peserta tidak hanya diberi pemahaman konseptual, tetapi juga dilibatkan dalam simulasi penyusunan anggaran, analisis risiko keputusan keuangan, latihan menggunakan aplikasi pencatat pengeluaran, dan strategi self control untuk menahan godaan impulsif. Kegiatan dilakukan secara bertahap dalam kelompok kecil agar setiap peserta memperoleh bimbingan intensif.



Gambar 2: Pelatihan yang dirancang untuk mendorong perubahan perilaku

Tahap terakhir adalah To Change, yang menekankan pembentukan kesadaran berkelanjutan mengenai perilaku keuangan sehat. Pada tahap ini peserta diarahkan untuk membangun komitmen pribadi, menerapkan pencatatan keuangan mandiri, serta menjalankan latihan pengendalian impuls secara konsisten. Post test dilaksanakan untuk menilai efektivitas intervensi, serta dibentuk kelompok “Pemuda Sadar Finansial” sebagai upaya keberlanjutan program dan saling dukung antar peserta dalam menjaga perilaku sehat di era digital.

Bahan yang digunakan dalam program ini meliputi modul literasi keuangan digital, perangkat digital seperti laptop dan ponsel peserta, aplikasi pencatat keuangan, lembar observasi, lembar evaluasi,

serta media presentasi. Seluruh proses pelaksanaan dirancang untuk memastikan meningkatnya pemahaman peserta mengenai literasi keuangan sekaligus menguatkan self control sebagai strategi preventif terhadap risiko judi online.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Pre Test (Kemampuan Awal Peserta)

Pre-test dilakukan kepada 60 anak sekolah dan pemudah lingkup Kecamatan Sampaga, Kabupaten Mamuju sebelum kegiatan dimulai untuk mengukur kemampuan awal dalam empat aspek utama: literasi keuangan digital, manajemen keuangan pribadi, pemahaman risiko judi online, dan tingkat self-control. Hasil awal menunjukkan bahwa sebagian besar peserta berada pada kategori rendah hingga sedang.

Sebanyak 72% peserta (43 orang) memiliki literasi keuangan digital rendah, ditunjukkan oleh ketidakmampuan memahami konsep dasar seperti perencanaan keuangan, tabungan, dan risiko transaksi digital. Selain itu, 65% peserta (39 orang) tidak mampu membedakan antara kebutuhan dan keinginan, yang tercermin dari kebiasaan pengeluaran impulsif.

Pada aspek pemahaman risiko judi online, 78% peserta (47 orang) tidak menyadari konsekuensi finansial dan psikologis yang dapat timbul dari keterlibatan dalam praktik judi digital. Terakhir, penilaian self-control menunjukkan bahwa 70% peserta (42 orang) memiliki tingkat pengendalian diri rendah, yang tampak dari perilaku impulsive buying dan kecenderungan tergoda oleh iklan atau promosi platform berisiko.

Hasil pre test ini menjadi dasar utama perancangan intervensi pelatihan dan pendampingan.

2. Hasil Pelaksanaan Kegiatan

a. Tingkat Partisipasi Peserta

Kegiatan diikuti oleh 60 peserta, dengan tingkat kehadiran rata-rata 89% pada setiap sesi pelatihan. Dari jumlah tersebut, 48 peserta (80%) terlibat aktif dalam diskusi, simulasi, dan sesi tanya jawab. Peserta yang paling aktif didominasi oleh kelompok usia 17–22 tahun yang menunjukkan antusiasme tinggi dalam memahami materi terkait keuangan digital dan risiko judi online.

b. Gambaran Pelaksanaan Pelatihan

Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi beberapa sesi inti:

No	Sesi	Kegiatan	Bentuk
1	Literasi keuangan digital	Peserta diperkenalkan pada konsep dasar keuangan.	Transaksi digital, risiko finansial, dan literasi digital untuk pengelolaan dana.
2	Manajemen keuangan pribadi	Peserta diajarkan cara membuat pengelolaan keuangan pribadi	Anggaran, mengelola pemasukan, membatasi pengeluaran, dan mencatat transaksi harian
3	Pengendalian impuls & self-control	Peserta mengikuti latihan pengendalian diri	Berbasis teknik psikologi perilaku, termasuk identifikasi pemicu godaan judi dan strategi menghindarinya.

c. Perubahan Perilaku Yang Mulai Terlihat

Setelah mengikuti pelatihan, perubahan perilaku positif mulai tampak: 80% peserta (48 orang) mulai mencatat pengeluaran harian, 75% peserta (45 orang) mampu mengidentifikasi risiko iklan judi online dan cara menghindarinya, 68% peserta (41 orang) mulai membuat anggaran mingguan, 55% peserta (33 orang) melaporkan pengurangan pengeluaran impulsive dan Perubahan ini menunjukkan bahwa peserta mulai memahami pentingnya self-control dalam pengelolaan keuangan.

