



## Pengembangan Support System Sebagai Upaya Pencegahan Depresi Pada Korban Pinjaman Online

Wiwik Suatin <sup>(1)</sup>, Choirul Hidayah <sup>(2)</sup>, Alaiya Choril Mufidah <sup>(3)</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Nahdlatul Ulama Blitar, Indonesia

Email: [alhidayahpoenya@gmail.com](mailto:alhidayahpoenya@gmail.com)

Informasi artikel	ABSTRACT
Received : 05 Juni 2025 Published : 05 Agustus 2025	The rapid The development of a support system is one of the strategic approaches to preventing depression. A support system refers to a network of social support consisting of family, friends, neighbors, community members, and health professionals who work together to provide emotional support, information, and practical assistance to individuals in need. This study employs a qualitative and exploratory method. The aim of this research is to formulate recommendations for the development of support systems as an effort to prevent depression among victims of online lending. The study uses a case study strategy, which is a methodological approach to collecting exploratory data. Purposive sampling was applied in the participant recruitment process. The participants in this study were victims of online loans, aged 18–40 years, with a total of 15 research subjects.
<b>Kata kunci:</b> <i>Support System,, Depression, Victims of online lending</i>	
<b>Keyword:</b> Support System, Depresi, Korban Pinjaman Online.	<b>ABSTRAK</b>  Pengembangan support system menjadi salah satu pendekatan strategis sebagai upaya mencegah depresi. Support system merujuk pada jaringan dukungan sosial yang terdiri dari keluarga, teman, tetangga, komunitas, dan profesional kesehatan yang bekerja sama untuk memberikan dukungan emosional, informasi, dan bantuan praktis kepada individu yang membutuhkan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dan eksploratif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyusun rekomendasi pengembangan support system sebagai upaya untuk mencegah depresi pada korban pinjol. Penelitian ini menggunakan strategi studi kasus, yaitu pendekatan metodis untuk mengumpulkan data yang bersifat eksploratif. Purposive sampling digunakan dalam proses rekrutmen peserta. Partisipan dalam penelitian ini adalah mereka yang menjadi korban pinjaman online, dengan usia 18-40 tahun, dengan dengan jumlah 15 subjek penelitian.

## Pendahuluan

Perkembangan teknologi membuat banyak orang semakin mudah mengakses informasi baik itu informasi positif maupun negatif. Dari beberapa kemajuan dalam bidang teknologi salah satu yang menonjol saat ini yakni kemajuan teknologi dalam bidang financial technology (Fintech) yang mana teknologi ini berguna sebagai sarana transaksi keuangan modern. Salah satu model Fintech yang paling diminati oleh masyarakat pada saat ini adalah pinjaman online (pinjol) (Supriyanto dan Ismawanti, 2019). Berdasarkan data yang dirilis Otoritas Jasa Keuangan pada Oktober 2021, 98 dari 106 platform pinjaman online yang telah mendapat izin dan terdaftar resmi telah memiliki izin usaha. Sementara itu, sebanyak 172 platform pinjaman gelap berhasil ditemukan dan ditutup oleh Satgas Waspada Investasi (SWI). Pinjaman ilegal ini sering kali dapat diperoleh dengan mudah oleh peminjam, terutama di kalangan 30 juta generasi milenial di Indonesia, yang sangat bergantung pada internet untuk berkomunikasi. Sementara itu, OJK menerima 16.231 lebih pengaduan bisnis ilegal dalam kasus pinjaman online Indonesia antara Januari 2024 hingga 31 Desember 2024.

Dalam beberapa tahun terakhir penyalahgunaan pinjaman online (pinjol) di Indonesia telah meningkat, dikarenakan pesatnya perkembangan teknologi dan kemudahan akses finansial yang ditawarkannya (Indraddin dan Irwan, 2016). Ada beberapa faktor –faktor yang mempengaruhi seseorang mengambil pinjaman online diantaranya adalah untuk memenuhi gaya hidup konsumtif (Sumartono 2002), faktor literasi yang rendah sehingga dengan mudahnya individu mengakses pinjol tanpa memikirkan akibatnya (Fatesond & Cakranegara, 2022 ; Arvante, 2022 ; Nury & Prajawati, 2022). Pinjaman online seringkali menempatkan individu pada situasi stres yang berat, meningkatkan risiko depresi, kecemasan, dan gangguan psikologis lainnya dikarenakan adanya intimidasi atau tekanan yang tidak manusiawi dari penagih, adanya tekanan sosial yang membuat korban semakin malu, juga tekanan finansial dikarenakan tidak bisa membayar bunga tagihan yang tinggi. Apabila tidak segera ditanggulangi secara profesional maka korban dari pinjaman online akan semakin terjebak dalam masalah utang yang terus bertambah, yang mana bisa berdampak negatif terhadap kondisi fisik maupun psikologis mereka.

