



Contents lists available at

Journal of Innovative Counseling : Theory, Research & Practice

ISSN: 2548-1738 (Print) ISSN: 2580-7153 (Electronic)

Journal homepage: https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling

Efektivitas Konseling Kognitif Perilaku Untuk Mereduksi Adiksi Cybersex

Cucu Arumsari¹, Gian Sugiana², Gio Amaral Yorgantara³¹ Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Article Info

Article history:

Received Nov 20th, 2022Revised Dec 27th, 2022Accepted Jan 22th, 2022

Keyword:

Behavioral cognitive counseling, cybersex.

ABSTRACT

The study aimed to examine the effectiveness of cognitive-behavioral counseling to reduce students' cybersex addiction tendencies. This research using a quantitative approach. The research method used is quasi-experiment with SSR (Single Subject Research) research design. The data collection technique was carried out using a cybersex addiction questionnaire. The research sample was XII grade students of SMA N 8 Tasikmalaya in the 2020/2021 school year with a total of 167 students from 2020/2021 school year with a total number of students consisting of 167 MIPA class students and 167 IIS class students who have cybersex addiction. IIS class students who have low cybersex tendencies. using statistical analysis, namely descriptive quantitative by describing results from finding measures of central symptoms including mean, median, mode and standard deviation. standard deviation. The results showed that there were three categories levels of cybersex addiction tendencies, namely: high levels of cybersex addiction, moderate level of cybersex addiction, and low level of cybersex addiction. Treatment treatment on the high category is focused on the reduction towards the low category. The results showed that cognitive behavioral counseling approach counseling approach is effective to reduce cybersex addiction. Counselors are expected to be able to apply cognitive behavioral counseling to reduce cybersex addiction.



© 2023 The Authors. Published by Department of Guidance and Counseling.

This is an open access article under the CC BY-NC-SA license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Corresponding Author:

Cucu Arumsari

Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Cucu.arumsari@umtas.ac.id

Introduction

Perkembangan teknologi pada zaman yang serba canggih ini telah mencapai kemajuan yang cukup berarti untuk kualitas hidup manusia. Masyarakat semakin merasakan kemudahan untuk berkomunikasi dan mencari informasi, sehingga tidak terhalang oleh jarak dan waktu. Jumlah pengguna internet meningkat dari tahun ke tahun. Menurut data APJII pada tahun 2005 penggunaan internet di Indonesia mencapai 1,2 juta dan pada tahun 2006 meningkat hingga 2,4jt jiwa Pada tahun 2011 Indonesia menduduki peringkat ke-8 pengguna internet terbanyak di dunia dan pengguna internet di Indonesia mencapai 39jt orang (edutecnolife, 2011). Internet memberikan dampak yang positif sekaligus negatif bagi pengguna internet. Terdapat empat kategori yang termasuk kedalam dampak positif dari internet diantaranya sebagai media komunikasi, media pertukaran data, media mencari informasi atau data, dan untuk manfaat komunitas (Herring, 1996). Sedangkan dampak negatif dari internet salah satunya adalah menjadikan sebagian besar individu menjadi sangat bergantung atau kecanduan terhadap internet (Putri, 2013).

Diciptakannya teknologi pada awalnya bertujuan untuk memberikan kemudahan dalam melakukan aktivitas, memberikan informasi dan teknologi dimanfaatkan untuk kesejahteraan masyarakat. Teknologi dari waktu ke waktu telah berkembang pesat dan dalam beberapa dekade terakhir. Hal menunjukkan bahwa teknologi telah menciptakan inovasi-inovasi baru yang semakin canggih. Pada kenyataannya di zaman sekarang sudah banyak orang yang menggunakan internet. Tidak hanya dipergunakan oleh kalangan dewasa, tetapi oleh kalangan remaja sampai anak-anak sudah menggunakan internet. Internet menjadi teknologi yang memberikan manfaat besar bagi pendidikan,

penelitian, niaga, dan aspek kehidupan lainnya. Hal tersebut tergantung siapa yang menggunakannya (Kominfo, 2014).

Hasil penelitian Kraut et al (1998) menunjukkan bahwa faktor yang menyebabkan individu menghabiskan waktunya dalam menggunakan internet yaitu karena sebagian besar individu sering merasakan depresi dan kesepian dalam dirinya. Hasil penelitian Stepanikova et al (2010) menunjukkan bahwa semakin besar individu tersebut mengalami ketidakpuasan dalam kehidupannya maka semakin lama juga individu tersebut menggunakan internet dalam kesehariannya. Kemudian hasil penelitian yang dilakukan Caplan (2002) individu yang menggunakan internet secara berlebihan itu menganggap bahwa internet merupakan cara untuk menghindari dari masalah psikologi yang sering atau sedang individu itu alami seperti masalah dengan teman, keluarga, lingkungan, relasi sosial, dan lain-lain. Senada dengan penelitian diatas, Young (2005) juga mengungkapkan bahwa efek dari individu yang menggunakan internet secara berlebihan akan mengakibatkan hilangnya pekerjaan, pendidikan yang lebih baik dan juga menjadikan internet sebagai media untuk menghindari masalah yang dihadapinya.

Byun et, al (2009) mendefinisikan adiksi sebagai tindakan kompulsif ataupun ketergantungan yang tak terkendali terhadap benda, kebiasaan tertentu yang menyebabkan gangguan emosi, mental ataupun respon fisiologis yang parah. Di dalam berbagai literatur digunakan istilah lain selain adiksi internet seperti cyberspace addiction, internet addiction disorder, online addiction, net addiction, pathological internet use, high internet dependency dan lainnya. Namun adiksi internet paling populer digunakan. Byun sendiri mendefinisikan adiksi internet sebagai tingkat psikologis seseorang baik secara mental dan emosional yang terganggu karena penggunaan internet yang berlebihan. Young (1999) membedakan adiksi internet dalam 5 kategori yaitu computer addiction, kecanduan game komputer, informational overload: kecanduan berselancar dalam web, net addiction: kecanduan judi ataupun belanja online, cybersexual addiction: adiksi pornografi ataupun seks online, dan cyberrelationship addiction: adiksi terhadap situs media sosial.

