

## Dinamika Kontrol Diri Dan Perilaku *Cybersex*: Studi Pada Dewasa Awal Di Jawa Barat

### *Self-Control Dynamics and Cybersex Behavior: Study on Early Adults in West Java*

Putri Aldi Ranita<sup>(1)</sup>, Nuram Mubina<sup>(2\*)</sup> & Citra Hati Leometa<sup>(3)</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang, Indonesia

Disubmit: 15 Agustus 2024; Diproses: 02 Oktober 2024; Diaccept: 23 Oktober 2024; Dipublish: 02 November 2024

\*Corresponding author: [nuram.mubina@ubpkarawang.ac.id](mailto:nuram.mubina@ubpkarawang.ac.id)

---

#### Abstrak

Tujuan penelitian dilakukan adalah untuk mencari tahu pengaruh kontrol diri terhadap perilaku *cybersex* pada dewasa awal di provinsi Jawa Barat. Metode pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis asosiatif kausalitas. Populasi dalam penelitian ini adalah dewasa awal dengan rentang usia 20 sampai 40 tahun di Jawa Barat. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *non-probability sampling* dengan metode *convenience sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 349 responden. Skala yang digunakan adalah skala konstruksi perilaku *cybersex* dan skala adopsi *The Brief Self Control Scale* versi Indonesia oleh Arifin dan Milla (2020). Hasil pada penelitian ini menunjukkan kontrol diri berpengaruh signifikan terhadap perilaku *cybersex*. Pengaruh yang dihasilkan adalah negatif sebesar -0,258. Artinya semakin tinggi kontrol diri maka semakin rendah perilaku *cybersex*. Hasil uji koefisien determinasi 0,129 dapat dikatakan pengaruh kontrol diri terhadap perilaku *cybersex* sebesar 12,9%. Berdasarkan uji kategorisasi tabulasi silang perilaku *cybersex* lebih dominan dilakukan oleh laki-laki sebanyak 57,1%.

**Kata Kunci:** Dewasa Awal; Kontrol Diri; Perilaku *Cybersex*; Provinsi Jawa Barat.

#### Abstract

The aim of the research was to find out the influence of self-control on cybersex behavior in early adulthood in the West Java province. The method in this research is quantitative with the associative type of causality. The population in this study is an early adulthood with an age range of 20 to 40 years in West Java. The sampling technique in this study uses non-probability samplings with the method of convenience Sampling. The number of samples in the study is 349 respondents. The scale used is the cybersex behavior construction scale and the adoption scale *The Brief Self Control Scale* version of Indonesia by Arifin and Milla (2020). The results in this study show that self-control has a significant influence on cybersex behavior. The resulting impact is negative of -0.258. That means the higher the self-control, the lower the cybersex behavior. The results of the determination coefficient test of 0.129 can be said to have an influence of self-control on cybersex behavior of 12.9%. Based on the cross tabulation categorization test, cybersex behaviors are more dominantly performed by men as much as 57.1%.

**Keywords:** Early Adulthood; Self Control; Cybersex Behavior; West Java Province.

**How to Cite:** Ranita, P. A., Mubina, N., & Leomata, C. H. (2024), Pengaruh Kontrol Diri Terhadap Perilaku *Cybersex* Pada Dewasa Awal di Provinsi Jawa Barat. *Jurnal Social Library*, 4 (3): 486-495.

---

## PENDAHULUAN

Jumlah masyarakat pengakses internet selalu mengalami kenaikan setiap tahunnya di Indonesia. Baru-baru ini APJII mengumumkan hasil survey yang menunjukkan jumlah masyarakat pengguna internet mencapai 221.563.479 orang dari 278.696.200 masyarakat yang tinggal di Indonesia di tahun 2024, kenaikan pengguna internet di Indonesia ini sebesar 79,5%. Jika dilakukan perbandingan hasil survei dengan periode sebelumnya terdapat kenaikan sebesar 1,4%.

Fitrisary dan Muslimin (dalam Puspitasari & Sakti, 2019), internet dapat membantu seseorang mengakses berbagai situs web yang mereka inginkan dan mempercepat akses informasi. Di sisi lain, penggunaan internet juga dapat membawa dampak buruk jika digunakan untuk mengakses situs web yang tidak baik, contohnya yaitu pornografi.

