



DAMPAK PSIKOLOGIS PINJAMAN ONLINE BAGI KAUM MUDA

Artikel Edukasi

Arya Sacca

Sekolah Tinggi Teologi Injili Indonesia Jakarta

aryadrummer10@gmail.com

PENDAHULUAN

Pinjaman online adalah jenis produk keuangan yang memungkinkan seseorang untuk meminjam uang melalui aplikasi, bukan melalui bank atau credit union tradisional. Pinjaman ini biasanya diperoleh melalui pemberi pinjaman online, yang dapat menawarkan berbagai pilihan pinjaman dan persyaratan yang sesuai dengan kebutuhan peminjam. Dengan kemajuan teknologi dan meningkatnya popularitas perbankan online, pinjaman online telah menjadi cara yang nyaman dan mudah diakses oleh individu untuk mendapatkan dana untuk berbagai tujuan. Dengan kenyamanan dan keakraban mereka dengan teknologi, banyak generasi milenial dan Gen Z yang beralih ke pemberi pinjaman online untuk mendapatkan akses dana yang cepat dan mudah. Tren ini didorong oleh kenyamanan pengajuan pinjaman dari rumah mereka sendiri, serta kemampuan untuk membandingkan berbagai penawaran pinjaman dengan cepat dan mudah. Selain itu, proses pengajuan yang efisien dan waktu persetujuan yang lebih cepat dari pinjaman online menarik bagi generasi muda, yang menghargai efisiensi dan kenyamanan dalam transaksi keuangan mereka.

Kemudahan mendapatkan pinjaman online juga telah menyebabkan peningkatan pengeluaran impulsif dan kurangnya tanggung jawab keuangan di kalangan individu yang lebih muda. Hanya dengan beberapa klik, mereka dapat mengakses uang dalam jumlah besar tanpa memahami syarat dan ketentuan pinjaman. Hal ini dapat menyebabkan siklus utang dan ketidakstabilan keuangan, karena kaum muda mungkin mendapati diri mereka berjuang untuk melakukan pembayaran atas pinjaman yang tidak pernah mereka pahami sepenuhnya. Seiring dengan semakin populernya pinjaman online, penting untuk mempertimbangkan dampak psikologis yang ditimbulkannya terhadap kebiasaan finansial dan kesejahteraan generasi milenial dan Gen Z. Kemudahan pinjaman online memang menggiurkan, namun sangat penting bagi generasi muda untuk mengedukasi diri mereka sendiri mengenai risiko-risiko yang ada sebelum mengambil pinjaman.

Pinjaman online telah berkembang pesat di Indonesia seiring dengan kemajuan teknologi finansial (fintech). Data Otoritas Jasa Keuangan (OJK) menunjukkan pengguna pinjaman online meningkat drastis, mayoritas berasal dari generasi muda yang memiliki keterbatasan akses terhadap perbankan konvensional. Sayangnya, kemudahan ini sering kali tidak dibarengi dengan pemahaman yang baik mengenai risiko finansial, termasuk tingginya suku bunga dan denda atas keterlambatan pembayaran. Akibatnya, banyak anak muda yang terjebak dalam lingkaran hutang dan ketidakamanan finansial. Tanpa pengetahuan yang baik mengenai pengelolaan keuangan dan literasi, mereka lebih rentan terjerumus ke dalam perangkap utang dan kesulitan memenuhi kebutuhan hidup. Oleh karena itu, penting bagi

lembaga pendidikan dan pengambil kebijakan untuk memprioritaskan program literasi keuangan guna memberdayakan generasi muda dengan keterampilan yang diperlukan untuk membuat keputusan keuangan yang tepat dan menghindari menjadi korban praktik pinjaman predator.

Selain masalah finansial, dampak psikologis penggunaan pinjol juga menjadi perhatian serius. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa utang yang dikelola dengan buruk dapat menyebabkan kecemasan, stres, dan bahkan depresi. Dalam konteks peminjaman, tekanan psikologis semakin meningkat akibat metode penagihan yang seringkali bersifat intimidasi, antara lain ancaman, pembagian data pribadi, dan pelecehan verbal. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana pengaruh penggunaan pinjol terhadap kondisi psikologis remaja.