Delmonico & Griffith (2011) memperkirakan bahwa satu dari lima pecandu internet terlibat dalam beberapa bentuk aktivitas online dalam mengakses pornografi (gambar atau video) atau terlibat dalam hubungan cybersexual. Peningkatan jumlah orang yang menggunakan Internet untuk kegiatan seksual dapat ditelusuri kembali oleh tiga faktor: akses, keterjangkauan, dan pencarian identitas. Ropelato (2012) mencatat bahwa lebih dari 4 juta situs di Internet menampilkan konten porno; nomor ini mewakili 12% dari semua internet domain. Selain itu, 35% dari semua unduhan Internet dan 25% dari semua mesin pencari permintaan adalah untuk pornografi online (Watson, 2015). Menurut survei yang dilakukan oleh komisi perlindungan anak Indonesia (KPAI) terhadap 4,500 pelajar sekolah menengah pertama (SMP) dan sekolah menengah atas (SMA) di 12 kota juga menunjukkan, sebanyak 97% mengakses konten porno.(KPAI, 2018).

Cybersex atau pengaksesan konten porno di jaman sekarang ini bukan merupakan topik baru, namun keberadaannya semakin dikenal karena praktiknya juga ikut berkembang. Goldberg (2004) mengatakan bahwa banyaknya orang yang menggunakan internet untuk cybersex telah meningkat 10 tahun terakhir ini. Hal ini berdampak serius pada dorongan seksual pengguna, karena seringkali tidak mampu menahan dorongan seksual karena sajian seks di internet tersebut. Ada beberapa dampak negatif dari praktek cybersex, seperti prostitusi, kejahatan cyber termasuk pelecehan anak dan pornografi (Judhita., 2020). Cybersex didefinisikan sebagai penggunaan internet untuk terlibat dalam aktivitas kesenangan seksual, seperti melihat gambar-gambar sex, berpartisipasi dalam chatting tentang sex, saling tukar menukar gambar, mengirim email tentang sex, dan lain sebagainya, yang terkadang diikuti oleh masturbasi (Cooper, dalam Daneback. 2005).

Supusepa (2011) berpendapat bahwa dengan kecanggihan teknologi di zaman sekarang sangat mudah ditemukan bahan-bahan pornografi atau yang berkaitan dengan masalah seksual, seperti yang dikemukakan oleh Mark Griffiths bahwa sex merupakan topik yang paling populer di internet (the most popular topic on the internet). Menurut perkiraan, 40 % dari berbagai situs di internet menyediakan bahan-bahan seperti itu. Senada dengan hal tersebut, Nathan Tabor mengatakan statistik menunjukkan bahwa 25 % dari semua internet, mesin pencariannya minta dihubungkan dengan pornografi dan diperkirakan 20% dari pemakai internet mengunjungi situs cyber sex dan terlibat dalam kegiatan ini.

Berdasarkan hasil penelitian Daneback, Cooper, dan Mansson (2005) yang mengatakan bahwa yang paling banyak menggunakan internet untuk tujuan seksual adalah remaja. Senada yang diungkapkan oleh Menteri Komunikasi dan Informatika Tifatul Sembiring mengungkapkan data yang mengkhawatirkan mengingat belanja akses situs porno dari Indonesia ternyata mencapai US\$ 3.673 per detik atau setara dengan 33 jutarupiah lebih setiap detiknya. Kominfo, pengakses situs-situs porno itu bervariasi, termasuk kalangan siswa dan mahasiswa. Selain itu, cybersex menduduki peringkat pertama sebagai saluran dan situs yang terpopuler dan merupakan sarana terfavorit bagi penggunanya. (Candra & Pratiwi, 2018)

Greenfield (1999) menemukan bahwa pecandu online merasakan rasa perpindahan ketika online dan tidak mampu mengelola aspek-aspek utama dari kehidupan mereka karena mereka keasyikan dengan online. Mereka mulai kehilangan tenggat waktu yang penting di tempat kerja, menghabiskan lebih sedikit waktu dengan keluarga mereka, dan perlahan-lahan menarik diri dari rutinitas normal mereka. Mereka mengabaikan hubungan sosial dengan teman-teman mereka, rekan kerja, dan dengan komunitas mereka, dan akhirnya, hidup mereka menjadi tidak terkendali karena internet. (Ningtyas, 2012)

Kurangnya keterampilan yang dimiliki remaja dalam mengatur aspek kehidupan itu dikarenakan terus meningkatnya rasa senang dalam menggunakan internet terutama Cybersex berimplikasi pada kedisiplinan siswa mengatur kegiatan belajar. Pengaksesan tentang konten pornografi menjadi lebih dominan dibandingkan kegiatan belajar, hal tersebut berpotensi mengakibatkan terganggunya perkembangan akademik siswa. Selain itu, perkembangan akademik juga dipengaruhi oleh kondisi psikologis siswa yang juga ditengarai dapat dipengaruhi oleh penggunaan internet kompulsif. Van der Aa et al (2009: 766) menyatakan ketika remaja terus menerus berada dalam kondisi compulsive internet use, maka akan sedikit waktu dan energi yang secara aktif dihabiskan untuk melakukan interaksi sosial dalam kehidupan sehari-hari dan hal ini akan meningkatkan resiko untuk mengalami kesepian, depresi, dan harga diri rendah. Selain itu, remaja yang menggunakan internet secara kompulsif mengalami kesepian dan depresi berlebih dibandingkan dengan remaja yang tidak kompulsif dalam mengakses internet.