Hasil penelitian Perbawani (2019), menemukan bahwa terdapat 12% situs web yang mengandung pornografi di seluruh dunia. Sekitar 28,258 pengguna internet per detik menelusuri pornografi, dan 89.00 USD dihabiskan per detik untuk akses pornografi di internet. Berdasarkan survei ECPAT pada tahun 2015-2016 Indonesia sempat berada di posisi kedua dengan jumlah konten video pornografi yang paling banyak diakses dan mengalahkan India, data menunjukkan bahwa generasi muda menyumbang 74% dari pengakses konten pornografi di Indonesia (Julheri, 2018). Bahkan pada tahun 2023, Kementerian Kominfo sampai harus memberhentikan akses pada 1.950.794 konten mengandung pornografi di website (Muhammad, 2023).

Sebelum memulai pembahasan tentang *cybersex*, penting untuk memahami konsep perilaku seksual secara umum. Sarwono (dalam Juditha, 2020) mendefinisikan perilaku seksual sebagai segala tingkah laku yang didorong oleh hasrat seksual, baik dengan lawan jenis maupun sesama jenis. Jenis tingkah laku ini bermacam-macam, mulai dari merasa tertarik lalu berkencan, bercumbu, dan bersenggama. Objek seksualnya dapat berupa orang lain, orang dalam imajinasi, ataupun diri sendiri.

Laier (dalam Yohana & Yasmin, 2024) mengungkapkan perilaku *Cybersex* merupakan istilah yang digunakan untuk menjelaskan keinginan seksual yang diungkapkan dengan aktivitas seksual, seperti menonton pornografi yang dilakukan melalui akses internet. Sejalan dengan penelitian Sari dan Purba (dalam Harmaini & Novitriani, 2019), "*cybersex*" didefinisikan dengan aktivitas mengakses internet yang bertujuan untuk memberikan stimulus seksual, bisa melalui gambar, teks, dan suara untuk menimbulkan gairah seksual. Carners dkk (dalam Juditha, 2020), menyatakan perilaku *cybersex* adalah mengakses pornografi di internet, terlibat dalam percakapan tentang seksual *online* dengan seseorang, dan mengakses kegiatan melalui internet dengan tujuan seksual (contohnya seperti melihat gambar seksual, menonton konten seksual, dan melakukan komunikasi seksual yang bertujuan untuk menjalin hubungan tertentu), yang bisa berkembang jadi kompulsif seksual. Aspek perilaku *cybersex* yang dikemukakan oleh Carners dkk. (dalam Andani & Suhana, 2020) terbagi menjadi 5 yaitu: *Online sexual Compulsivity*, *Online Sexual Behavioral-Social*, *Online*

*Sexual Behavioral-Isolated, Online Sexual Spending, Interest in Sexual Behavior.*

Berdasarkan data yang di dapat oleh Ghaisani dan Nugraha (2016), fenomena *cybersex* ini sedang merambah di kota-kota besar, salah satunya DKI Jakarta dan Jawa Barat yang sempat menjadi dua kota di Indonesia dengan pengakses konten pornografi terbanyak berdasarkan dari penelusuran yang dilakukan oleh *Google Trends*. Khusus untuk wilayah Jawa Barat, perilaku *cybersex* yang dilakukan yaitu melihat foto erotis, terlibat dalam obrolan yang berisi percakapan erotis, dan saling menukar foto atau email yang berkaitan dengan seks. Peneliti juga melakukan penelusuran menggunakan *google trends (nd)* di rentang tahun 2023. Hasilnya menurut *Google Trends*, volume penelusuran untuk situs dengan *keyword* 'Porn' mencapai puncaknya di Jawa Barat pada Desember 2023.

Berdasarkan data yang didapatkan oleh Juditha pada penelitiannya di tahun 2020, yang melibatkan 111 orang dengan usia 18 sampai dengan 25 tahun, ia menemukan bahwa kebanyakan responden melakukan aktivitas *cybersex* 1 sampai 2 kali seminggu. Hasilnya menunjukkan bahwa sebagian besar responden melakukan percakapan seksual (*sexting*) sebanyak 23,8%, menelusuri situs bermuatan pornografi sebanyak 81,5%, mengunduh konten pornografi sebanyak 16%, dan akses aplikasi bermuatan seksual sebanyak 6,9%. Data yang dirilis oleh salah satu situs pornografi pada tahun 2022, kelompok usia yang paling banyak mengunjungi situs tersebut adalah kelompok usia 18-24 tahun, dengan 27%, lalu kelompok kedua adalah kelompok usia 25-34 tahun, dengan 26%, dan kelompok ketiga adalah kelompok usia

35-44 tahun, dengan 19% (Pornhub Insights, 2022).