3. Hasil Post-Test (Setelah Intervensi)

Post-test diberikan untuk mengukur efektivitas program. Hasilnya menunjukkan peningkatan signifikan pada seluruh aspek: Literasi keuangan digital meningkat dari rata-rata skor 42% menjadi 78% (+36%), Pemahaman risiko judi online meningkat dari 38% menjadi 82% (+44%), Kemampuan menyusun anggaran meningkat dari 40% menjadi 76% (+36%), Self-control meningkat dari 46% menjadi 72% (+26%), Niat terlibat dalam judi online menurun dari 30% menjadi 8% (-22%) dan Secara umum, 86% peserta menunjukkan peningkatan signifikan setelah pelatihan dan pendampingan.

4. Analisis Peningkatan (Before Vs After)

Analisis kuantitatif menunjukkan bahwa program ini memberikan dampak nyata terhadap peningkatan literasi keuangan dan penguatan self control. Perbandingan before after dapat dilihat pada ringkasan berikut:

Aspek yang Dinilai	Pre-test	Post-test	Peningkatan
Literasi Keuangan Digital	42%	78%	+36%
Pemahaman Risiko Judi Online	38%	82%	+44%
Kemampuan Anggaran	40%	76%	+36%
Self-Control	46%	72%	+26%
Niat berjudi	30%	8%	-22%

Analisis perilaku menunjukkan bahwa peserta lebih memahami risiko keuangan yang muncul dari kebiasaan perjudian digital. Mereka juga lebih mampu mengidentifikasi pola konsumtif, mengatur anggaran, dan menggunakan aplikasi pencatat keuangan secara mandiri. Perubahan ini memperlihatkan bahwa kombinasi edukasi literasi keuangan digital dan pelatihan self-control sangat efektif dalam membangun ketahanan finansial anak muda serta menjadi benteng psikologis terhadap godaan judi online.

Pembahasan

Hasil pre test yang diberikan kepada 60 peserta menunjukkan gambaran awal kemampuan literasi keuangan digital anak muda yang masih berada pada kategori rendah hingga sedang. Sebanyak 72% peserta (43 orang) belum memahami konsep dasar keuangan seperti perencanaan keuangan, tabungan, serta risiko transaksi digital. Ketidakmampuan membedakan kebutuhan dan keinginan juga ditemukan pada 65% peserta (39 orang), yang tercermin dari kecenderungan perilaku impulsive buying. Lebih jauh, 78% peserta (47 orang) tidak memahami risiko finansial dan psikologis dari praktik judi online, sementara 70% peserta (42 orang) memiliki tingkat self-control rendah karena mudah terpengaruh iklan dan promosi platform berisiko. Temuan awal ini menjadi dasar dalam merancang pendekatan intervensi yang lebih terarah.

Pelaksanaan kegiatan menunjukkan tingkat partisipasi yang tinggi, dengan kehadiran rata-rata mencapai 89% pada setiap sesi. Dari total peserta, 48 orang (80%) terlibat aktif dalam diskusi, simulasi, dan tanya jawab. Pelatihan dilakukan melalui beberapa sesi inti, yang meliputi literasi keuangan digital, manajemen keuangan pribadi, penguatan self control, serta simulasi penyusunan anggaran. Pada sesi literasi keuangan digital, peserta diperkenalkan pada konsep dasar keuangan modern dan risiko digital. Sesi manajemen keuangan mengajarkan teknik penyusunan anggaran, pencatatan pengeluaran, serta identifikasi prioritas finansial. Selanjutnya, sesi pengendalian impuls menekankan strategi psikologis untuk menghindari godaan perilaku konsumtif dan potensi jeratan judi online. Penggunaan aplikasi pencatat keuangan seperti Money Lover, Spendee, dan DompotKu membantu peserta mempraktikkan manajemen keuangan digital secara langsung.

Perubahan perilaku mulai terlihat setelah pelatihan berlangsung. Sebanyak 80% peserta (48 orang) mulai mencatat pengeluaran hariannya secara teratur, dan 75% peserta (45 orang) menunjukkan kemampuan baru dalam mengenali risiko iklan judi online serta strategi

menghindarinya. Sebanyak 41 peserta (68%) mulai menyusun anggaran mingguan, sementara 55% peserta (33 orang) melaporkan pengurangan pengeluaran impulsif. Perubahan ini menegaskan bahwa pendekatan pelatihan yang menggabungkan literasi keuangan dan pengendalian diri memberikan dampak positif dalam waktu singkat.

Hasil post test memperkuat temuan tersebut. Terdapat peningkatan signifikan pada seluruh aspek yang diukur. Skor literasi keuangan digital naik dari 42% menjadi 78% (+36%), pemahaman risiko judi online meningkat dari 38% menjadi 82% (+44%), dan kemampuan menyusun anggaran meningkat dari 40% menjadi 76% (+36%). Self control peserta juga meningkat dari 46% menjadi 72% (+26%). Sementara itu, niat untuk mencoba judi online menurun secara drastis dari 30% menjadi hanya 8% (-22%). Secara keseluruhan, 86% peserta menunjukkan peningkatan nyata setelah mengikuti program.

