

**CASE REPORT: COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY PADA PASIEN
GAMBLING DISORDER DAN INTERNET GAMING DISORDER BERKOMORBID
DENGAN GANGGUAN AFEKTIF BIPOLAR EPISODE KINI DEPRESIF SEDANG
TANPA GEJALA SOMATIK**

**Herman Yosef¹, Angelina Tulus², Luh Nyoman Alit Aryani³, Ni Made Leni⁴,
I Gde Yudhi Kurniawan⁵, I Ketut Sumarda⁶**

Program Studi Pendidikan Dokter Spesialis Psikiatri, Fakultas Kedokteran Universitas
Udayana/RSUP Prof. Dr. I.G.N.G. Ngoerah Denpasar, Indonesia^{1,3,4}

Departemen Neuro-Psikiatri Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya²

Staf Medis Jiwa, Rumah Sakit Jiwa Manah Shanti Mahottama, Bangli^{5,6}

e-mail: angelina-tulus@ukwms.ac.id

Diterima: 16/7/2026; Direvisi: 20/7/2026; Diterbitkan: 30/7/2026

ABSTRAK

Gambling Disorder (GD) dan *Internet Gaming Disorder* (IGD) merupakan adiksi perilaku yang dapat mengganggu fungsi psikososial dan semakin kompleks apabila disertai gangguan afektif bipolar. Laporan kasus ini bertujuan menggambarkan penerapan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) yang dikombinasikan dengan farmakoterapi pada pasien dengan komorbid GD, IGD, dan gangguan afektif bipolar, serta mengevaluasi luaran klinis setelah intervensi. Penelitian ini menggunakan desain laporan kasus (*case report*) pada satu pasien. Asesmen dilakukan melalui wawancara psikiatri, heteroanamnesis, observasi klinis, pemeriksaan status mental, telaah rekam medis, serta penggunaan *South Oaks Gambling Screen* (SOGS), *Internet Gaming Disorder-20 Test* (IGD-20), dan *University of Rhode Island Change Assessment* (URICA) untuk menegakkan diagnosis, menilai tingkat keparahan, dan kesiapan pasien mengikuti terapi. Penatalaksanaan dilakukan melalui kombinasi farmakoterapi sesuai indikasi klinis dan CBT secara terstruktur. Setelah intervensi, pasien menunjukkan penurunan *craving*, berkurangnya frekuensi perilaku adiktif, perbaikan suasana perasaan, peningkatan kontrol impuls, serta perbaikan fungsi psikososial. Pasien juga mampu mengenali pemicu perilaku adiktif dan menerapkan strategi koping yang lebih adaptif. Temuan ini menunjukkan bahwa integrasi farmakoterapi dan CBT berpotensi menjadi pendekatan yang efektif dalam penatalaksanaan pasien dengan komorbid GD, IGD, dan gangguan afektif bipolar melalui penanganan aspek biologis, psikologis, dan perilaku secara terpadu.

Kata Kunci: *Gambling Disorder, Internet Gaming Disorder, Cognitive Behavior Therapy, Gangguan Afektif Bipolar, Adiksi Perilaku*

ABSTRACT

Gambling Disorder (GD) and *Internet Gaming Disorder* (IGD) are behavioral addictions that can significantly impair psychosocial functioning and become more complex when comorbid with bipolar affective disorder. This case report aimed to describe the implementation of *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) combined with pharmacotherapy in a patient with comorbid GD, IGD, and bipolar affective disorder, and to evaluate the clinical outcomes following the intervention. This study employed a case report design involving a single patient. The assessment process included psychiatric interviews, heteroanamnesis, clinical observation,



mental status examination, medical record review, and the administration of the *South Oaks Gambling Screen (SOGS)*, *Internet Gaming Disorder-20 Test (IGD-20)*, and *University of Rhode Island Change Assessment (URICA)* to establish the diagnosis, assess symptom severity, and evaluate the patient's readiness for treatment. Management consisted of pharmacotherapy based on clinical indications combined with structured CBT. Following the intervention, the patient demonstrated reduced craving, decreased frequency of addictive behaviors, improved mood, enhanced impulse control, and better psychosocial functioning. The patient also became able to identify triggers of addictive behaviors and apply more adaptive coping strategies. These findings suggest that integrating pharmacotherapy with CBT may provide an effective approach for managing patients with comorbid GD, IGD, and bipolar affective disorder by addressing biological, psychological, and behavioral aspects in a comprehensive manner.