Berdasarkan informasi tersebut, artinya sebagian besar pengguna internet yang mengakses pornografi berada di kelompok dewasa awal, yaitu di umur 18 sampai dengan 40 tahun. Papalia dkk (2018), menyatakan kelompok dewasa awal ini terdiri dari orang-orang yang berumur 20 hingga 40 tahun. Pada tahap ini, tugas perkembangan adalah menemukan pasangan hidup, berkeluarga, terlibat dalam pengasuhan anak, berumah tangga, bekerja, bertanggung jawab sebagai warga negara, dan menemukan komunitas sosial yang sesuai. Dewasa awal juga memiliki rasa penasaran yang tinggi terhadap hal-hal baru, salah satunya adalah keingintahuan seksual. Fenomena ini disebabkan oleh dorongan seksual yang meningkat untuk dipenuhi oleh individu pada usia ini (Arnett, 2015).

Hal ini memperkuat dugaan bahwa usia dewasa awal memiliki kemungkinan yang lebih besar menggunakan internet untuk tujuan seksual. Data tersebut didukung oleh hasil survei pra penelitian yang peneliti lakukan pada 58 orang kelompok usia dewasa awal di rentang usia 20 sampai dengan 40 tahun di daerah Kabupaten Karawang terkait perilaku *cybersex* dan kontrol diri pada bulan November 2023 menggunakan survei kuesioner *online* yang disebarkan melalui sosial media *whatsapp*. Hasilnya adalah jumlah kelompok dewasa awal yang melakukan aktivitas *cybersex* lebih di dominasi oleh perempuan sebesar 31 orang atau 53,4% dan laki-laki 27 orang atau 46,6%. Perilaku *cybersex* dengan persentase paling tinggi yang sering dilakukan adalah mencari konten berkenaan dengan seks melalui internet

seperti mencari video seks, gambar seks ataupun cerita seks sebanyak 54%, lalu bergabung dengan obrolan yang membicarakan tentang seks seperti *chatting sex* dengan lawan jenis atau tergabung grup atau forum *chat* seks sebanyak 46%.

Berdasarkan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, terdapat 95,5% kelompok dewasa awal di Indonesia mengaku pernah mengakses konten dan video bermuatan seksual melalui internet (Juditha, 2021). Konten bermuatan pornografi atau *cybersex* sangat berbahaya karena menyebabkan kerusakan pada *prefrontal cortex*, yaitu salah satu bagian otak yang bertanggung jawab atas fungsi moral, pengambilan keputusan, perencanaan masa depan, dan membedakan hal baik dan buruk (Kemenkes, 2019). Perilaku *cybersex* yang berlebihan dapat menyebabkan banyak masalah. Delmonico dkk. (dalam Juditha, 2020) Seseorang dapat mengalami adiksi atau kecanduan jika mereka melakukan perilaku *cybersex* dengan intensitas tinggi. Kecanduan

menyebabkan orang kehilangan kendali atas dorongan seksual mereka, yang menyebabkan mereka melakukan perilaku *cybersex* berulang kali (Agastya dkk., 2020). Selain itu, hasil penelitian dari Erawati dkk. (dalam Zein & Winarti, 2021) menemukan bahwa semakin lama mengakses konten seksual di internet, semakin besar juga kemungkinan untuk melakukan aktivitas masturbasi. Penemuan ini sangat sesuai dengan pra penelitian yang dilakukan peneliti di Karawang, dimana 16 responden mengatakan bahwa mereka pernah melakukan aktivitas masturbasi saat

mereka mengakses konten seksual di internet.

Kemampuan seseorang untuk mengendalikan dorongan internalnya bisa berkaitan dengan perilaku *cybersex* mereka. Berdasarkan data yang ditemukan Retnowati dan Haryanti (dalam Anggraini & Netrawati, 2021), sejumlah variabel internal, termasuk kontrol diri dan tipe kepribadian, juga memengaruhi perilaku *cybersex*. Kontrol diri adalah kemampuan untuk mengendalikan respon agar bertindak laku yang sesuai untuk mencapai tujuan jangka Panjang (Arifin & Milla 2020). Aspek dari kontrol diri menurut De Ridder (dalam Arifin & Milla 2020) memiliki dua aspek yaitu (1) inhibisi yang diartikan sebagai kemampuan menahan dorongan, lalu (2) inisiasi yang diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan sesuatu dengan pemikiran yang matang.