Adiksi Cybersex merupakan bagian dari penggunaan internet kompulsif berarti adanya ketidakmampuan mengendalikan keinginan untuk menghabiskan waktu mengakses internet (online) yang ditandai dengan menolak dorongan-dorongan mendasar dan ketidaksadaran menghabiskan waktu (Kwon, 2011). Dinamika psikologis individu yang mengalami perilaku penggunaan internet kompulsif dapat dipahami melalui dinamika perilaku kompulsif. Perilaku kompulsif merupakan hasil dari ketidakmampuan individu mengendalikan diri dalam melakukan sesuatu yang dipersepsi dapat memenuhi kebutuhan psikologis. Individu dengan penggunaan internet kompulsif dapat menemukan kesenangan dan kenyamanan ketika mengakses internet, dengan atau tanpa kecemasan sebelumnya. Kemudian perilaku tersebut dilakukan secara berulang-ulang dan cenderung membentuk kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari. Individu kemudian menjadi terbiasa mengakses internet, meskipun tidak memiliki kebutuhan yang jelas dan spesifik. Setelah terbentuk menjadi sebuah kebiasaan, maka individu dengan penggunaan internet kompulsif akan merasa kurang nyaman ketika tidak melakukan pengaksesan internet. (Young et al, 2011: 224).

Perilaku remaja dalam mengakses internet secara kompulsif yang tidak segera ditangani melalui perlakuan yang tepat atau dibiarkan terus menerus terjadi dipastikan dapat mengganggu performa akademik dan perkembangan remaja tersebut. Chou et al., (2005:369) siswa yang mengakses internet berlebihan ditemukan mengalami masalah akademik, seperti mendapat nilai rendah, academic probation, dan drop-out. Karena penggunaan game online yang berlebihan termasuk ke dalam penggunaan internet secara kompulsif atau compulsive internet use, maka dari itu perilaku siswa yang mengakses game online secara berlebihan baik ketika belajar di kelas, ketika diluar kelas dan juga

ketika siswa berada di rumah, menjadikan siswa melupakan kewajibannya sebagai siswa maupun sebagai anak di dalam keluarga. Hal tersebut menunjukkan diperlukannya peran bimbingan dan konseling dalam membantu mereduksi adiksi Cybersex yang dialami remaja karena penggunaan Cybersex yang berlebihan tentunya menjadi permasalahan yang cukup serius bagi perkembangan remaja tersebut.

Oleh karena itu, konselor senantiasa melakukan intervensi yang tepat kepada siswa yang mengalami Adiksi Cybersex menjadi sangat penting. Konselor perlu merancang layanan bimbingan dan konseling yang tepat untuk merespon masalah terkait Adiksi Cybersex. Layanan responsif merupakan pemberian bantuan kepada siswa yang menghadapi kebutuhan dan masalah yang memerlukan pertolongan dengan segera, sebab jika tidak mendapatkan pertolongan dapat menimbulkan gangguan dalam proses pencapaian tugas-tugas perkembangan yang akan terjadi (ABKIN, 2007). Salah satu alternative dalam melaksanakan layanan reseponsif dalam membantu remaja yang memiliki gangguan spesifik adalah konseling. Menurut Kaplan, Tarvydas, and Gladding (2014:368) konseling merupakan hubungan profesional yang memberdayakan beragam individu, keluarga, dan kelompok untuk mencapai kesehatan mental, kesehatan, pendidikan, dan tujuan karir. Oleh karena itu, diperlukan sebuah pendekatan spesifik dalam melakukan konseling untuk membantu klien dalam mengatasi masalah cybersex yang di alaminya, agar konseling yang dilakukan dapat berlangsung efektif dan tepat sasaran.

Beberapa pendekatan konseling yang diasumsikan tepat untuk mereduksi,

Adiksi Cybersex adalah Konseling singkat Berorientasi Solusi (Sugara, 2016) terapi kognitif perilaku (Aaron T Beck, 2011). Schwartz dan Southern (2000:140) menganjurkan pendekatan restrukturisasi kognitif sebagai upaya bantuan yang diberikan kepada pengguna cybersex "rekonstruksi kognitif sangat penting dalam keberhasilan rehabilitasi" Teknik restrukturisasi kognitif digunakan untuk konseli yang memiliki masalah tekanan emosi, disfungsi perilaku, mengalami distorsi kognitif, dan bagi konseli yang memperlihatkan resistensi terhadap perubahan perilaku. Ada juga penelitian yang dilakukan Julius (2016) bahwa konseling kognitif perilaku juga terbukti berpengaruh dan efektif untuk mengatasi adiksi cybersexual dalam perilaku seks kompulsif/cybersex. Watson (2015) menganjurkan penanganan yang tepat untuk mereduksi individu yang mengalami cybersex yaitu konseling kognitif perilaku.

Dengan demikian perlu dilakukannya tindakan untuk mereduksi adiksi Cybersex yang memiliki dampak yang negative untuk perkembangan perilaku remaja. Dalam penelitian ini peneliti memilih konseling kognitif perilaku untuk menangani remaja yang mengalami adiksi cybersex dikarenakan adanya distorsi kognitif bahwa dengan menonton konten porno remaja tersebut berpikir dan merasakan kesenangan dalam dirinya dan terus menerus di lakukan sampai membuat diri mereka mengalami adiksi.