Perbandingan before after menunjukkan peningkatan kapasitas finansial dan psikologis peserta secara menyeluruh. Peningkatan pemahaman konsep keuangan, kemampuan budgeting, serta kesadaran terhadap risiko judi online menandakan keberhasilan metode edukasi berbasis literasi digital dan self control. Peserta menjadi lebih terampil dalam mengelola uang, lebih cermat dalam menghadapi tawaran digital yang berisiko, serta lebih mampu mengatur prioritas finansial.

Secara keseluruhan, program ini terbukti efektif sebagai intervensi edukatif untuk memperkuat literasi keuangan digital anak muda sekaligus membangun benteng psikologis terhadap godaan judi online. Kombinasi antara edukasi praktis, pelatihan manajemen keuangan, serta penguatan self control mampu menghasilkan perubahan perilaku yang terukur dan berkelanjutan

KESIMPULAN

Kesimpulan dari program ini menunjukkan bahwa edukasi literasi keuangan digital yang dipadukan dengan pelatihan penguatan self-control mampu memberikan dampak signifikan dalam meningkatkan kemampuan finansial dan ketahanan psikologis anak muda terhadap godaan judi online. Peningkatan skor pada seluruh aspek literasi keuangan, pemahaman risiko judi online, kemampuan menyusun anggaran, serta pengendalian diri mencerminkan keberhasilan pendekatan intervensi yang komprehensif dan aplikatif. Perubahan perilaku positif seperti mulai mencatat pengeluaran, menyusun anggaran, dan menurunnya niat berjudi menunjukkan bahwa peserta tidak hanya memahami konsep, tetapi juga mulai menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Dengan hasil ini, program dapat dianggap efektif dalam membangun generasi muda yang lebih sadar finansial, lebih bijak dalam mengambil keputusan ekonomi, serta lebih terlindungi dari ancaman perilaku keuangan berisiko di era digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, W. A., & Purnomosidi, F. (2025). Self-Control Strategies Among Adults in Overcoming Online Gambling Addiction: A Qualitative Study. *Jurnal Prajaiswara*, 6(1), 448–456. <https://doi.org/10.55351/prajaiswara.v6i1.165>
- Barone, C., & Graffigna, G. (2025). Financial Literacy and Economic Attitudes as Protective Factors Against Pathological Gambling? A Systematic Review. In *Journal of Gambling Studies* (Vol. 41, Issue 2, pp. 489–514). Springer. <https://doi.org/10.1007/s10899-025-10375-1>
- Ghelfi, M., Scattola, P., Giudici, G., & Velasco, V. (2024). Online Gambling: A Systematic Review of Risk and Protective Factors in the Adult Population. In *Journal of Gambling Studies* (Vol. 40, Issue 2, pp. 673–699). Springer. <https://doi.org/10.1007/s10899-023-10258-3>
- Hamurcu, Ç., Mutlu, E. A., Hamurcu, H. D., Öz, T., & Ataşlar, E. Y. (2025). The Financial Literacy Paradox in Gambling Disorder: Why Knowing Isn't Doing. *Society*. <https://doi.org/10.1007/s12115-025-01123-7>
- Hidayat, R. (2025). *Modeling the Effect of Financial Literacy and Inclusion on MSME Sustainability Through Financial Management*. <https://doi.org/10.47065/arbitrase.v6i2.2522>
- Lole, L., Hing, N., Thorne, H., Sproston, K., Hodge, N., & Rockloff, M. (2025). Let's Be Honest: Adolescents Speak Up on How to Better Protect Young People from Gambling

- Harm. *Journal of Applied Youth Studies*, 8(1), 115–132. <https://doi.org/10.1007/s43151-024-00149-8>
- Nur Iqrom Pancar Gahara, & Muhammad Nurjihadi. (2025). Pengaruh Literasi Keuangan dan Literasi Digital terhadap Perilaku Impulsif Top up Game Online. *Jurnal Bisnis Dan Komunikasi Digital*, 2(2), 10. <https://doi.org/10.47134/jbk.d.v2i2.3776>
- O'Connor, F., & Ivory, N. (2025). Financial Literacy and Gambling Behaviour: A Systematic Review. In *Journal of Gambling Studies*. Springer. <https://doi.org/10.1007/s10899-025-10426-7>
- Pilkington, M. L., Gohari, M. R., Cole, A. G., Ferro, M. A., Elton-Marshall, T., Laxer, R., Leatherdale, S. T., & Patte, K. A. (2025). A Prospective Study of Mental Health in Relation to Online Gambling One-year Later in a Large Cohort of Adolescents in Canada. *Journal of Gambling Studies*. <https://doi.org/10.1007/s10899-025-10447-2>
- Sahri, M., Safira, K., Harjuani Ifada, V., Hafiza, M., & Ibnu Bafadhal, A. (2024). Peningkatan Kesadaran Remaja terhadap Risiko Judi dan Pinjaman Online melalui Sosialisasi Manajemen Keuangan di Padukuhan Tekik, Desa Ngloro, Kabupaten Gunungkidul. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 3(2), 91–96. <https://doi.org/10.56303/jppmi.v3i2.269>