Andani dkk. (2020) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa kontrol diri berpengaruh dengan arah negatif yang signifikan dengan kecenderungan perilaku *cybersex* siswa SMA. Tifani (2014), menyatakan orang yang kontrol dirinya tinggi mampu membuat keputusan untuk mendapatkan hasil yang baik sesuai dengan keinginan dan menghindari yang tidak diinginkan.

Mempunyai kontrol diri yang tinggi terbukti dapat menahan impuls negatif seperti melakukan perilaku *cybersex*, hal yang dilakukan tersebut dapat memberikan manfaat jangka panjang di kemudian hari. Sebaliknya, individu yang kontrol dirinya rendah cenderung sulit menahan impuls negatif untuk melakukan perilaku menyimpang (Arifin dan Milla, 2020). Artinya semakin tinggi kontrol diri maka perilaku *cybersex* akan semakin rendah.

## METODE

Pada penelitian ini metode kuantitatif yang digunakan yaitu dengan pendekatan asosiatif kausalitas. Studi asosiatif kausalitas ialah studi yang tujuannya untuk menentukan hubungan antara dua variabel bahkan lebih. Penelitian ini membuat teori yang dapat dipakai untuk menjelaskan, memprediksi, dan mengontrol gejala (Sugiyono, 2021). Pendekatan asosiatif kausalitas digunakan karena peneliti ingin menemukan apakah ada pengaruh kontrol diri terhadap perilaku *cybersex* pada dewasa awal di provinsi Jawa Barat.

Populasi yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah dewasa awal dengan umur 20 sampai 40 tahun, pernah mengakses konten bermuatan seks dan berdomisili di Provinsi Jawa Barat. Jumlah populasi tidak diketahui dikarenakan keterbatasan penelitian, sehingga peneliti menggunakan rumus Isaac dan Michael dengan taraf kesalahan sebesar 5%. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 349 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan metode *convenience sampling*. Instrumen untuk melakukan penelitian ini menggunakan skala konstruksi perilaku *cybersex* dan skala adopsi *The Brief Self Control Scale* versi Indonesia oleh Arifin dan Milla (2020). Model skala yang digunakan untuk skala perilaku *cybersex* ialah skala Likert dengan 4 pilihan respon, sedangkan untuk skala kontrol diri terdiri dari 7 pilihan respon. Skala disebar menggunakan kuesioner online melalui sosial media.

Analisis data menggunakan pengujian asumsi terlebih dahulu, kemudian dilanjutkan dengan pengujian hipotesis. Sebelum melakukan uji asumsi

perlu dilakukan *Expert Judgement* untuk menguji kevalidan aitem, lalu hasilnya dihitung menggunakan rumus *aiken's v* dan keduanya dinyatakan valid. Dilakukan *tryout* pada kedua skala dengan 44 partisipan yang hasilnya, nilai validitas pada aitem kontrol diri berkisar antara 0,318 hingga 0,797 artinya aitem memiliki pengaruh yang tinggi dengan konstruk yang diukur. Sedangkan pada skala perilaku *cybersex* hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat satu nilai aitem sebesar -0,648 yang mana nilai tersebut dibawah 0,30 sehingga aitem dikeluarkan dari instrumen akhir. Azwar (2019) berpendapat bahwa sebuah aitem diartikan valid bila hasilnya  $> 0,30$ . Skala akhir perilaku *cybersex* terdiri dari 19 aitem valid dan skala kontrol diri terdiri dari 10 aitem valid.

Uji reliabilitas menggunakan *Alpha cronbach's* yang hasilnya sebagai berikut:

Table 1. Uji Reliabilitas

Variabel	Alpha Cronbach	N of items
Cybersex	.943	20
Kontrol Diri	.878	10

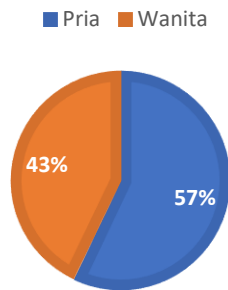
Berdasarkan uji reliabilitas nilai *alpha cronbach* untuk perilaku *cybersex* sebesar 0,943 dan kontrol diri 0,878. Kesimpulannya, kedua skala reliabel dan dapat digunakan untuk penelitian.