Method

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan menggunakan desain Eksperimen. Metode eksperimen yang digunakan oleh peneliti dalam bentuk Single Subject Research (SSR). Pendekatan kuantitatif merupakan penelitian yang dirancang untuk menjawab pertanyaan penelitian secara spesifik dengan menggunakan analisis statistik. Pendekatan kuantitatif dirancang untuk memperoleh gambaran mengenai perilaku adiksi cybersex dalam bentuk skor atau angka. Sebagaimana tujuan dari pendekatan kuantitatif menurut Sugiyono (2016:8) digunakan untuk meneliti pada populasi dan sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan data instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Menurut Creswell (2016:5) menjelaskan pendekatan kuantitatif merupakan serangkaian metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antara variabel. Pendekatan penelitian kuantitatif digunakan untuk mendapatkan data numerical berupa persentase gambaran perilaku adiksi cybersex kelas XI di SMAN 8 Tasikmalaya, melihat perbedaan perilaku adiksi cybersex dilihat dari perbedaan jenis kelamin, dan Penerapan konseling kognitif perilaku untuk mereduksi adiksi cybersex. Alasan peneliti memilih pendekatan kuantitatif dan desain eksperimen karena peneliti memberikan intervensi pada sasaran penelitian. Eksperimen yang dilakukan dalam penelitian ini menyangkut subjek individu, maka penelitian ini termasuk eksperimen tunggal. Penelitian eksperimen bertujuan untuk menguji ada tidaknya hubungan sebab akibat antara perlakuan yang disengaja diadakan dengan efek yang terjadi sesudahnya.

Sugiono (2016:215) mengungkapkan bahwa populasi merupakan sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Pada penelitian ini, yang menjadi populasi yaitu terdiri dari 167 siswa kelas MIPA dan 167 Siswa kelas IIS.

Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan metode purposive sampling atau sampel bertujuan. Menurut sugiyono (2016) purposive sampling adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Tujuan pengambilan sampel dalam penelitian ini didasarkan pada hasil pretest, yaitu siswa yang terindikasi mengalami adiksi cybersex, yang akan dijadikan sebagai objek eksperimen.

Instrumen adiksi cybersex pada penelitian ini dikembangkan oleh Gita Silviasani S,Pd , Gian sugiana M.Pd, Feida Noorlaila Isti'ada M,Pd berdasarkan definisi oprasional variable dan merupakan kontruksi dari teori adiksi cybersex yang dirancang oleh Delomico & Griffin dalam Young & Abreu (2011). Pada penelitian ini ditambahkan menjadi 34 butir item pernyataan dan disesuaikan dengan kultur yang ada di Indonesia. Instrumen berisi pernyataan-pernyataan mengenai perilaku adiksi cybersex yang merujuk pada aspek-aspek: 1) perilaku seksual kompulsif online yaitu perilaku individu yang sulit untuk dikendalikan dan ditandai dengan hilangnya kebebasan untuk memilih, melanjutkan kegiatan seksual meskipun mendapatkan konsekuensi yang signifikan, dan memiliki pemikiran obsesif; 2) perilaku seksual online sosial, merupakan perilaku seksual yang dilakukan secara online dalam konteks hubungan sosial, melibatkan interaksi antar pribadi dengan orang lain; 3) perilaku seksual online terisolasi, merupakan perilaku seksual yang hanya dilakukan oleh individu untuk kesenangan seksual dan kepuasan terhadap hasrat seksual, dan individu tersebut menyembunyikan perilaku seksual online dari orang lain; 4) pengeluaran seksual online, merupakan perilaku yang menghabiskan uang untuk mendukung aktivitas seksual online, seperti membeli materi seksual (video, film, gambar), dan produk- produk seksual; 5) meminati perilaku seksual online, merupakan perilaku yang tertarik terhadap kegiatan seksual online dan menghabiskan banyak waktu untuk mengakses internet seksual.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan instrument yang telah disusun oleh peneliti yakni menggunakan angket agar data yang diperoleh sesuai dengan kebutuhan dan dapat menunjang tujuan penelitian. Data diperlukan dalam penelitian ini yaitu data terkait dengan tingkat adiksi cybersex siswa SMAN 8 Tasikmalaya data yang diperoleh kemudian di analisis oleh peneliti, analisis data digunakan untuk melihat signifikansi perubahan antara sebelum dan sesudah melakukan intervensi oleh peneliti.

Cooper dkk (1998) mengemukakan terdapat 4 aspek cybersex, yaitu: action (kegiatan peserta didik mencari materi seksual melalui internet), reflection (akibat yang ditimbulkan saat dan setelah mengakses situs seks pada peserta didik), Excitement (peserta didik mendapatkan kesenangan dari aktivitas cybersex), dan Arousal (peserta didik merasa bergairah atau semangat dalam masalah seksual).

Beberapa peneliti telah melakukan penelitian dalam berbagai metode untuk mengidentifikasi pecandu internet, dan telah menggunakan berbagai istilah seperti tanggungan internet, pengguna internet bermasalah, atau pengguna internet patologis. Young (2007, hlm. 677) menganjurkan konselor menggunakan Cognitive Behavior Therapy (CBT) untuk mereduksi adiksi internet. Menurut Dobson & Dozois, (2010, hlm. 3) CBT terbagi menjadi tiga asumsi dasar: (1) aktivitas kognitif mempengaruhi perilaku, (2) aktifitas kognitif dapat diidentifikasi dan diubah, dan (3) perubahan perilaku yang diinginkan dapat dilakukan melalui perubahan kognitif.

Asumsi dasar pelaksanaan intervensi ini adalah : Cybersex merupakan penggunaan internet untuk terlibat dalam aktivitas yang berisi stimulasi dan kesenangan seksual, seperti melihat gambar-gambar erotis, terlibat dalam chatting tentang seks, saling tukar menukar gambar atau pesan email tentang seks termasuk mengakses pornograpy secara online (audio, video, text). (Edwards, dkk. 2011). Terdapat 4 aspek yang mempengaruhi perilaku cybersex yaitu aktivitas (action), refleksi (reflection), kesenangan (excitement), dan kegairahan (arousal). (Cooper, 1998). Pendekatan kognitif perilaku banyak di gunakan dan disarankan untuk mereduksi adiksi internet salah satu teknik

yang ada di konseling kognitif perilaku yaitu restrukturisasi kognitif sebagai upaya bantuan yang diberikan kepada pengguna cybersex “Rekonstruksi kognitif sangat penting untuk keberhasilan rehabilitasi” Teknik rekonstruksi kognitif digunakan untuk konseli yang memiliki masalah tekanan emosional, disfungsi perilaku, mengalami distorsi kognitif, dan bagi konseli yang memperlihatkan resistensi terhadap perubahan perilaku Schwartz dan Southern (2000:140).