Salah satu faktor yang sering dikaitkan dengan meningkatnya prevalensi depresi adalah tekanan sosial dan ekonomi. Situasi seperti utang, termasuk yang berasal dari pinjaman online (pinjol), menjadi salah satu pemicu stres yang signifikan. Pinjaman online, meskipun menawarkan kemudahan akses, sering kali disertai bunga tinggi dan praktik penagihan yang tidak etis, yang menyebabkan tekanan psikologis bagi peminjam. Banyak korban pinjol mengalami ketegangan emosional, rasa malu, dan isolasi sosial, yang berpotensi memicu depresi. Salah satu kondisi yang memprihatinkan terkait kesehatan mental adalah depresi yang secara signifikan mempengaruhi banyak aspek kehidupan seseorang. Lebih dari 280 juta orang di seluruh dunia menderita depresi, dan frekuensinya meningkat setiap tahunnya, menurut penelitian Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tahun 2023.. Depresi dapat menyebabkan penurunan produktivitas, gangguan hubungan interpersonal, dan bahkan meningkatkan risiko bunuh diri. Kondisi ini tidak hanya memengaruhi individu yang mengalaminya tetapi juga berdampak pada keluarga dan masyarakat di sekitarnya (Ramadani dkk, 2023).

Dalam konteks ini, pengembangan support system menjadi pendekatan strategis untuk mencegah depresi. Support system merujuk pada jaringan dukungan sosial yang terdiri dari keluarga, teman, komunitas, dan profesional kesehatan yang bekerja sama untuk memberikan dukungan emosional, informasi, dan bantuan praktis kepada individu yang membutuhkan. Berdasarkan teori buffering social support (Cohen & Wills, 1985), dukungan sosial memiliki peran penting dalam melindungi individu dari dampak negatif stres. Dukungan sosial tidak hanya memberikan rasa aman tetapi juga membantu individu dalam mengembangkan strategi koping yang lebih efektif.

Beberapa studi menunjukkan bahwa individu yang memiliki akses ke support system yang baik lebih mampu menghadapi situasi sulit dibandingkan dengan mereka yang tidak memilikinya. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Thoits (2011) menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi risiko depresi dengan meningkatkan rasa kontrol dan harga diri individu. Selain itu, pendekatan berbasis komunitas, seperti kelompok dukungan dan layanan konseling, telah terbukti efektif dalam mencegah dan mengurangi gejala depresi. Namun, pengembangan support system juga memiliki berbagai tantangan. Beberapa individu

enggannya mencari bantuan karena stigma sosial terhadap masalah kesehatan mental. Selain itu, tidak semua orang memiliki akses yang sama ke sumber daya sosial atau layanan kesehatan mental. Oleh karena itu, diperlukan strategi yang terencana untuk membangun dan memperkuat support system yang inklusif dan mudah diakses oleh berbagai kelompok masyarakat.

Dalam konteks korban pinjaman online, pengembangan support system dapat mencakup berbagai inisiatif, seperti layanan konseling gratis, pelatihan keterampilan manajemen stres, kelompok pendukung berbasis komunitas, hingga edukasi tentang literasi keuangan. Intervensi ini tidak hanya membantu individu mengatasi masalah emosional tetapi juga mencegah dampak negatif yang lebih besar, seperti depresi berat atau tindakan bunuh diri. Dengan latar belakang tersebut, penelitian dan implementasi pengembangan support system sebagai upaya pencegahan depresi menjadi sangat relevan. Selain menawarkan solusi praktis, pendekatan ini juga mencerminkan pentingnya kerjasama lintas sektor antara keluarga, komunitas, dan pemerintah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan mental masyarakat secara keseluruhan.