Uji normalitas menggunakan *Exact* sedangkan uji linieritas menggunakan *Linearity*. Untuk menguji hipotesis, peneliti menggunakan regresi linier sederhana. Analisis data tambahan dalam penelitian ini menggunakan koefisien determinasi dan kategorisasi tabulasi silang. Perhitungan dibantu dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 25.



## HASIL DAN PEMBAHASAN

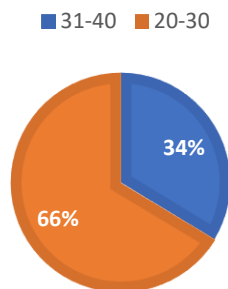
Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 349 responden dengan persentase sebagai berikut:



Gambar 1. Persentase jenis kelamin

Wanita sebanyak 43,8% sedangkan pria sebanyak 56,2%.

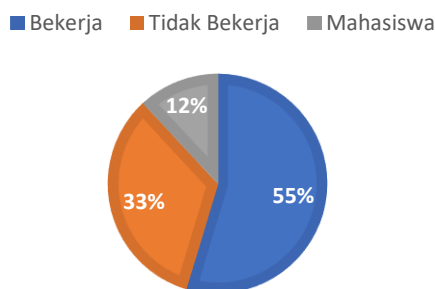
Rentang umur responden berada di 20-40 tahun dengan persentase sebagai berikut:



Gambar 2. Persentase umur

Persentase responden dengan umur 31-40 tahun sebanyak 36,33% lalu yang terbanyak berada di umur 20-30 tahun sebanyak 63,67%.

Selain itu status responden dalam penelitian ini meliputi sebagai berikut:



Gambar 3. Persentase status responden

Untuk responden dengan status mahasiswa sebanyak 11,9% responden,

untuk yang berstatus tidak bekerja sebanyak 33,4% responden dan yang bekerja sebanyak 54,6% responden.

Sebelum melakukan uji hipotesis, perlu dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu, yaitu uji normalitas, dan uji linearitas.

Uji normalitas yang digunakan adalah uji *exact*. Berikut hasilnya:

Table 2. Uji Normalitas

N	349
Exact Sig. (2-tailed)	.085

Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut terlihat bahwa nilai signifikansi  $0,085 > 0,05$ . Artinya data tersebut berdistribusi normal.

Uji linearitas dengan *test of linearity*. Aturannya adalah jika nilai signifikansi pada  $linearity \leq 0,05$ , artinya terdapat hubungan yang linear antara kontrol diri dan perilaku *cybersex*.

Table 3. Uji Linearitas

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Linearity	1276.830	1	1276.830	97.622	.000

Hasil uji linearitas menunjukkan nilai sig. sebesar 0,00 yang mana hasilnya  $\leq 0,05$ , jadi dapat diartikan variabel kontrol diri dan perilaku *cybersex* memiliki hubungan yang linier. Analisis regresi linier sederhana berdasarkan pada hubungan atau pengaruh fungsional atau kausal antara variabel independen dan variabel dependen (Sugiyono, 2021). Berikut hasil uji hipotesisnya:

Table 1. Uji Regresi Linier Sederhana

	B	Std. Error	Beta	T	Sig.
(Constant)	54.718	1.305		41.920	.000
Kontrol Diri	-.258	.036	-.359	-7.173	.000

a. Dependent Variable: Cybersex

Dapat terlihat nilai dari hasil uji regresi bahwa signifikansinya sebesar  $0,000 \leq 0,05$ . Artinya ada pengaruh antara kontrol diri dan perilaku *cybersex*, dalam kata lain hipotesis pada penelitian ini yakni  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak.

Berdasarkan tabel 4 diperoleh nilai konstanta variabel *cybersex* 54,718 dan koefisien regresi control diri sebesar -0,258. Maka didapatkan suatu persamaan regresi:

Gambar 4. Rumus Persamaan Regresi

$$Y = a + bx$$

$$Y = 54,718 + (-0,258)$$

Hasil persamaan regresi, menunjukkan adanya pengaruh negatif signifikan antara kontrol diri dan perilaku *cybersex*. Artinya ketika kontrol diri mengalami kenaikan maka perilaku *cybersex* akan turun sebesar 0,258, dan begitupun sebaliknya.