Results and Discussions

Hasil pengumpulan data terhadap 214 siswa dengan rata-rata sebesar 14 dan simpangan baku sebesar 4. Secara umum profil tingkat adiksi cybersex siswa digambarkan sebagai berikut :

Tabel 4.1
Gambaran Umum Adiksi Cybersex Pada Siswa SMAN 8 Tasikmalaya

No	Rentang Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase	Rata-rata	Simpangan Baku	Skor max	Skor min
1.	21-28	Tinggi	0	0%	14	4	12	1
2.	10-20	Sedang	6	2,80%				
3.	0-9	Rendah	208	97,20%				
Jumlah			214	100%				

Berdasarkan tabel 4.1 hasil gambaran umum perilaku adiksi cybersex siswa kelas XI SMAN 8 Tasikmalaya Tahun ajaran 2020/2021. berada pada kategori rendah dengan rata-rata 14 dan simpangan baku sebesar 4. Dari 214 siswa terdapat 0% dalam kategori tinggi berada pada resiko tertinggi. Selanjutnya pada kategori sedang terdapat 2,80% (6 orang) masuk dalam kategori sedang sudah memiliki resiko dalam kehidupan seksualnya, dan dapat mempengaruhi bagian penting dari kehidupan. Individu sudah mulai khawatir terhadap perilaku seksual online-nya, dan sudah merasakan pengaruh dari perilaku adiksi cybersex. Terakhir pada kategori rendah terdapat 97,20% (208 orang) masuk dalam kategori rendah mempunyai resiko yang rendah terhadap masalah adiksi cybersex.

Maka dapat disimpulkan dari keseluruhan siswa kelas XII di SMAN 8 Tasikmalaya berada pada kategori rendah terhadap adiksi cybersex yang artinya Individu dalam kategori rendah mempunyai resiko yang rendah terhadap masalah adiksi cybersex, tetapi jika seksual online menyebabkan masalah dalam hidup individu tersebut, carilah seorang profesional yang dapat melakukan penilaian lebih lanjut.

Aspek adiksi cybersex dalam penelitian ini terdiri dari 5 yaitu Perilaku Seksual Kompulsif Online, Perilaku Seksual Online Sosial, Perilaku Seksual Online Terisolasi, Pengeluaran Seksual Online, Meminati Perilaku Seksual Online Berikut merupakan gambaran dari masing-masing aspek cybersex pada siswa SMAN 8 Tasikmalaya:

Hasil pencapaian persentase 2 aspek adiksi cybersex siswa SMAN 8 Tasikmalaya, terungkap bahwa aspek tertinggi yaitu pada aspek perilaku seksual kompulsif online sebesar 9,54 %, sedangkan aspek terendah yaitu aspek pengeluaran seksual online dengan jumlah 0,16 %.

Gambaran umum kondisi adiksi cybersex pada siswa SMAN 8 Tasikmalaya ditinjau berdasarkan jenis kelamin dipaparkan pada tabel 4.3

Table 4.3
Profil Adiksi Cybersex siswa SMAN 8 Tasikmalaya berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	N	Rata-Rata	Simpangan Baku	Kategori					
				Rendah		Sedang		Tinggi	
				F	%	F	%	F	%
Laki-laki	60	6.12	3.380	54	90%	6	10%	0	0%
Perempuan	154	2.73	2.593	154	100%	0	0%	0	0%

Berdasarkan hasil pengumpulan data terhadap siswa SMAN 8 Tasikmalaya Tahun ajaran 2020/2021, data tersebut terbagi dua bagian berdasarkan karakteristik jenis kelamin, yaitu laki-laki dan perempuan. Pada gender laki-laki dengan rata-rata 6.12 dan simpangan baku 3,380. Jika dikategorikan berdasarkan persentase sebesar 90% siswa laki-laki berada pada katageori rendah, 10% dengan kategori siswa laki-laki memiliki kagigihan sedang, 0% terkategorisasi memiliki adiksi cybersex tinggi. Sedangkan pada mahasiswa perempuan dengan nilai rata-rata 2,73, dan simpangan baku 2,593. Jika dikategorisasikan berdasarkan persentase yaitu: 100% mahasiswa perempuan memiliki kriteria rendah, 0% dengan kategorisasi sedang, 0% dengan kategorisasi tinggi.

Tabel 4.4
Hasil Uji Perbedaan Tingkat Kegigihan
Pada Mahasiswa Laki-laki dan Perempuan

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	496.024	1	496.024	61.758	.000
Within Groups	1702.729	212	8.032		
Total	2198.752	213			

Mencari perbandingan tingkat adiksi cybersex pada siswa laki-laki dan perempuan dilakukan dengan pengujian One-Way Anova dengan bantuan SPSS versi 25.00, dengan ketentuan jika nilai signifikansi (Sig.) < 0,05, maka nilai tersebut diterima dan terdapat perbedaan antara tingkat kegigihan pada laki-laki dan perempuan. Sedangkan jika nilai signifikansi (Sig.) > 0,05, maka tidak nilai ditolak serta tidak terdapat perbedaan antara tingkat kegigihan antara laki-laki dan perempuan. Berdasarkan tabel diatas, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 < 0,05, sehingga itu berarti

bahwa hipotesis “terdapat perbedaan signifikansi anantara tingkat adiksi cybersex pada siswa laki-laki dan perempuan” diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kegigihan pada laki-laki dan perempuan adanya menunjukkan perbedaan yang signifikan.