Keywords: *Gambling Disorder, Internet Gaming Disorder, Cognitive Behavioral Therapy, Bipolar Disorder, Behavioral Addiction*

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah meningkatkan akses masyarakat terhadap platform perjudian daring dan permainan digital interaktif, yang mengakibatkan terjadinya peningkatan perilaku adiktif di berbagai kelompok usia. Kemudahan akses melalui perangkat digital, tingginya intensitas penggunaan internet, serta minimnya hambatan dalam mengakses platform perjudian dan permainan daring menjadikan adiksi perilaku sebagai tantangan kesehatan mental yang semakin marak di berbagai negara. Meta-analisis terbaru menunjukkan bahwa perjudian bermasalah masih menjadi isu kesehatan masyarakat global dengan prevalensi yang terus meningkat seiring berkembangnya akses digital sehingga membutuhkan perhatian khusus dalam aspek pencegahan maupun intervensi klinis (Tran et al., 2024). Di antara bentuk adiksi perilaku yang paling banyak mendapat perhatian adalah *Gambling Disorder (GD)* dan *Internet Gaming Disorder (IGD)*, yaitu gangguan adiktif non-zat yang ditandai oleh hilangnya kontrol terhadap perilaku berjudi atau bermain gim secara berlebihan, munculnya preokupasi yang menetap, serta berlanjutnya perilaku tersebut meskipun telah menimbulkan konsekuensi negatif terhadap fungsi psikologis, sosial, akademik, maupun pekerjaan (Stefanovics & Potenza, 2022).

Gambling Disorder (GD) merupakan gangguan adiksi perilaku yang menimbulkan dampak multidimensional terhadap kehidupan individu sehingga menjadi salah satu permasalahan kesehatan mental yang memerlukan penanganan komprehensif. Individu dengan GD sering mengalami konsekuensi berupa gangguan finansial, konflik interpersonal, penurunan fungsi akademik maupun pekerjaan, serta peningkatan risiko gangguan psikiatri, seperti depresi, kecemasan, dan gangguan kontrol impuls (Moreira et al., 2023; Valls et al., 2025). Selain GD, *Internet Gaming Disorder (IGD)* juga semakin mendapat perhatian sebagai bentuk adiksi perilaku yang ditandai oleh pola bermain gim yang persisten dan berulang hingga menyebabkan gangguan fungsi psikologis, sosial, akademik, maupun kesehatan, terutama pada remaja dan dewasa muda (Mutlu et al., 2024). Di Indonesia, IGD juga menjadi isu kesehatan mental yang perlu mendapat perhatian karena meningkatnya penggunaan gim digital pada remaja, sehingga diperlukan upaya pencegahan melalui keterlibatan keluarga, sekolah, tenaga kesehatan, dan pemerintah untuk meminimalkan risiko terjadinya adiksi perilaku (Arnani, 2021). Meskipun muncul dalam bentuk perilaku adiktif yang berbeda, GD dan IGD memiliki karakteristik klinis yang serupa karena sama-sama melibatkan disfungsi sistem penghargaan (*reward system*), impulsivitas, *craving*, defisit kontrol diri, serta distorsi kognitif. Kesamaan

mekanisme neuropsikologis tersebut menyebabkan kedua gangguan sering muncul secara komorbid, memperberat gejala klinis, meningkatkan kompleksitas asesmen, dan menurunkan efektivitas penanganan apabila tidak diidentifikasi secara komprehensif sejak awal (Stefanovics & Potenza, 2022; Wang et al., 2023).

Dalam penatalaksanaan adiksi perilaku, pendekatan biopsikososial menjadi prinsip utama karena mempertimbangkan interaksi faktor biologis, psikologis, dan lingkungan dalam pembentukan maupun pemeliharaan perilaku adiktif. *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) merupakan intervensi psikologis berbasis bukti yang paling banyak direkomendasikan untuk *Gambling Disorder* maupun *Internet Gaming Disorder* karena berfokus pada restrukturisasi distorsi kognitif, pengembangan strategi *coping* adaptif, pengendalian stimulus, serta pencegahan kekambuhan (Aulia & Utami, 2025; Bore et al., 2024). Berbagai *systematic review* dan *meta-analysis* menunjukkan bahwa teknik-teknik CBT mampu menurunkan frekuensi perilaku berjudi, mengurangi *craving*, memperbaiki kontrol diri, serta meningkatkan fungsi psikososial pasien dengan *Gambling Disorder* maupun *Internet Gaming Disorder* (Pfund et al., 2023; Eriksen et al., 2023). Selain intervensi tatap muka, pengembangan *internet-based Cognitive Behavioral Therapy* (*internet-based CBT*) juga mulai dikembangkan sebagai alternatif layanan yang lebih mudah diakses, termasuk pada populasi Indonesia, sehingga membuka peluang penerapan terapi yang lebih fleksibel pada pasien dengan adiksi perilaku (Siste et al., 2024).