### **Kajian Pustaka**

Depresi adalah penyakit mental yang ditandai dengan kesedihan yang mendalam, ketidaktertarikan, perubahan kebiasaan makan dan tidur, serta kesulitan fokus. Banyak teori yang mencoba menjelaskan penyebab depresi dari sudut pandang biologis, psikologis, dan sosial karena memiliki landasan yang beragam. Gangguan depresi dibagi menjadi lima kategori dalam Diagnostic Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5) yang diterbitkan oleh American Psychiatric Association: gangguan depresi mayor, gangguan disregulasi suasana hati yang mengganggu, gangguan disforik pramenstruasi, gangguan depresi persisten (distimia), dan gangguan depresi akibat kondisi medis lainnya. Semua gangguan depresi memiliki ciri-ciri seperti kesedihan dan kehampaan, suasana hati yang mudah tersinggung, serta kelainan fisik dan kognitif yang secara substansial mengganggu kemampuan seseorang untuk bisa produktif (Ramadani dkk, 2023).

Individu yang mengalami depresi berkelanjutan dan apabila tidak segera tertangani maka akan bisa berakibat fatal, diantaranya menyakiti diri sendiri, menyakiti atau mengganggu orang lain, bahkan yang paling parah bisa berakibat bunuh diri atau membunuh orang lain (Atkinson, 1991). Gejala depresi bisa dilihat dari beberapa gejala yang tampak diantaranya meliputi gejala fisik seperti gangguan pola tidur, menurunnya tingkat aktivitas, menurunnya produktivitas kerja, mudah merasa letih dan sakit, untuk gejala psikologis seperti kehilangan rasa percaya diri, sensitif terhadap stimulus dari luar, merasa tidak berguna, perasaan bersalah dan terbebani dan yang terakhir ada gejala sosial seperti menarik diri dari lingkungan sosial (Ramadani dkk.,2023).

Beberapa faktor yang mempengaruhi depresi diantaranya karena pengalaman masa lalu, faktor genetik, faktor psikososial, faktor kegagalan yang berulang, faktor kognitif (Kaplan, 2010). Menurut Rahmayanti & Rahmawati (2018), depresi disebabkan oleh pola pikir negatif yang mengarah pada perasaan tidak berdaya dan putus asa. Semakin tinggi tingkat depresi maka semakin tinggi pula ide untuk bunuh diri, depresi bisa menjadi pemicu bunuh diri pada individu karena adanya pikiran negatif atau tidak baik terhadap diri sendiri (Mandasari dan Tobing, 2020). Pemikiran negatif terkait dengan masalah ekonomi dan kewajiban yang tidak tertanggungkan dapat memperburuk kondisi psikologis individu. Melalui Pengembangan support system yang positif dapat merubah pola pikir negatif individu dan membantu individu untuk melihat solusi yang lebih optimis serta mengurangi perasaan terisolasi.

Teori Buffering yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills (1985) adalah salah satu teori utama dalam psikologi sosial yang menjelaskan bagaimana support system dapat melindungi individu dari dampak buruk stresor terhadap kesehatan mental dan fisik. Teori ini menyatakan bahwa support system berfungsi sebagai buffer atau penyangga yang mengurangi dampak negatif dari situasi stres yang dialami individu. Teori ini menyatakan bahwa support system bertindak sebagai buffer atau penghalang terhadap efek negatif dari stres,

yang pada gilirannya dapat mencegah atau mengurangi gejala depresi. Stresor yang dihadapi individu, seperti masalah pribadi, sosial, atau finansial, dapat meningkatkan risiko terjadinya depresi. Namun, jika individu menerima dukungan sosial yang cukup—baik dalam bentuk dukungan emosional, instrumental, atau informasional—maka dampak negatif dari stres tersebut akan berkurang, yang dapat mencegah perkembangan depresi (LAM, 2019).

Salah satu bentuk sumber daya yang berfungsi sebagai stress-buffering adalah dukungan sosial. Dukungan sosial dapat diartikan sebagai bantuan yang diberikan oleh seseorang kepada orang lain untuk membantu mempermudah proses mengatasi masalah. Menurut LAM (2019), hubungan yang suportif berkontribusi terhadap kesejahteraan individu karena menyediakan kedekatan, penerimaan, dan dukungan emosional. Hal ini berperan sebagai isolator (buffer) terhadap stres dengan cakupan yang luas. Konsep dasar dari stress-buffering adalah bahwa beberapa sumber daya dapat mengurangi dampak negatif dari pengalaman hidup. Dalam konteks ini, sumber daya berfungsi sebagai penghalang (buffer) antara stresor dan dampak negatifnya, sehingga individu dengan lebih banyak sumber daya cenderung kurang terpengaruh oleh stres (LAM, 2019). Model buffering stres dari lingkungan sosial menyatakan bahwa lingkungan sosial dapat mengurangi hubungan stressor-stressor sehingga individu dengan lingkungan sosial yang kurang stres secara konsisten mempunyai ambang stres yang lebih tinggi dibandingkan individu dengan lingkungan sosial yang lebih banyak (Cohen & Wills, 1985).