Proses konseling kognitif perilaku untuk mereduksi adiksi cybersex dilakukan tiga hari sekali selain itu sehari sebelum sesi selanjutnya dimulai konseli di ukur terlebih dahulu dengan instrument cybersex untuk melihat sejauh mana penurunan adiksi cybersex setelah sesi berlangsung. Secara umum proses konseling kognitif perilaku digambarkan sebagai berikut:

Partisipan : M. A

Sesi konseling yang dilakukan untuk sebanyak enam sesi. Adapun sesi konseling yang telah dilaksanakan sebagai berikut:

Sesi Pertama:

Sesi pertama berlangsung di rumah konselor, karena kondisi yang tidak memungkinkan untuk melaksanakan sesi konseling di lingkungan sekolah tepatnya di ruang bimbingan dan konseling (BK) yang biasanya digunakan sebagai tempat untuk melakukan sesi konseling. Meski seperti itu sesi konseling tetap dapat berjalan dengan lancar dan kondusif. Di awal sesi konseling, konselor membangun hubungan positif dengan konseli agar konseli merasa nyaman ketika melakukan sesi konseling. Selain membangun hubungan yang positif, konselor juga menjelaskan kembali secara singkat tentang kontrak konseling yang akan dilaksanakan, azas kerahasiaan yang ada dalam pelaksanaan sesi konseling.

Selanjutnya memasuki tahapan membangun hubungan yang baik dengan konseli (Joining and building rapport) Konselor memulai sesi konseling dengan menanyakan “Bagaimana kabarnya A?” dan konseli menjawab “Alhamdulillah baik, Pak”. Setelah itu konselor menjelaskan kepada konseli tujuan diadakannya sesi konseling dan menjelaskan kepada konseli mengenai hasil dari instrumen kegigihan konseli yang menunjukkan kriteria kegigihan rendah. Dalam sesi ini, konseli menceritakan bahwa konseli memiliki masalah yang berkaitan dengan Adiksi Cybersex. Konseli sering merasakan bahwa dirinya merasa sering bersalah sesudah melihat konten porno, selain itu konseli juga merasa adanya dorongan untuk melihat konten porno ketika dia stres dan kesal dirumah. Konselor menggunakan pendekatan konseling kognitif perilaku. Berikut gambaran tiap tahapan dalam pelaksanaan sesi pertama terdiri dari :

Aliansi Terapeutik, Pada tahapan ini konselor membangun aliansi terapeutik yang produktif dengan konseli seperti mendiskusikan tujuan konseling, dan mengoreksi apa pun kesalahpahaman yang jelas konseli miliki tentang proses konseling serta mendorong konseli membicarakan terkait dengan permasalahan yang dialaminya.

Tahapan Perubahan (Mengajarkan Skema kognitif Situasi-pikiran –perasaan-tindakan), Pada tahapan selanjutnya adalah dengan mengajarkan teknik skema kognitif ini membantu konseli agar dapat mengidentifikasi serta lebih terbuka dan dapat berpikir jernih, logis untuk menentang keyakinan irasional yang dimunculkan didalam dirinya sehingga konseli mampu untuk memodifikasi keyakinan irasionalnya tersebut menjadi lebih rasional.

SKEMA KOGNITIF LAMA

Situasi	Pikiran	Perasaan	Tindakan
Ketika kesal dan stress dirumah	Saya merasa lega ketika melihat video porno	Lega Bermalas – malasan	Melihat video porno dan masturbasi

SKEMA KOGNITIF BARU

Situasi	Pikiran	Perasaan	Tindakan
Ketika kesal dan stress dirumah	Bahwa perbuatan itu sangat berdosa	Bersalah dan Malu	Tidur dan introspeksi diri

Tahap Penutup, Tahapan selanjutnya bertujuan untuk mendorong konseli untuk merumuskan apa yang perlu dilakukan agar dapat meningkatkan diri konseli menjadi lebih positif. Selain itu konselor juga menanyakan terkait dengan posisi konseli setelah melakukan sesi konseling dan apa yang konseli dapatkan selama sesi berlangsung. Kemudian konselor juga mengapresiasi terkait dengan perubahan yang terjadi pada konseli.

Sesi Kedua:

Sesi kedua ini bertujuan agar konseli memiliki keyakinan mendasar dalam pengaksesan konten pornografi dengan mencari akar permasalahan dan pola pikir konseli, serta menyadarkan bahwa perilaku seperti itu akan berdampak buruk kepada dirinya di kemudian hari, Pada sesi ini juga konselor menanyakan hal positif apa yang muncul pada diri konseli setelah sesi sebelumnya.

Sesi Ketiga:

Pada sesi ketiga bertujuan untuk memperkuat keyakinan baru konseli dan membantu konseli bertindak dengan keyakinan baru sehingga adanya penurunan perilaku adiksi cybersex yang dialami.

Jenis Kegiatan	Positif	Negatif
Berolahraga	Bisa menyehatkan dan meningkatkan daya tahan tubuh	Merasa cape setelah melaksanakan olahraga
Bermain dengan teman	Mempererat silaturahmi dengan teman	Merasa bosan karena topik pembicaraan
Bermain gitar	Bisa meningkatkan kemampuan dalam bermain gitar	Susah di pelajari karena sulit
Membantu orang tua	Mengurangi beban orang tua dalam	Harus meluangkan

Sesi Keempat:

Pada sesi keempat konselor membantu konseli untuk menentukan dan menilai hal yang perlu dilakukan agar apa yang dituliskan konseli pada sesi sebelumnya dengan menetapkan tujuan dan hal-hal yang dilakukan menghasilkan perilaku yang tetap.