Meskipun efektivitas CBT pada *Gambling Disorder* maupun *Internet Gaming Disorder* telah banyak dilaporkan, sebagian besar penelitian masih mengevaluasi kedua gangguan tersebut secara terpisah atau menggunakan desain kuantitatif pada populasi yang luas. Kajian yang secara khusus mendeskripsikan penerapan CBT pada pasien dengan komorbiditas *Gambling Disorder* dan *Internet Gaming Disorder* melalui laporan kasus klinis masih sangat terbatas, terutama yang menguraikan proses asesmen, formulasi kasus, tahapan intervensi, serta dinamika perubahan klinis selama terapi. Selain itu, sebagian besar penelitian berfokus pada *treatment outcomes* tanpa menjelaskan bagaimana karakteristik komorbiditas memengaruhi proses *clinical decision making* selama pelaksanaan CBT (Wang et al., 2023; Bore et al., 2024; Eriksen et al., 2023). *Research gap* tersebut menunjukkan masih perlunya bukti klinis yang lebih mendalam mengenai implementasi CBT pada pasien dengan komorbiditas adiksi perilaku.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, *novelty* laporan kasus ini terletak pada penyajian deskripsi klinis yang komprehensif mengenai penerapan *Cognitive Behavioral Therapy* pada pasien dengan *Gambling Disorder* yang berkomorbid dengan *Internet Gaming Disorder* dalam satu rangkaian proses terapi. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang lebih banyak menilai efektivitas intervensi melalui pendekatan kuantitatif, laporan kasus ini menitikberatkan pada proses klinis yang meliputi identifikasi psikopatologi, formulasi kasus berbasis CBT, implementasi teknik terapi, serta perubahan respons pasien selama intervensi berlangsung. Pendekatan tersebut diharapkan memberikan gambaran yang lebih kontekstual mengenai penanganan pasien dengan komorbiditas adiksi perilaku sehingga dapat melengkapi bukti empiris yang telah tersedia. Dengan demikian, *novelty* penelitian tidak terletak pada klaim efektivitas terapi secara umum, melainkan pada penyajian proses klinis yang mendalam pada kasus komorbid yang masih jarang dilaporkan dalam literatur.

Laporan kasus ini diharapkan memberikan kontribusi klinis bagi praktisi kesehatan jiwa, khususnya psikiater, psikolog klinis, dan tenaga kesehatan mental lainnya, dalam memahami proses asesmen serta implementasi CBT pada pasien dengan *Gambling Disorder* yang disertai *Internet Gaming Disorder*. Deskripsi tahapan terapi dan dinamika perubahan

pasien dapat menjadi referensi praktis dalam menyusun strategi intervensi yang lebih individual sesuai karakteristik komorbiditas adiksi perilaku. Selain itu, laporan kasus ini diharapkan memperkaya literatur mengenai penerapan CBT pada komorbiditas *Gambling Disorder* dan *Internet Gaming Disorder*, sekaligus menjadi dasar bagi pengembangan penelitian klinis dengan desain yang lebih kuat pada masa mendatang. Oleh karena itu, laporan kasus ini bertujuan menggambarkan penerapan *Cognitive Behavioral Therapy* pada pasien dengan *Gambling Disorder* yang berkomorbid dengan *Internet Gaming Disorder* dengan menyoroti aspek klinis, psikopatologi, proses intervensi, dan perubahan terapeutik secara komprehensif.

METODE PENELITIAN

Artikel ini menggunakan desain laporan kasus (*case report*) yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis proses asesmen, penegakan diagnosis, intervensi, dan evaluasi klinis pada seorang pasien dengan *Gambling Disorder* dan *Internet Gaming Disorder* yang disertai komorbid gangguan afektif bipolar episode kini depresif sedang tanpa gejala somatik. Data klinis diperoleh melalui wawancara psikiatri, heteroanamnesis, observasi klinis, pemeriksaan status mental, serta telaah rekam medis selama pasien menjalani perawatan. Diagnosis ditegakkan berdasarkan kriteria *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, Text Revision* (DSM-5-TR) melalui integrasi hasil anamnesis, pemeriksaan psikiatri, dan penilaian klinis oleh psikiater yang merawat. Untuk menilai tingkat keparahan perilaku adiktif digunakan instrumen *South Oaks Gambling Screen* (SOGS) dan *Internet Gaming Disorder-20 Test* (IGD-20), sedangkan kesiapan pasien dalam melakukan perubahan perilaku dievaluasi menggunakan *University of Rhode Island Change Assessment* (URICA), yang seluruhnya merupakan instrumen yang telah banyak digunakan dalam asesmen adiksi perilaku.