Uji koefisien determinasi menunjukkan berapa besar variabel X memengaruhi variabel Y (Sugiyono (2021). Berikut merupakan hasil dari uji koefisien determinasi:

Table 5. Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.359 <sup>a</sup>	.129	.127	4.98165

Predictors: (Constant), Kontrol Diri

Hasil perhitungan di atas menghasilkan skor 0,129 untuk R Square atau 12,9%, yang dapat ditafsirkan sebagai besarnya pengaruh kontrol diri pada perilaku *cybersex* sebesar 12,9%, sisanya dari pengaruh variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Dilakukan uji kategorisasi tabulasi silang untuk mengetahui perbandingan perilaku *cybersex* antara Laki-laki dan Perempuan, yang hasilnya sebagai berikut:

Table 6. Uji Kategorisasi Tabulasi Silang

Jenis Kelamin	L	Count	Perilaku <i>Cybersex</i>		Total
			rendah	tinggi	
	Perilaku <i>Cybersex</i>	% within Perilaku <i>Cybersex</i>	51.6%	57.1%	56.2%
		Count	32	164	196
		% within Perilaku <i>Cybersex</i>	48.4%	42.9%	43.8%
	Perilaku <i>Cybersex</i>	Count	30	123	153
		% within Perilaku <i>Cybersex</i>	48.4%	42.9%	43.8%
		Count	30	123	153

Berdasarkan 349 responden yang terdiri dari 196 laki-laki dan 153 perempuan, dibagi menjadi dua kategori untuk perilaku *cybersex*, yaitu kategori rendah dan tinggi.

Hasilnya untuk responden laki-laki memiliki 32 (51,6%) orang dengan kategori rendah dan 164 (57,1%) orang dengan kategori tinggi, sedangkan untuk responden perempuan terdiri dari 30 (48,4%) orang dengan kategori rendah dan 123 (42,9%) orang dengan kategori tinggi. Dalam penelitian ini perilaku *cybersex* tertinggi di dominasi oleh laki-laki sebanyak 57,1%.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk membuktikan apakah ada pengaruh kontrol diri terhadap perilaku *cybersex* pada dewasa awal di provinsi Jawa Barat. Hasilnya memang ada pengaruh negatif yang signifikan antara kontrol diri dan perilaku *cybersex*. Hasil tersebut sama dengan hasil yang didapatkan oleh Hani dkk. (2020), lalu Lestari dan Hartosujono (2014) dimana kontrol diri memiliki pengaruh signifikan pada perilaku *cybersex* dengan arah negatif. Hasil penelitian Hitalessy dan Damariyanti (2022) juga menjelaskan kontrol diri berpengaruh dengan arah negatif yang signifikan jika dihubungkan dengan perilaku *cybersex* pada pengguna akun alter. Sejalan dengan penelitian tersebut, Andani dkk. (2020) juga menunjukkan hasil yang menyatakan kontrol diri berpengaruh arah negatif yang signifikan dengan kecenderungan perilaku *cybersex* pada siswa SMA. Penjelasan yang dimaksud dengan arah negatif ialah, apabila kontrol diri semakin tinggi maka perilaku *cybersex* juga akan semakin rendah, begitupun sebaliknya.

Gottfredson dan Hirschi menyatakan di dalam kontrol diri terdapat aspek untuk mengontrol impuls yang menjadi faktor kunci terjadinya perilaku yang menyimpang, orang yang kontrol dirinya rendah akan sulit untuk mengendalikan impuls negatif karena ketidakmampuannya dalam antisipasi kerugian yang akan diterimanya dalam jangka waktu panjang (Arifin & Milla, 2020). Hal tersebut bisa saja terjadi karena orang dengan kontrol diri yang tinggi akan mampu menahan impuls negatif sehingga tidak tergesa-gesa dalam melakukan perbuatan yang menyimpang.

Ini menjelaskan bahwa individu yang mampu mengontrol atau mengendalikan diri dengan baik saat menggunakan internet, maka anggapannya individu tersebut akan terhindar dari paparan *cybersex*.

Kontrol diri juga dapat menjadi alat yang digunakan individu untuk mengendalikan diri mencapai keinginan dan tujuan mereka (Andani dkk, 2020). Maka dari itu, kontrol diri bisa digunakan untuk mencegah dan menghentikan perilaku yang dapat berdampak buruk pada individu (Sa'diyah, 2018), khusus dalam kasus ini yaitu *cybersex*.

Pada hasil uji tambahan dengan koefisien determinasi diperoleh nilai sebanyak 12,9% pengaruh kontrol diri pada perilaku *cybersex* dan sisanya adalah 87,1% dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Misal seperti kelekatan teman sebaya, religiusitas dan lain-lainnya.