Sesi Kelima:

Pada sesi kelima ini bertujuan agar konseli memiliki cara dalam menangani permasalahan untuk mengendalikan cybersex dengan membuat jadwal untuk membatasi waktu mengakses konten cybersex. Hal ini untuk mengajarkan konseli menangani situasi yang memungkinkan terjadi di masa yang akan datang dan hal ini juga membantu konseli mengubah perilakunya dan kemampuan dalam membuat keputusan.

Sesi Keenam:

Sesi keenam bertujuan agar konseli memiliki kebiasaan dengan penguatan berupa jadwal yang spesifik sehingga konseli memiliki perilaku yang tepat dalam mengendalikan perilakunya dan pada sesi ini diharapkan konseli memiliki pengendalian internal yang lebih baik dari sebelumnya.

Analisis skor adiksi cybersex, Konseli A mengikuti pengukuran profil adiksi cybersex sebelum intervensi selama 2 minggu, kemudian sekitar satu bulan mengikuti 6 sesi konseling dan pengukuran baseline ke 2. Untuk lebih jelas disajikan pada grafik 4.1 mengenai skor sebelum dan sesudah intervensi.

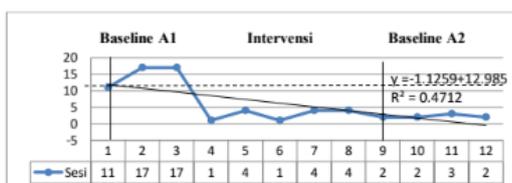
Tabel 4.5

Statistik Deskriptif

Deskriptor	Baseline A1	Intervensi B	Baseline A2
Rata-rata	15,0	3	0,4
Strandar Deviasi	3,46	1,5	0,58

Grafik 4.1

Analisis Adiksi Cybersex Konseli Arta Setelah Mengikuti Konseling



Grafik diatas menunjukkan bahwa adanya penurunan langsung dalam tingkat cybersex setelah diberikan sesi intervensi menggunakan konseling rasional emotif perilaku. Analisis grafis secara khusus menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor Adiksi cybersex pada baseline pertama 15.0 lalu menurun setelah diberikan intervensi konseling kognitif perilaku menjadi 3 kemudian menurun kembali menjadi 0,4 pada baseline kedua. Analisis variabilitas antara kondisi baseline dan intervensi ditunjukkan dengan standar deviasi sebelum intervensi sebesar (SD = 3,46) dan setelah pemberian intervensi konseling sebesar (SD = 0,58). Hasil analisis tren menunjukkan tren peningkatan moderat, disini menunjukkan bahwa kegigihan i meningkat selama dilakukan intervensi konseling rasional emotif perilaku. Perhitungan garis regresi kuadrat lebih lanjut menyoroti efek intervensi yang besar dan menandakan hubungan yang besar ($R^2 = 0,4712$, $r = 0,68$) antara fase intervensi dan waktu dilakukannya baseline.

Untuk menguji sejauhmana perubahan konseli setelah pemberian konseling kognitif perilaku terhadap baseline, maka dilakukan Percentage Nonoverlapping Data (PND). Karena tujuan pemberian intervensi konseling kognitif perilaku digunakan untuk menurunkan adiksi cybersex, maka garis horizontal PND ditarik dari titik skor tertinggi pada fase baseline pertama, kemudian menghitung titik pada fase intervensi hingga fase baseline kedua yang berada di bawah garis horizontal PND dan membaginya dengan jumlah sesi intervensi dan mengalikannya dengan 100. Hasil uji PND menunjukkan 9 titik yang berada di bawah garis horizontal PND dari 6 titik fase intervensi dan 3 titik fase

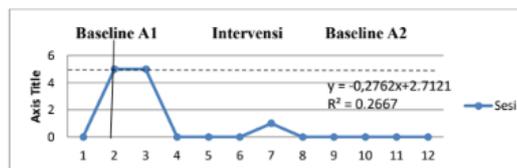
baseline kedua artinya 100% data dari fase intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa konseling kognitif perilaku sangat efektif dalam meningkatkan kegigihan konseli. Hasil PND menunjukkan bahwa setelah fase intervensi dimulai, skor pada A – B – A menurun dan tidak pernah kembali ke titik baseline awal.

Analisis Aspek Adiksi Cybersex Pada Konseli, Dalam analisis aspek adiksi cybersex ini peneliti hanya menjabarkan aspek-aspek adiksi cybersex yang hanya di isi oleh konseli sebanyak 3 aspek. Dibawah ini penjabaran dari ke 3 aspek tersebut :

Aspek Perilaku Seksual Kompulsif Online Tingkat adiksi cybersex pada konseli arta terdapat penurunan dari aspek perilaku seksual kompulsif online. Untuk lebih jelas disajikan pada grafik 4.6 mengenai skor aspek perilaku seksual kompulsif online.

Deskriptor	Baseline A1	Intervensi B	Baseline A2
Rata-rata	10,3	2	2
Strandar Deviasi	1.5	1.6	0

Table 4.6 Statistic Deskriptif



Grafik 4.5

Analisa Aspek Perilaku Seksual Kompulsif Online Konseli

Seperti yang di gambarkan dalam Grafik 4.6 diatas, data mengungkapkan tren percepatan moderat dalam aspek perilaku seksual online terisolasi, dengan rata-rata baseline pertama 3.3 kemudian setelah diberikan intervensi menurun menjadi 0 setelah baseline kedua mempunyai nilai sama dengan rata-rata intervensi yaitu 0. Sedangkan untuk standar deviasi 2.89 menjadi 0.2 dengan perhitungan garis regresi ($R^2 = 0,2667$, $r = 0,51$). Variabilitas menurun selama fase baseline A2.

Analisis skor adiksi cybersex, Konseli A mengikuti pengukuran profil adiksi cybersex sebelum intervensi selama 2 minggu, kemudian sekitar satu bulan mengikuti 6 sesi konseling dan pengukuran baseline ke 2. Untuk lebih jelas disajikan pada grafik 4.1 mengenai skor sebelum dan sesudah intervensi.