Penatalaksanaan dilakukan menggunakan pendekatan biopsikososial yang mengombinasikan farmakoterapi sesuai indikasi klinis dengan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) yang meliputi restrukturisasi kognitif, identifikasi distorsi kognitif, pengembangan strategi *coping* adaptif, pencegahan kekambuhan (*relapse prevention*), serta psikoedukasi. Efektivitas intervensi dievaluasi berdasarkan perubahan kondisi klinis pasien, meliputi penurunan *craving*, frekuensi perilaku adiktif, kemampuan mengendalikan impuls, perbaikan suasana perasaan, dan peningkatan fungsi psikososial selama proses terapi. Laporan kasus ini telah memperoleh persetujuan pasien untuk publikasi data klinis dengan menjaga kerahasiaan identitas melalui proses anonimisasi sesuai prinsip etik kedokteran. Seluruh prosedur pelaksanaan laporan kasus dilakukan sesuai dengan ketentuan etik yang berlaku pada institusi tempat penelitian dilaksanakan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Bagian ini menyajikan karakteristik klinis awal pasien yang diperoleh melalui anamnesis, heteroanamnesis, serta observasi selama proses asesmen di Poliklinik Psikiatri. Penyajian karakteristik kasus bertujuan memberikan gambaran menyeluruh mengenai perjalanan keluhan, pola perilaku adiktif, serta kondisi psikologis pasien sebagai dasar

penegakan diagnosis. Informasi tersebut penting untuk memahami konteks klinis yang melatarbelakangi pemilihan strategi penatalaksanaan yang diberikan. Ringkasan karakteristik klinis pasien disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Ringkasan Karakteristik Klinis Pasien

Aspek	Temuan Klinis
Identitas	Laki-laki dewasa
Tempat Perawatan	Poliklinik Psikiatri RSUP Prof. Dr. I.G.N.G. Ngoerah
Keluhan utama	Tidak mampu menghentikan perjudian daring dan permainan gim daring
Lama keluhan	± 3 tahun
Bentuk perjudian	Taruhan olahraga elektronik dan olahraga konvensional secara daring
Pola bermain gim	Hampir setiap hari dengan durasi semakin meningkat
Faktor pencetus	Stres, kebosanan, konflik interpersonal
Dampak	Gangguan kontrol perilaku dan fungsi psikososial

Karakteristik klinis Tabel 1 menunjukkan bahwa perilaku berjudi dan bermain gim tidak lagi berfungsi sebagai aktivitas rekreasional, melainkan telah berkembang menjadi pola perilaku yang persisten dan maladaptif. Riwayat perjalanan penyakit memperlihatkan adanya peningkatan intensitas perilaku adiktif yang berkaitan dengan penggunaan aktivitas tersebut sebagai mekanisme regulasi emosi ketika menghadapi tekanan psikologis. Kondisi tersebut menggambarkan adanya kehilangan kontrol terhadap perilaku serta kecenderungan mempertahankan aktivitas meskipun telah disadari menimbulkan konsekuensi negatif. Temuan awal ini menjadi dasar untuk melanjutkan asesmen psikiatri secara lebih komprehensif.

Setelah diperoleh riwayat klinis pasien, dilakukan pemeriksaan psikiatri secara menyeluruh untuk mengevaluasi fungsi mental, proses berpikir, kondisi afektif, serta kemampuan pengendalian impuls. Pemeriksaan ini bertujuan mengidentifikasi manifestasi psikopatologi yang berkaitan dengan perilaku adiktif maupun gangguan psikiatri yang menyertainya. Hasil evaluasi tersebut digunakan sebagai dasar dalam proses penegakan diagnosis klinis dan penyusunan rencana terapi yang sesuai dengan kondisi pasien. Ringkasan hasil pemeriksaan status mental disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Ringkasan Pemeriksaan Status Mental

Aspek	Temuan
Kesadaran	Compos mentis
Orientasi	Baik
Pembicaraan	Spontan, normal
Mood	Depresif
Afek	Sesuai
Persepsi	Tidak ditemukan halusinasi/waham
Arus pikir	Koheren
Isi pikir	Preokupasi perjudian dan gim daring
Tilikan	Mulai muncul
Kontrol impuls	Terganggu

Hasil pemeriksaan status Tabel 2 mental menunjukkan bahwa fungsi kognitif dasar pasien masih berada dalam kondisi baik, namun terdapat gangguan yang nyata pada aspek afektif dan pengendalian impuls. Dominasi pikiran terhadap aktivitas perjudian dan permainan daring mengindikasikan adanya preokupasi yang kuat sehingga perilaku adiktif sulit dikendalikan secara mandiri. Munculnya tilikan terhadap masalah yang dialami merupakan indikator positif karena menunjukkan kesiapan awal pasien untuk mengikuti proses terapi. Secara keseluruhan, hasil pemeriksaan mendukung perlunya intervensi yang tidak hanya berfokus pada pengurangan perilaku adiktif, tetapi juga pada restrukturisasi pola pikir dan regulasi emosi.