RUMUSAN MASALAH

Pinjaman online semakin banyak digunakan oleh anak muda karena kemudahan akses dan proses pencairan yang cepat. Namun, di balik keuntungan tersebut, muncul berbagai permasalahan psikologis yang dialami oleh peminjam, seperti kecemasan, stres, dan bahkan depresi akibat tekanan utang dan metode penagihan yang agresif. Selain itu, minimnya literasi keuangan di kalangan anak muda menjadi faktor yang membuat mereka rentan terjatuh pinjaman berbunga tinggi tanpa mempertimbangkan risiko jangka panjang. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana pinjaman online berdampak terhadap kesehatan psikologis anak muda serta bagaimana peran literasi keuangan dalam mencegah dampak negatif dari penggunaan pinjaman online.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tingkat kecemasan dan stress akibat Pinjaman Online ditemukan secara signifikan lebih tinggi di kalangan dewasa muda yang pernah menggunakan pinjol dibandingkan dengan mereka yang tidak pernah menggunakan pinjol. Survei mengungkapkan bahwa alasan utama penggunaan pinjol adalah kenyamanan, akses cepat terhadap dana, dan kurangnya pilihan keuangan alternatif. Selain itu, data menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami peningkatan tingkat kecemasan dan stres setelah mengambil pinjaman online, dengan banyak responden yang melaporkan perasaan tidak aman secara finansial dan tekanan untuk membayar kembali dana pinjaman. Temuan-temuan ini menyoroti potensi dampak psikologis negatif dari penggunaan pinjol di kalangan generasi muda, sehingga menggarisbawahi perlunya penelitian dan regulasi lebih lanjut di sektor keuangan yang sedang berkembang ini.



Gambar 1. Stress Akibat Pinjaman Online.

Menurut Laporan Pengaduan Masyarakat ke OJK (LPMO) Hasil survei menunjukkan hal itu **78% responden mengalami kecemasan** akibat tekanan utang yang sulit dilunasi. Mereka khawatir tidak mampu membayar dan konsekuensi yang akan mereka hadapi, seperti denda bunga yang tinggi dan penurunan nilai kredit. Selain itu, **65% responden mengalami stres berat** karena metode pengumpulan yang agresif, seperti ancaman verbal dan pembagian data pribadi di media sosial.

Dampak Psikologis Bagi Kaum Muda

Dampak psikologis jangka panjang dari penggunaan pinjol di kalangan generasi muda semakin mengkhawatirkan dalam industri keuangan. Penelitian telah menunjukkan bahwa paparan utang dalam jumlah besar dan tekanan finansial dalam waktu lama dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan mental, termasuk depresi, kecemasan, dan bahkan penyalahgunaan narkoba. Penting bagi regulator dan pembuat kebijakan untuk mengatasi kekhawatiran ini dan menerapkan langkah-langkah untuk melindungi konsumen yang rentan dari dampak negatif pinjaman pinjol. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami sepenuhnya implikasi penggunaan pinjol terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan, serta untuk mengembangkan intervensi yang efektif untuk mendukung mereka yang mungkin berisiko.

Dalam jangka panjang, tekanan utang pinjaman dapat menyebabkan gangguan psikologis yang lebih serius. Sekitar **42% responden melaporkan mengalami gejala depresi**, termasuk perasaan putus asa, gangguan tidur, dan kehilangan motivasi untuk bekerja atau belajar. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa utang yang menggantung dapat menjadi faktor pemicu gangguan jiwa.

Kasus Bunuh Diri Akibat Tekanan Pinjaman Online

Tekanan utang dari pinjaman online tidak hanya berdampak pada kecemasan dan stres, tetapi juga dapat berujung pada tindakan ekstrem seperti bunuh diri. Salah satu kasus yang mendapat perhatian luas terjadi pada tahun 2022 di Jakarta, ketika seorang mahasiswa ditemukan tewas setelah mengalami tekanan berat akibat utang pinjaman online yang terus menumpuk. Mahasiswa tersebut awalnya meminjam dalam jumlah kecil, namun karena tidak mampu membayar tepat waktu, bunga dan denda terus bertambah hingga mencapai puluhan juta rupiah. Tekanan dari penagih utang yang mengancam serta menyebarkan data pribadinya semakin memperburuk kondisi mentalnya. Kasus serupa juga terjadi di berbagai daerah lain, seperti di Semarang dan Surabaya, di mana korban mengalami depresi berat akibat ancaman dari debt collector. Situasi ini menunjukkan bahwa beban psikologis dari utang pinjaman online bukan sekadar masalah ekonomi, tetapi juga menjadi persoalan kesehatan mental yang serius.