Ada dua dimensi dari buffering stres itu sendiri: (1) dukungan yang diterima, yang diartikan sebagai tindakan dukungan yang diungkapkan secara verbal, dan (2) dukungan yang dirasakan, atau persepsi akan adanya dukungan. Sedangkan dimensi pertama dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam mengatasi stres, sedangkan dimensi kedua dapat menciptakan evaluasi yang lebih tenang terhadap kejadian di sekitar individu (LAM, 2019).

Dukungan sosial yang dirasakan mempengaruhi kemampuan individu dalam menggunakan bantuan sebagai mekanisme coping untuk mengurangi stres. Teori buffering stress yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills (1985) menyatakan bahwa dukungan sosial berperan sebagai pelindung yang mampu mengurangi efek negatif stres terhadap kesehatan mental. Selain membantu individu dalam menghadapi situasi yang penuh tekanan, dukungan sosial juga berkontribusi pada peningkatan kesehatan mental secara umum. Dukungan sosial mencakup bantuan yang diterima individu dari orang-orang di sekitar mereka, seperti keluarga, teman, kolega, atau komunitas. Bentuk dukungan ini dibagi menjadi: Dukungan Emosional, memberikan empati, perhatian, dan penguatan emosional. Dukungan Instrumental, memberikan bantuan praktis atau materi, seperti uang atau layanan. Dukungan Informasional, memberikan nasihat, saran, atau informasi yang membantu individu mengatasi masalah. Dukungan Penilaian, membantu individu mengevaluasi situasi mereka secara positif (Sarafino, 2011).

Teori ini menyoroti dua mekanisme utama bagaimana dukungan sosial berfungsi sebagai penyangga terhadap stres: pertama untuk mengurangi persepsi stres, support system dapat membantu individu untuk melihat stresor sebagai sesuatu yang lebih dapat diatasi. Ketika seseorang menghadapi masalah keuangan, nasihat dari teman atau keluarga dapat memberikan solusi yang konkret atau pandangan yang lebih optimis. Dukungan emosional membuat individu merasa tidak sendirian, sehingga mengurangi tingkat kecemasan dan ketakutan. Selanjutnya untuk meningkatkan kemampuan coping, support system memberikan sumber daya yang membantu individu untuk mengatasi situasi stres secara lebih efektif seperti dukungan instrumental, seperti bantuan finansial, dapat langsung mengurangi beban stres akibat utang. Dukungan informasional juga menjadi saran praktis tentang manajemen utang, meningkatkan kemampuan individu untuk mengatasi masalah (Sarafino, 2011).

Teori ini dapat diterapkan dalam berbagai konteks, diantaranya untuk kesehatan mental, support system digunakan untuk mencegah dan mengurangi depresi, terutama pada individu yang menghadapi tekanan berat. Dengan membentuk kelompok dukungan bagi penyandang masalah yang berat untuk berbagi pengalaman dan informasi dan juga menemukan solusi bersama. Selanjutnya sebagai manajemen stres, pelatihan strategi koping yang didukung oleh keluarga atau komunitas dapat membantu individu mengelola stres dengan lebih baik. Yang terakhir sebagai intervensi komunitas, dengan jalan membentuk jaringan komunitas yang memberikan dukungan finansial, emosional, atau informasi kepada individu yang mengalami tekanan sosial atau ekonomi (Cohen & Wills, 1985).

## Metode

Penelitian ini bersifat kualitatif dan eksploratif. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki dan memahami bagaimana orang atau kelompok bereaksi terhadap suatu masalah sosial atau fenomena tertentu (Creswell & Creswell, 2017). Penelitian ini menggunakan strategi studi kasus, yaitu pendekatan metodis untuk mengumpulkan data yang bersifat eksploratif (Rahardjo, 2017). Wawancara semi terstruktur dengan pertanyaan terbuka pada konteks/tingkat setting berbeda mengenai timbulnya depresi pada penderita Pinjol digunakan sebagai metode pengumpulan data. (2) dokumentasi dengan mengumpulkan makalah atau data arsip yang berkaitan dengan kajian, termasuk data dari media sosial dan sumber online; dan (3) pertanyaan wawancara disusun dengan menggunakan Center for Epidemiologic Studies Depression Scale (CES-D) sebagai panduan.