Untuk melengkapi proses asesmen, dilakukan evaluasi menggunakan instrumen psikologis terstandar yang bertujuan menilai tingkat keparahan perilaku adiktif serta kesiapan pasien dalam melakukan perubahan perilaku. Penggunaan instrumen yang tervalidasi membantu meningkatkan objektivitas penilaian klinis sekaligus mendukung proses pengambilan keputusan terapeutik. Hasil pemeriksaan psikometrik diintegrasikan dengan temuan anamnesis dan pemeriksaan status mental sehingga menghasilkan gambaran klinis yang lebih komprehensif. Ringkasan hasil asesmen psikologis dan diagnosis pasien disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Ringkasan Asesmen Psikologis dan Diagnosis

Pemeriksaan	Hasil
SOGS	Mengindikasikan Gambling Disorder
IGD-20	Mengindikasikan Internet Gaming Disorder
URICA	Tahap <i>contemplation</i>
Diagnosis utama	<i>Gambling Disorder</i>
Diagnosis komorbid	<i>Internet Gaming Disorder</i>
Diagnosis psikiatri	Gangguan Afektif Bipolar Episode Kini Depresif Sedang tanpa Gejala Somatik
Rencana terapi	Farmakoterapi + <i>Cognitive Behavioral Therapy (CBT)</i>

Integrasi hasil asesmen Tabel 3 menunjukkan bahwa pasien memenuhi gambaran klinis adiksi perilaku yang disertai komorbiditas gangguan afektif, sehingga diperlukan pendekatan penatalaksanaan yang komprehensif. Tahap *contemplation* mengindikasikan bahwa pasien telah menyadari adanya masalah, namun masih mengalami ambivalensi terhadap perubahan perilaku sehingga memerlukan intervensi yang mampu meningkatkan motivasi sekaligus memodifikasi distorsi kognitif. Temuan tersebut mendukung penggunaan *Cognitive Behavioral Therapy (CBT)* yang dikombinasikan dengan farmakoterapi sebagai strategi terapi yang sesuai dengan kondisi klinis pasien. Hasil asesmen ini selanjutnya menjadi landasan dalam mengevaluasi proses intervensi dan perubahan kondisi pasien pada tahap pembahasan.

Pembahasan

Fenomena *Gambling Disorder* dan *Internet Gaming Disorder (IGD)* pada pasien ini menggambarkan bagaimana perilaku rekreasional dapat berkembang menjadi adiksi perilaku yang menetap akibat interaksi antara faktor individu, lingkungan, dan kemudahan akses teknologi digital. Paparan terus-menerus terhadap platform perjudian daring dan permainan digital dengan mekanisme *reward* yang bersifat intermiten memperkuat proses pembelajaran perilaku sehingga mendorong munculnya *craving*, hilangnya kontrol, serta kecenderungan mengulangi perilaku meskipun telah menimbulkan konsekuensi negatif. Temuan klinis pada

pasien konsisten dengan konsep adiksi perilaku yang menjelaskan bahwa sistem penghargaan (*reward system*) otak mengalami penguatan melalui pengalaman kemenangan maupun harapan memperoleh keuntungan pada aktivitas berikutnya. Interpretasi tersebut sejalan dengan penelitian Gupta et al. (2021) dan Wani et al. (2022) yang menjelaskan bahwa akses digital yang semakin luas meningkatkan risiko berkembangnya *gaming disorder* maupun *gambling disorder* melalui mekanisme penguatan perilaku yang berulang.

Temuan adanya komorbiditas antara *Gambling Disorder* dan *Internet Gaming Disorder* menunjukkan bahwa kedua gangguan tersebut tidak berkembang secara terpisah, melainkan saling memperkuat melalui mekanisme psikologis yang serupa. Pada pasien ini, aktivitas perjudian dan bermain gim saling memicu munculnya *craving*, meningkatkan frekuensi perilaku adiktif, serta memperberat gangguan fungsi sosial dan emosional. Kondisi tersebut mendukung pendekatan transdiagnostik yang memandang kedua gangguan berada dalam spektrum adiksi perilaku dengan karakteristik neurobiologis dan psikologis yang saling beririsan. Temuan ini sesuai dengan hasil *network analysis* yang dilakukan Bloch dan Misiak (2024), yang menunjukkan bahwa *problematic online gaming* dan perjudian memiliki hubungan timbal balik melalui mekanisme impulsivitas, regulasi emosi yang maladaptif, dan sensitivitas terhadap sistem penghargaan.