Kurangnya Literasi Keuangan sebagai Faktor Pendukung

Faktor penting lainnya yang perlu diperhatikan adalah kurangnya literasi keuangan di kalangan individu yang menggunakan layanan pinjol. Banyak pengguna mungkin tidak sepenuhnya memahami syarat dan ketentuan pinjaman yang mereka ambil, sehingga menyebabkan tekanan dan kebingungan finansial lebih lanjut. Tanpa pendidikan yang tepat tentang cara mengelola keuangan dan utang secara bertanggung jawab, individu mungkin

terjebak dalam siklus meminjam dan kesulitan membayar kembali, sehingga memperburuk masalah kesehatan mental mereka. Selain itu, stigma seputar kesulitan keuangan dapat menghalangi seseorang untuk mencari bantuan atau dukungan, sehingga semakin mengisolasi mereka dalam kesulitan tersebut. Intervensi yang dilakukan tidak hanya harus mengatasi permasalahan finansial yang dihadapi pengguna pinjol, namun juga memberikan edukasi dan sumber daya untuk membantu mereka membangun ketahanan finansial dan meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Hal ini dapat mencakup lokakarya mengenai penganggaran, strategi tabungan, dan pengelolaan utang, serta akses terhadap layanan konseling keuangan. Dengan membekali individu dengan alat yang mereka perlukan untuk membuat keputusan keuangan yang tepat dan meningkatkan literasi keuangan mereka, kami dapat membantu memutus siklus tekanan keuangan dan meningkatkan hasil kesehatan mental. Menyediakan lingkungan yang suportif dan tidak menghakimi bagi individu untuk mencari bantuan dapat memberikan perbedaan yang signifikan dalam kemampuan mereka mengatasi tantangan keuangan dan meningkatkan kesejahteraan mereka secara keseluruhan. Salah satu penyebab utama tingginya penggunaan pinjol di kalangan anak muda adalah **kurangnya literasi keuangan**. Survei OJK menunjukkan bahwa hanya 38% masyarakat Indonesia yang memiliki pemahaman baik tentang pengelolaan keuangan pribadi⁷. Akibatnya, banyak generasi muda yang terjebak pada pinjaman berbunga tinggi tanpa mempertimbangkan kemampuan finansialnya.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa penggunaan pinjaman online yang tidak terkontrol berdampak negatif terhadap kesehatan psikologis generasi muda. Mayoritas responden mengalami kecemasan, stres, bahkan gejala depresi akibat tekanan utang dan cara penagihan yang agresif. Selain itu, rendahnya literasi keuangan menjadi faktor utama yang membuat generasi muda rentan terhadap jebakan pinjaman. Oleh karena itu, diperlukan langkah-langkah preventif seperti pendidikan literasi keuangan sejak dini, peraturan yang lebih ketat mengenai praktik penagihan, dan penyediaan alternatif pinjaman yang lebih aman dan terjangkau. Selain itu, penting bagi generasi muda untuk mengembangkan kebiasaan keuangan yang sehat dan belajar bagaimana mengelola uang mereka secara efektif agar tidak terjerumus ke dalam perangkat hutang yang berlebihan. Dengan mendorong peminjaman yang bertanggung jawab dan mendorong tabungan, generasi muda dapat menjaga kesejahteraan mental dan stabilitas keuangan mereka. Pada akhirnya, kombinasi pendidikan, peraturan, dan akses terhadap opsi pinjaman yang lebih baik dapat membantu mengurangi dampak negatif pinjaman online terhadap kesehatan psikologis kaum muda.

DAFTAR PUSTAKA

Otoritas Jasa Keuangan (OJK), "Laporan Perkembangan Fintech di Indonesia," 2023.

Bank Indonesia, "Studi tentang Perilaku Keuangan Generasi Muda," 2022.

Lusardi, Annamaria & Mitchell, Olivia S., "Financial Literacy and Economic Outcomes,"

Journal of Economic Perspectives, 2014.

Amnesty International Indonesia, "Laporan Pelanggaran Hak Konsumen oleh Fintech Lending," 2022.

Berita Kompas, "Pinjol dan Bunuh Diri: Meningkatnya Korban akibat Jeratan Utang Digital," 2023.

Laporan Pengaduan Masyarakat ke OJK, 2023.

Kementerian Kesehatan RI, "Dampak Utang terhadap Kesehatan Mental," 2021.

Survei Nasional Literasi dan Inklusi Keuangan OJK, 2022.