Selain itu melalui uji kategorisasi tabulasi silang didapatkan hasil bahwa perilaku *cybersex* tertinggi di dominasi oleh laki-laki sebanyak 57,1%. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan

oleh Juditha (2020) yang hasilnya menemukan adanya perbedaan perilaku *cybersex* antara laki-laki dan perempuan dengan persentase laki-laki lebih tinggi dari pada perempuan, lalu penelitian Harmaini dan Novitriani (2018) juga menemukan adanya perbedaan perilaku *cybersex* antara laki-laki dan perempuan yang mana hasilnya laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan. Hal tersebut bisa saja terjadi karena perbedaan secara biologis yang mana laki-laki lebih banyak memiliki hormon *testosterone* yang mengatur senyawa kimiawi untuk rangsangan seksual dibandingkan dengan perempuan (Harmaini & Novitriani, 2018). Saran bagi penelitian selanjutnya gunakan teknik sampling yang berbeda dari penelitian ini dan tambahkan variabel atau faktor pendukung lainnya yang mungkin akan berpengaruh pada perilaku *cybersex*. Merujuk pada temuan peneliti terkait perbedaan perilaku *cybersex* antara laki-laki dan perempuan dapat menjadi saran penelitian selanjutnya untuk menggunakan responden yang berfokus pada jenis kelamin laki-laki. Hal ini dapat memberikan pemahaman yang lebih luas dan memperkaya literatur terkait perilaku *cybersex* pada kelompok tersebut.

## SIMPULAN

Kesimpulannya dalam penelitian ini adalah ada pengaruh signifikan pada perilaku *cybersex*, dalam penelitian ini pengaruh yang dihasilkan adalah negatif. Hal tersebut dapat diartikan jika tingkat kontrol diri rendah maka akan menyebabkan tingginya perilaku *cybersex* dan kebalikannya jika kontrol diri tinggi maka akan menghasilkan tingkat perilaku *cybersex* yang rendah.