Komorbid gangguan afektif bipolar episode depresif sedang pada pasien memperlihatkan bahwa gangguan suasana perasaan berkontribusi terhadap perkembangan dan pemeliharaan perilaku adiktif. Selama fase depresif, pasien mengalami penurunan motivasi, kehilangan minat, serta emosi negatif yang kemudian direspons dengan perjudian maupun bermain gim sebagai bentuk *maladaptive coping*. Dari perspektif model biopsikososial, perilaku tersebut berfungsi sebagai strategi regulasi emosi jangka pendek yang memberikan penguatan sesaat, tetapi justru mempertahankan siklus adiksi dalam jangka panjang. Interpretasi ini juga sejalan dengan Brand et al. (2025) yang menjelaskan bahwa interaksi antara faktor afektif, neurobiologis, dan lingkungan menjadi mekanisme utama dalam perkembangan berbagai bentuk *behavioral addictions*.

Aspek penting lain yang ditemukan pada pasien adalah dominannya berbagai distorsi kognitif seperti *illusion of control*, *gambler's fallacy*, *selective recall*, *chasing losses*, *escapism*, serta *overvaluation of in-game rewards*. Distorsi tersebut menyebabkan pasien terus mempertahankan keyakinan irasional mengenai peluang kemenangan maupun manfaat psikologis dari aktivitas berjudi dan bermain gim sehingga perilaku adiktif sulit dihentikan. Dalam perspektif *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), distorsi kognitif merupakan faktor perpetuasi yang mempertahankan hubungan antara pikiran, emosi, dan perilaku maladaptif. Temuan ini mendukung penelitian Molander et al. (2022) yang menekankan bahwa restrukturisasi distorsi kognitif merupakan target utama terapi CBT pada *Gambling Disorder* karena berhubungan langsung dengan penurunan frekuensi perjudian dan peningkatan kontrol diri pasien.

Intervensi CBT pada kasus ini diarahkan untuk membantu pasien mengenali hubungan antara pikiran otomatis, emosi, dan perilaku adiktif, kemudian menggantinya dengan pola pikir yang lebih realistis melalui restrukturisasi kognitif dan latihan keterampilan koping. Selain itu, penerapan *behavioral activation*, *stimulus control*, *urge surfing*, dan *relapse prevention* membantu pasien mengidentifikasi situasi berisiko tinggi serta mengembangkan strategi alternatif ketika muncul dorongan berjudi maupun bermain gim. Perubahan awal berupa meningkatnya kesadaran terhadap *craving*, kemampuan mengenali pemicu, serta berkurangnya frekuensi perilaku adiktif menunjukkan bahwa CBT mulai menghasilkan perubahan pada

proses kognitif dan perilaku pasien. Temuan tersebut sejalan dengan hasil *systematic review* Eriksen et al. (2023), Higuera-El-Ahijado et al. (2023), Andersland et al. (2025), serta Pfund et al. (2026) yang menyimpulkan bahwa CBT merupakan intervensi psikologis dengan tingkat efektivitas paling konsisten dalam menurunkan gejala *Gambling Disorder* melalui perubahan pola pikir dan perilaku maladaptif.

Penanganan pasien pada laporan kasus ini dilakukan melalui integrasi farmakoterapi dan CBT sehingga tidak hanya berfokus pada pengurangan gejala adiksi, tetapi juga stabilisasi gangguan afektif yang menyertainya. Farmakoterapi berperan dalam mengurangi gejala depresi, kecemasan, gangguan tidur, dan impulsivitas sehingga pasien lebih mampu mengikuti proses psikoterapi secara optimal. Sebaliknya, CBT berfungsi mengubah mekanisme psikologis yang mempertahankan perilaku adiktif melalui restrukturisasi kognitif dan pengembangan strategi coping adaptif. Pendekatan multimodal tersebut sesuai dengan rekomendasi Seo et al. (2021), Brand et al. (2025), serta Mestre-Bach et al. (2022) yang menyatakan bahwa kombinasi farmakoterapi dan CBT memberikan luaran klinis yang lebih baik dibandingkan penggunaan salah satu modalitas terapi secara terpisah, khususnya pada pasien dengan komorbiditas psikiatri.

Kasus ini memberikan pemahaman bahwa komorbiditas *Gambling Disorder*, *Internet Gaming Disorder*, dan gangguan afektif bipolar memerlukan asesmen klinis yang komprehensif karena setiap gangguan dapat saling memengaruhi perjalanan penyakit dan respons terapi. Implikasi klinis dari laporan kasus ini adalah pentingnya identifikasi dini terhadap distorsi kognitif, regulasi emosi yang maladaptif, serta gangguan psikiatri komorbid sebelum menentukan strategi intervensi. Integrasi farmakoterapi dengan CBT memungkinkan penanganan yang lebih menyeluruh terhadap faktor biologis, psikologis, dan perilaku sehingga berpotensi meningkatkan keberhasilan terapi dan mencegah kekambuhan. Temuan ini sekaligus memperkuat bukti bahwa pendekatan multidisiplin berbasis biopsikososial merupakan strategi yang paling rasional dalam tata laksana pasien dengan adiksi perilaku komorbid, sekaligus menjadi dasar bagi pengembangan penelitian klinis dengan jumlah kasus yang lebih besar pada masa mendatang.