Teknik analisis data yang digunakan adalah metode: reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan, dan verifikasi. Analisis dilakukan secara berkelanjutan sejak pengumpulan hingga tahap akhir penelitian. Reduksi data dilakukan dengan menyeleksi dan mengode data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang relevan dengan fokus penelitian, yaitu kondisi psikologis korban pinjaman online serta bentuk dan peran support system dalam pencegahan depresi. Penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi deskriptif dan tabel tematik untuk memudahkan identifikasi pola dan hubungan antar kategori. Penarikan kesimpulan dan verifikasi dilakukan dengan menafsirkan data secara mendalam serta memeriksa konsistensi temuan melalui peninjauan ulang data dan penguatan bukti empiris. Sebagai teknik validasi data, triangulasi sumber data melibatkan peneliti menggunakan serangkaian data terkini dengan membandingkan data pembanding dari sumber tambahan (Miles & Huberman, 2014). Purposive sampling digunakan dalam proses rekrutmen peserta. Partisipan dalam penelitian ini adalah mereka yang menjadi korban pinjaman online, dengan usia 18-40 tahun, dengan dengan jumlah 15 subjek penelitian.

## Hasil dan pembahasan

Berdasarkan wawancara mendalam, observasi, dan catatan lapangan pada 15 korban pinjaman online, diperoleh beberapa temuan utama: Kondisi awak psikologis subjek mayoritas subjek (11 dari 15) mengalami gejala depresi ringan hingga sedang ditandai dengan perasaan putus asa, sulit tidur, mudah menangis, dan merasa bersalah akibat utang. Sebagian kecil (4 dari 15) melaporkan gejala depresi berat, seperti munculnya pikiran untuk mengakhiri hidup, merasa hidup tidak berharga, dan menarik diri dari lingkungan sosial. Faktor pemicu utama adalah tagihan dan ancaman dari debt collector baik melalui pesan, telepon, maupun media sosial.

Peran support system seperti keluarga dari 9 subjek menyebut dukungan keluarga berupa bantuan materi dan emosional (memberikan tempat aman, menemani saat krisis) menjadi faktor utama yang menurunkan kecemasan. Namun, 6 subjek justru merasa ditolak atau disalahkan oleh keluarga. Sedangkan support dari teman dari 7 subjek merasa terbantu oleh teman dekat yang memberikan pendampingan emosional dan solusi praktis, misalnya mencari konsultan hukum atau kelompok pendamping korban pinjol. 4 subjek mendapatkan dukungan dari lembaga bantuan hukum dan komunitas anti-pinjol yang membantu memberi rasa aman dan strategi menghadapi ancaman debt collector.

Manfaat dari adanya support system korban merasa lebih tenang secara emosional ketika memiliki orang yang bisa diajak berbicara. Dukungan sosial memberikan strategi koping adaptif, misalnya berbagi pengalaman, mencari jalur hukum, atau menunda pembayaran dengan mekanisme resmi. 10 dari 15 subjek melaporkan

bahwa setelah mendapatkan dukungan sosial, gejala depresi mereka berkurang (lebih optimis, berani menghadapi tekanan, dan tidak lagi berpikir untuk bunuh diri). Hambatan support system dari sebagian korban merasa adanya stigma sosial/pelabelan (tidak bisa mengatur keuangan, terjebak karena kesalahan sendiri) membuat mereka enggan mencari dukungan. Ada keterbatasan akses layanan kesehatan mental karena biaya dan kurangnya informasi. Tidak semua keluarga mampu menjadi support system, sehingga diperlukan jaringan sosial alternatif.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa support system memegang peran penting dalam pencegahan depresi pada korban pinjaman online. Menurut teori Social Support Buffering Hypothesis (Cohen & Wills, 1985), dukungan sosial dapat mengurangi dampak stres terhadap kesehatan mental dengan memberikan rasa aman, penerimaan, dan solusi praktis. Dalam penelitian ini, dukungan keluarga dan teman terbukti menjadi penopang utama dalam menghadapi ancaman debt collector dan tekanan psikologis akibat utang. House (1981) membagi dukungan sosial menjadi empat dimensi: emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan. Keempat dimensi ini ditemukan dalam penelitian: keluarga memberikan dukungan emosional, teman memberikan solusi praktis (instrumental), komunitas menyediakan informasi dan advokasi hukum (informatif), serta validasi dari sesama korban menjadi bentuk dukungan penghargaan. Dukungan ini efektif menurunkan perasaan tidak berdaya, yang merupakan salah satu gejala inti depresi (Beck, 1967).

