

ABSTRAK

Strategi koping merupakan usaha kognitif maupun perilaku yang dilakukan individu untuk menghadapi, mengelola, dan mengurangi tekanan yang muncul akibat situasi yang dianggap melebihi kapasitasnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana strategi koping kepala keluarga dalam mengatasi masalah ekonomi akibat judi online di Kota Tanjungbalai. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Subjek penelitian terdiri atas empat orang laki-laki yang berstatus sebagai kepala keluarga, pernah terlibat judi online, telah berhenti berjudi, dan mengalami masalah ekonomi akibat perjudian. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kepala keluarga menggunakan strategi *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* dalam menghadapi masalah ekonomi akibat judi online. Pada *problem-focused coping*, terlihat melalui *confrontative coping* berupa menghadapi kesalahan dan konsekuensi perjudian, *planful problem solving* melalui usaha memperbaiki kondisi ekonomi, mengatur keuangan, membayar utang, dan memenuhi kebutuhan keluarga, serta *seeking social support* melalui dukungan dari istri, keluarga, teman, dan lingkungan. Sementara pada *emotion-focused coping*, terlihat melalui *positive reappraisal* dengan memaknai pengalaman perjudian sebagai pelajaran, *accepting responsibility* dengan mengakui keterlibatan dan bertanggung jawab terhadap konsekuensi perjudian, *self-control* dengan mengendalikan pikiran dan perilaku, serta *distancing* dengan menjauhi lingkungan dan hal-hal yang dapat memicu perjudian. Kedua bentuk strategi koping tersebut saling berkaitan dalam membantu kepala keluarga memperbaiki kondisi ekonomi, mengelola tekanan, serta mempertahankan keputusan untuk berhenti berjudi dan membangun kehidupan keluarga yang lebih terarah.

Kata kunci: *Judi Online, Kepala Keluarga, Masalah Ekonomi, Strategi Koping, Tanjungbalai*