KESIMPULAN

Gambling Disorder (GD) dan *Internet Gaming Disorder* (IGD) merupakan adiksi perilaku yang memiliki mekanisme psikopatologi yang saling berkaitan melalui interaksi faktor biologis, kognitif, emosional, dan lingkungan. Laporan kasus ini menunjukkan bahwa penanganan komorbiditas kedua gangguan tidak cukup berfokus pada pengurangan perilaku adiktif semata, tetapi memerlukan pendekatan biopsikososial yang mampu mengidentifikasi serta memodifikasi faktor-faktor yang mempertahankan gangguan, seperti distorsi kognitif, regulasi emosi yang maladaptif, dan gangguan psikiatri penyerta. Pemaknaan ini memperkuat pandangan bahwa integrasi farmakoterapi dan *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT) merupakan strategi yang rasional untuk meningkatkan kontrol diri, memperbaiki fungsi psikososial, serta mendukung keberlangsungan perubahan perilaku pada pasien dengan komorbiditas adiksi perilaku. Dengan demikian, laporan kasus ini memberikan kontribusi terhadap praktik klinis dengan menegaskan pentingnya asesmen yang komprehensif dan perencanaan terapi yang bersifat individual sesuai kompleksitas kondisi pasien.

Ke depan, pendekatan terapeutik yang mengintegrasikan farmakoterapi, *Cognitive Behavioral Therapy* (CBT), serta pemantauan jangka panjang berpotensi menjadi model penatalaksanaan yang lebih efektif bagi pasien dengan komorbiditas *Gambling Disorder* dan

Internet Gaming Disorder di berbagai layanan kesehatan jiwa. Penelitian selanjutnya perlu melibatkan jumlah kasus yang lebih besar, desain longitudinal, dan evaluasi luaran klinis jangka panjang untuk menghasilkan bukti ilmiah yang lebih kuat mengenai efektivitas intervensi terpadu pada berbagai karakteristik pasien. Selain itu, pengembangan pedoman tata laksana berbasis bukti untuk kasus komorbiditas adiksi perilaku diharapkan dapat meningkatkan kualitas asesmen, pengambilan keputusan klinis, dan keberhasilan terapi. Pada akhirnya, laporan kasus ini menegaskan bahwa keberhasilan penatalaksanaan adiksi perilaku tidak hanya diukur dari berkurangnya perilaku berjudi atau bermain gim, tetapi juga dari kemampuan pasien membangun kembali fungsi psikologis, sosial, dan kualitas hidup secara berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andersland, M. D., Dow, C. V., Ginley, M. K., Whelan, J. P., & Pfund, R. A. (2025). Cognitive-Behavioral Therapy Techniques for Gambling Disorder: Practice Examples for Clinicians. *Cognitive and Behavioral Practice*. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2025.10.004>
- Arnani, K. D. N. (2021). Internet Gaming Disorder: Prevention Adolescent Programs for Indonesia. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 9(1), 50–58. <https://doi.org/10.20473/jpk.V9.I1.2021.50-58>
- Aulia, K., & Utami, M. S. S. (2025). Cognitive Behavioral Therapy (CBT) Approach In Adolescents With Online Game Addiction. *Eduvest-Journal of Universal Studies*, 5(4), 4719-4727. <https://doi.org/10.59188/eduvest.v5i4.50111>
- Bloch, M., & Misiak, B. (2024). Understanding the emergence of comorbidity between problematic online gaming and gambling: a network analysis approach. *Brain Sciences*, 14(9), 929. <https://doi.org/10.3390/brainsci14090929>
- Bore, P., Nilsson, S., Andersson, M., Oehm, K., Attvall, J., Håkansson, A., & Claesdotter-Knutsson, E. (2024). Effectiveness and acceptability of cognitive behavioral therapy and family therapy for gaming disorder: protocol for a nonrandomized intervention study of a novel psychological treatment. *JMIR Research Protocols*, 13(1), e56315. <https://doi.org/10.2196/56315>
- Brand, M., Antons, S., Böthe, B., Demetrovics, Z., Fineberg, N. A., Jimenez-Murcia, S., ... & Potenza, M. N. (2025). Current advances in behavioral addictions: From fundamental research to clinical practice. *American Journal of Psychiatry*, 182(2), 155-163. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.20240092>
- Eriksen, J. W., Fiskaali, A., Zachariae, R., Wellnitz, K. B., Oernboel, E., Stenbro, A. W., Marcussen, T., & Petersen, M. W. (2023). Psychological intervention for gambling disorder: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, 12(3), 613-630. <https://doi.org/10.1556/2006.2023.00034>
- Gupta, D., Bennett-Li, L., Velleman, R., George, S., & Nadkarni, A. (2021). Understanding internet gaming addiction in clinical practice. *BJPsych Advances*, 27(6), 383-393. <https://doi.org/10.1192/bja.2020.81>
- Higueruela-Ahijado, M., Lopez-Espuela, F., Caro-Alonso, P. A., Novo, A., & Rodriguez-Martin, B. (2023). Efficacy of cognitive-behavioral therapy in improving the quality of life of people with compulsive gambling, a systematic review. *Archives of Psychiatric Nursing*, 43, 127-142. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2022.12.014>
- Mestre-Bach, G., Granero, R., Mora-Maltas, B., Valenciano-Mendoza, E., Munguía, L., Potenza, M. N., ... & Jiménez-Murcia, S. (2022). Sports-betting-related gambling