Hasil wawancara menunjukkan bahwa korban yang mendapatkan dukungan sosial yang kuat cenderung mampu menggunakan mekanisme coping yang sehat, seperti mencari jalur hukum, berbicara dengan keluarga, atau mengakses layanan konseling. Sebaliknya, korban dengan support system lemah cenderung mengalami peningkatan depresi, menarik diri, dan menunjukkan tanda-tanda hopelessness. Stigma sosial menjadi penghalang besar, sejalan dengan penelitian Corrigan (2004) yang menjelaskan bahwa stigma terhadap masalah keuangan atau kesehatan mental dapat memperburuk depresi karena menghambat pencarian pertolongan. Hal ini menunjukkan perlunya intervensi berbasis komunitas yang inklusif, serta kebijakan pemerintah dalam melindungi korban pinjaman online.

Dari temuan-temuan diatas dapat disimpulkan bahwa pengembangan support system bagi korban pinjaman online perlu diarahkan pada pendekatan yang komprehensif dan terintegrasi. Dukungan emosional berupa kehadiran teman curhat yang empatik terbukti penting sebagai penanganan awal untuk meredakan kecemasan dan tekanan psikologis. Namun, dukungan ini perlu dilengkapi dengan literasi finansial agar korban memahami pengelolaan utang dan risiko pinjaman online, serta dukungan hukum untuk memberikan rasa aman melalui pemahaman hak-hak korban dan mekanisme penanganan pinjol ilegal. Selain itu, temuan penting menunjukkan bahwa dukungan spiritual, seperti mendekatkan diri kepada Tuhan melalui ibadah dan refleksi religius, berperan signifikan dalam menumbuhkan ketenangan batin dan harapan, sehingga menjadi faktor protektif dalam pencegahan depresi. Oleh karena itu, support system yang efektif tidak cukup bersifat emosional semata, tetapi harus mencakup aspek emosional, finansial, hukum, dan spiritual secara terpadu.

## **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pengembangan support system memiliki peran yang sangat penting sebagai upaya pencegahan depresi pada korban pinjaman online. Korban pinjaman online umumnya mengalami tekanan psikologis yang tinggi akibat beban finansial, intimidasi, stigma sosial, serta keterbatasan akses terhadap bantuan yang memadai. Kondisi tersebut meningkatkan kerentanan terhadap munculnya gejala depresi apabila tidak diimbangi dengan dukungan sosial yang kuat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keberadaan support system yang melibatkan keluarga, teman sebaya, komunitas, serta tenaga profesional mampu memberikan dukungan emosional, informasi, dan bantuan praktis yang signifikan bagi korban. Dukungan ini berperan dalam mengurangi perasaan terisolasi, meningkatkan kemampuan coping, serta membantu korban dalam mengambil keputusan yang lebih adaptif dalam menghadapi permasalahan pinjaman online. Oleh karena itu, pengembangan support system yang terstruktur, berkelanjutan, dan mudah diakses menjadi strategi preventif yang efektif dalam menekan risiko depresi pada korban pinjaman online. Rekomendasi yang dihasilkan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi pemangku kepentingan, baik pemerintah, lembaga sosial, maupun masyarakat, dalam merancang program pendampingan dan intervensi psikososial yang lebih komprehensif dan responsif terhadap kebutuhan korban pinjaman online.

## Saran

Penelitian ini menyarankan agar pengembangan support system bagi korban pinjaman online dilakukan secara komprehensif dengan mengintegrasikan dukungan emosional, literasi finansial, edukasi atau bantuan hukum, serta penguatan spiritual. Keluarga, lingkungan sosial, dan lembaga pendamping diharapkan dapat berperan aktif dalam memberikan pendampingan yang empatik dan tidak menghakimi, sekaligus membantu korban memperoleh pemahaman finansial dan hukum yang memadai. Selain itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji efektivitas model support system ini melalui pendekatan kuantitatif atau mixed methods serta melibatkan partisipan yang lebih beragam guna memperkuat temuan dan pengembangan intervensi pencegahan depresi yang lebih efektif.