Saat seseorang memiliki kontrol diri yang rendah atas dirinya maka akan sulit menekan dorongan untuk berperilaku yang menyimpang, sebaliknya, individu yang mempunyai kontrol diri yang baik cenderung akan lebih mudah untuk mengontrol dorongan perilaku menyimpang sehingga akan memberikan dampak baik pada individu tersebut di kemudian hari. Selain itu dalam penelitian ini terdapat perbedaan perilaku *cybersex* antara laki-laki dan perempuan yang mana perilaku *cybersex* tertinggi di dominasi oleh laki-laki.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agastya, I. G. N., Siste, K., Nasrun, M. W. S., & Kusumadewi, I. (2020). Cybersex Addiction: An Overview Of The Development And Treatment Of A Newly Emerging Disorder. *Medical Journal of Indonesia*, 29(2): 233–241. <https://doi.org/10.13181/mji.rev.203464>
- Andani, F., Alizamar, A., & Afdal, A. (2020). Relationship Between Self-Control With Cybersex Behavioral Tendencies And It's Implication For Guidance And Counseling Services. *Jurnal Neo Konseling*, 2(1), 1–7.
- Andani, S., & Suhana, S. (2020). Hubungan Attachment Style Dengan Perilaku Cybersex Pada Pengguna Whisper Di Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 214–218.
- Anggraini, D. W., & Netrawati, N. (2021). Relationship Between Self-Control And Pornography Addiction In Children Who Experience Sexual Deviations In The City Of Padang. *Jurnal Neo Konseling*, 3(3), 141–148.
- APJII. (2024). *APJII jumlah pengguna internet Indonesia tembus 221 juta*. APJII. Retrieved from <https://inet.detik.com/cyberlife/d-7169749/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>
- Arifin, H. H., & Milla, M. N. (2020). Adaptasi Dan Properti Psikometrik Skala Kontrol Diri Ringkas Versi Indonesia. *Jurnal Psikologi Sosial*, 18(2), 179–195. <https://doi.org/10.7454/jps.2020.18>
- Arnett, J. J. (Ed.). (2015). *The Oxford handbook of emerging adulthood*. Oxford University Press
- Azwar, S. (2019). *Reliabilitas dan validitas* (IV). Pustaka Pelajar.
- Carners, P. J., Delmonico, D. L., & Griffin, E. (2009). *In The Shadows Of The Net: Breaking Free Of Compulsive Online Sexual Behavior*. Simon and Schuster.
- Ghaisani, G., & Nugraha, S. (2016). Hubungan Self Esteem Dan Loneliness Pada Pelaku Cybersex Di Bandung. *Prosiding Psikologi*, 2(1), 225–228.
- Google Trends (nd). (2024, Juli 16). "Porn." Google. Diperoleh tanggal 16 juli 2024, dari <https://trends.google.co.id/trends/explore?date=2023-01-01%202023-12-31&geo=ID-JB&q=porn&hl=id>
- Hani, U., Hartati, R., & Aiyuda, N. (2020). Kontrol diri terhadap perilaku cybersex pada remaja. *PSYCHOPOLYTAN: Jurnal Psikologi*, 3(2), 126–127.
- Harmaini, & Novitriani, S. A. (2018). Perbedaan cybersex pada remaja ditinjau dari usia dan jenis kelamin di Pekanbaru. *Psikoislamedia Jurnal Psikologi*, 3(2), 137–147.
- Hitalessy, R. Z. M., & Damariyanti, M. (2022). Kontrol Diri Dan Perilaku Cybersex Pada Pengguna Akun Media Sosial Alter. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 172–186. <https://doi.org/10.35760/psi.2022.v15i1.5985>
- Juditha, C. (2020). Perilaku Cybersex Pada Generasi Milenial. *Journal Pekommas*, 5(1), 47–58. <https://doi.org/10.30818/jpkm.2020.2050106>
- Juditha, C. (2021). Isu Pornografi dan Penyebarannya di Twitter (Kasus Video Asusila Mirip Artis). *Jurnal Penelitian Komunikasi dan Opini Publik*, 25(1), 15–30.
- Julheri. (2018). Miris! Indonesia Jadi Juara Negara Pengakses Situs Konten Dewasa. Diakses dari website: <http://sumeks.co.id/miris-indonesia-jadijuara-negara-pengakses-situs-konten-dewasa/> pada tanggal 17 Juli 2024
- Kemenkes. (2019). Dampak pornografi bagi kesehatan pada remaja, apakah berbahaya? <https://sardjito.co.id/2019/10/30/dampak-pornografi-bagi-kesehatan-pada-remaja-apakah-berbahaya/>
- Lestari, A. I., & Hartosujono. (2014). Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Cybersex Remaja Pada Pengguna Warung Internet Di Glagah Sari Yogyakarta. *Jurnal SPIRITS*, 4(2), 65–74.
- Muhamad, N. (2023). Kominfo Blokir 1,9 Juta Konten Pornografi di Internet RI, Terbanyak dari Website. Databoks.Katadata.Co.Id.
- Papalia, Diane., Old, Sally. Wendkos., Feldman, & Ruth. Duskin. (2018). *Human Development*. Jakarta: Salemba Humanika
- Perbawani, A. B. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Cybersex Pada Mahasiswa. *Naskah Publikasi Program Studi Psikologi*, 1–12.

- Pornhub Insight. (2020). *Pornhub's Sexual Wellness Center*. Pornhub Insight [online]. Diperoleh tanggal 4 Mei 2024, dari <https://www.pornhub.com/insights/sexual-wellness-center>
- Puspitasari, A., & Sakti, H. (2019). Hubungan Religiusitas Dengan Intensitas Mengakses Situs Pornografi Pada Siswa Kelas XI SMA Hasyim Asy'ari Pekalongan. *Jurnal Empati*, 7(4), 1262-1268.
- Sa'diyah, N. K. (2018). Faktor Penghambat Dalam Pencegahan Dan Penanggulangan Cyberporn Di Dunia Cyber Dalam Upaya Pembaharuan Hukum Pidana. *Perspektif*, 23(2), 94-106. [www.cybercrimes.net/](http://www.cybercrimes.net/)
- Sugiyono. (2021). *Statistika Untuk Penelitian*. Alfabeta.
- Tifani. (2014). Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Perilaku Konsumtif Membeli Pakaian Diskon Pada Mahasiswi Fakultas Hukum Universitas Sriwijaya Palembang. *Jurnal Psikologi*, 8(2). <http://jurnals.binadarma.ac.id/indexs/jurnalpsyche/392/165>
- Yohana, H. R., & Yasmin, M. (2024). Studi Deskriptif Perilaku Cybersex Pada Remaja. *Jurnal Manajemen Dan Bisnis Ekonomi*, 2(2), 119-126.
- Zein, S. A., & Winarti, Y. (2021). Literature Review: Hubungan Kontrol Diri Dengan Perilaku Cybersex Pada Remaja. *Borneo Studies and Research*, 3(1), 552-565.