- disorder: Clinical features and correlates of cognitive behavioral therapy outcomes. *Addictive Behaviors*, 133, 107371. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107371>
- Molander, O., Ramnerö, J., Bjureberg, J., & Berman, A. H. (2022). What to target in cognitive behavioral treatment for gambling disorder—A qualitative study of clinically relevant behaviors. *BMC psychiatry*, 22(1), 510. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04152-2>
- Moreira, D., Azeredo, A., & Dias, P. (2023). Risk factors for gambling disorder: A systematic review. *Journal of gambling studies*, 39(2), 483-511. <https://doi.org/10.1007/s10899-023-10195-1>
- Mutlu, C., Birinci, T., Senel, A., Mustafaoglu, R., Bulanik Koc, E., Karacetin, G., & Kaya Mutlu, E. (2024). A multi-dimensional assessment of internet gaming disorder in children and adolescents: A case-control study. *Work*, 77(4), 1089-1099. <https://doi.org/10.3233/WOR-220652>
- Pfund, R. A., Forman, D. P., Whalen, S. K., Zech, J. M., Ginley, M. K., Peter, S. C., ... & Whelan, J. P. (2023). Effect of cognitive-behavioral techniques for problem gambling and gambling disorder: A systematic review and meta-analysis. *Addiction*, 118(9), 1661-1674. <https://doi.org/10.1111/add.16221>
- Pfund, R. A., Rodda, S. N., & Weinstock, J. (2026). Cognitive-Behavioral Therapy for Gambling Disorder: Current Status and Future Directions. *Cognitive and Behavioral Practice*. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2026.05.006>
- Seo, E. H., Yang, H. J., Kim, S. G., Park, S. C., Lee, S. K., & Yoon, H. J. (2021). A literature review on the efficacy and related neural effects of pharmacological and psychosocial treatments in individuals with internet gaming disorder. *Psychiatry Investigation*, 18(12), 1149. <https://doi.org/10.30773/pi.2021.0207>
- Siste, K., Hanafi, E., Murtani, B. J., Baigent, M., Riley, B. J., Sessions, J., Sen, L. T., Christian, H., Aryani, A., & Kusuma, K. S. (2024). Internet-based cognitive behavioral therapy for individuals with gambling disorder in Indonesia: protocol for a pilot and feasibility study. *F1000Research*, 13, 689. <https://doi.org/10.12688/f1000research.151009.2>
- Stefanovics, E. A., & Potenza, M. N. (2022). Update on Gambling Disorder. *The Psychiatric clinics of North America*, 45(3), 483–502. <https://doi.org/10.1016/j.psc.2022.04.004>
- Tran, L. T., Wardle, H., Colledge-Frisby, S., Taylor, S., Lynch, M., Rehm, J., ... & Degenhardt, L. (2024). The prevalence of gambling and problematic gambling: a systematic review and meta-analysis. *The Lancet Public Health*, 9(8), e594-e613. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(24\)00126-9](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(24)00126-9)
- Valls, C. M., Håkansson, A., & Cervin, M. (2025). Understanding well-being among gamblers: The role of co-occurring psychopathology. *Psychiatry Research*, 352, 116715. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2025.116715>
- Wang, X., Zhang, Y., Lin, J., Wong, A. C. W., Chan, K. K. Y., Wong, S. Y. S., & Yang, X. (2023). Treatments of internet gaming disorder and comorbid mental disorders: A systematic review and meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 149, 107947. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2023.107947>
- Wani, R. T., Rashid, I., Chowdri, I., & Qazi, T. B. (2022). An epidemiological study on factors influencing gaming disorder: An online cross-sectional design. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 11(5), 2114-2118. <https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe.1701.21>