## DAFTAR RUJUKAN

- Alexander, C., Christianto, J., & Venturini, H. (2022). Penerapan Cyber Counseling Dalam Menangani Depresi Remaja Pada Masa Pandemi Covid-19. *Kharismata: Jurnal Teologi Pantekosta*, 4(2), 249–262. <https://doi.org/10.47167/Kharis.V4i.2.124>
- Arvante, J. Z. Y. (2022). Dampak Permasalahan Pinjaman Online dan Perlindungan Hukum Bagi Konsumen Pinjaman Online. *Ikatan Penulis Mahasiswa Hukum Indonesia Law Journal*, 2(1), 73–87. <https://doi.org/10.15294/ipmhi.v2.i1.53736>.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357.
- Fetesond, M., & Cakranegara, P. A. (2022). Pengaruh Literasi Keuangan, Kemampuan Akademis dan Pengalaman Bekerja Terhadap Perilaku Keuangan Mahasiswa. *E- Qien Jurnal Ekonomi Dan Bisnis*, 9(1), 259–274.
- Fitria, Y., & Maulidia, R. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Depresi Pada Remaja di SMPN Kota Malang. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat III*, 270-276.
- Indraddin dan Irwan. (2016). *Strategi dan Perubahan Sosial*. Deepublisher. Yogyakarta
- Kaplan, H.I. & Sadock, B.J. (2010). *Buku ajar psikiatri klinis*. Edisi2. Alih bahasa Profitasari dan Tiara Mahatmi Nisa. Jakarta: EGC.
- Kisnawati. (2017). *Hubungan Antara Dukungan Keluarga Terhadap Tingkat Depresi Pada Remaja di SMA Negeri 1 Sentolo Kabupaten Kulon Progo Yogyakarta*. Skripsi.
- LAM, Bick-har. (2019). *Social Support, Well- being, and Teacher Development*. Hong Kong: The Education University of Hong Kong.
- Mandasari, L., & Tobing, D. L. (2020). Tingkat Depresi dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 2(1), 1–7.
- Nury, Rosita. H & Prajawati, Ika. (2022). *Praktik Financial Technology Dan Risiko Pinjaman Online Pada Mahasiswa*. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia* p-ISSN: 2541-0849 e-ISSN: 2548-1398. Vol. 7, No. 5.
- Rahmawati, L., & Elita, V. (2015). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Depresi Remaja Di Lembaga Pemasarakatan. 2(2), 10.
- Rahmayanti, Y. E., & Rahmawati, T. (2018). Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kejadian Depresi Pada Remaja Awal. *Jurnal Asuhan Ibu & Anak*, 3(6), 8.
- Ramadani dkk. (2023). *Depresi: Penyebab dan Gejala Depresi*. *Bersatu: Jurnal Pendidikan Bhineka Tunggal Ika*, Vol. 2, No. 2, e-ISSN: 2988-0440, p- ISSN: 2988-0491, DOI: <https://doi.org/10.51903/bersatu.v2i2.619>
- (Depression, Anxiety, Stress) pada perempuan yang menikah di usia dini di kecamatan Sirimau Kota Ambon. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. Vol 6 (2)
- Wibowo, T. (2021). Hubungan support system keluarga dengan depresi pada pasien paska stroke iskemik. *Indonesian Journal fo Helth Sciences*. Vol 5 (2), 141-149
- Sarafino, E. P., & Smith, T. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 6th edition. New York: John Wiley & Sosc, Inc.
- Sumartono. (2002). *Terperangkap dalam Iklan : Menyerpong Imbas Pesan Iklan Televisi*. Bandung: Alfabeta
- Supriyanto, E., & Ismawati, N. (2019). Sistem Informasi Fintech Pinjaman Online Berbasis Web. *Jurnal Sistem Informasi, Teknologi Informasi dan Komputer*, 9(2), 100-107, DOI:

<https://doi.org/10.24853/justit.9.2.100-107>.

Warella dkk. (2021). Hubungan antara support system dengan DAS (Depression, Anxiety, Stress) pada perempuan yang menikah di usia dini di kecamatan Sirimau Kota Ambon. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah. Vol 6 (2)

Wibowo, T. (2021). Hubungan support system keluarga dengan depresi pada pasien paska stroke iskemik. Indonesian Journal of Health Sciences. Vol 5 (2), 141-149