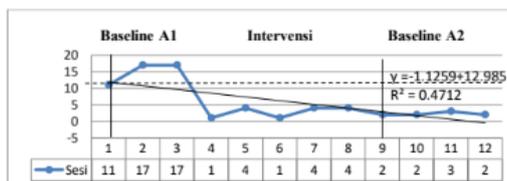
Tabel 4.5

Statistik Deskriptif

Deskriptor	Baseline A1	Intervensi B	Baseline A2
Rata-rata	15,0	3	0,4
Strandar Deviasi	3,46	1,5	0,58

Grafik 4.1

Analisis Adiksi Cybersex Konseli Arta Setelah Mengikuti Konseling



Grafik diatas menunjukkan bahwa adanya penurunan langsung dalam tingkat cybersex setelah diberikan sesi intervensi menggunakan konseling rasional emotif perilaku. Analisis grafis secara khusus menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor Adiksi cybersex pada baseline pertama 15.0 lalu menurun setelah diberikan intervensi konseling kognitif perilaku menjadi kemudian menurun kembali menjadi 0,4 pada baseline kedua. Analisis variabilitas antara kondisi baseline dan intervensi ditunjukkan dengan standar deviasi sebelum intervensi sebesar ($SD = 3,46$) dan setelah pemberian intervensi konseling sebesar ($SD = 0,58$). Hasil analisis tren menunjukkan tren peningkatan moderat, disini menunjukkan bahwa kegigihan i meningkat selama dilakukan intervensi konseling rasional emotif

perilaku. Perhitungan garis regresi kuadrat lebih lanjut menyoroiti efek intervensi yang besar dan menandakan hubungan yang besar ($R^2 = 0,4712$),

Dilihat dari indikator perubahan konseli sebelum dan sesudah sesi konseling serta pada gambaran hasil skor saat fase baseline dan intervensi yang menunjukkan penurunan, penggunaan konseling kognitif perilaku dinilai efektif dalam menurunkan adiksi cybersex konseli Keberhasilan konselingkognitif perilaku untuk menurunkan adiksi cybersex ini juga karena adanya keinginan konseli untuk dapat berubah menjadi lebih baik, sehingga konseli berusaha dengan sungguh- sungguh untuk mewujudkan tujuannya. Selain itu selama sesi berlangsung konseli benar – benar menunjukkan perubahan yang positif di setiap sesi yang dibuktikan dengan tugas rumah atau worksheet yang selalu konseli kerjakan.

Profil Adiksi cybersex siswa, Berdasarkan hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa sebagian besar siswa SMAN 8 Tasikmalaya memiliki tingkat adiksi cybersex rendah, selain itu terdapat juga siswa yang memiliki tingkat adiksi cybersex pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan perlu adanya penanganan bagi siswa yang berada tahap sedang jika ini tidak segera ditindak lanjuti maka tidak menutup kemungkinan, adiksi cybersex yang dimiliki oleh siswa akan meningkat menuju kategori tinggi dikarenakan pengaksesan internet di jaman Sekaran sangat mudah di dapatkan seperti halnya yang dikatakan Goldberg (2004) mengatakan bahwa banyaknya orang yang menggunakan internet untuk cybersex telah meningkat 10 tahun terakhir ini. Selain itu, pada masa remaja adalah masa dimana pencarian jati diri seseorang dan juga adanya dorongan seksual yang terjadi pada individu tersebut hal ini sesuai yang dikemukakan (Hurlock, 1990) bahwa cybersex remaja terjadi karena Matangnya organ-organ seksual pada remaja dimana akan mengakibatkan munculnya dorongan- dorongan seksual dan rasa ingin tahu. Siswa yang berada pada kategori sedang menunjukkan sudah memiliki resiko dalam kehidupan seksualnya, dan dapat mempengaruhi bagian penting dari kehidupan. Individu sudah mulai khawatir terhadap perilaku seksual online-nya, dan sudah merasakan pengaruh dari perilaku adiksi cybersex.

Dilihat dari gambaran mengenai pencapaian presentase 5 aspek perilaku adiksi cybersex siswa kelas XI SMAN 8 Tasikmalaya, terungkap bahwa presentase aspek terendah sampai aspek tertinggi. Aspek paling rendah yaitu aspek kesatu pengeluaran seksual online, merupakan perilaku yang menghabiskan uang untuk mendukung aktivitas seksual online, seperti membeli materi seksual (video, film, gambar), dan produk-produk seksual sebesar 0,16%, aspek kedua yaitu perilaku seksual dilakukan secara online dalam konteks hubungan sosial, melibatkan interaksi antar pribadi dengan orang lain sebesar 0,58%, aspek ketiga yaitu meminati perilaku seksual online, merupakan perilaku yang tertarik terhadap kegiatan seksual online dan menghabiskan banyak waktu untuk mengakses internet seksual sebesar 1,24%, aspek keempat yaitu perilaku seksual online terisolasi, merupakan perilaku seksual yang hanya dilakukan oleh individu untuk kesenangan seksual dan kepuasan terhadap hasrat seksual, dan individu tersebut menyembunyikan perilaku seksual online dari orang lain sebesar 1,54%, aspek kelima yaitu perilaku seksual kompulsif online yaitu perilaku individu yang sulit untuk dikendalikan dan ditandai dengan hilangnya kebebasan untuk memilih, melanjutkan kegiatan seksual meskipun mendapatkan konsekuensi yang signifikan, dan memiliki pemikiran obsesif sebesar 9,54%.

Aspek paling tinggi adalah aspek perilaku kompulsif seksual online, kebanyakan siswa masih merasa perilaku adiksi cybersex sulit untuk dikendalikan dan ditandai dengan hilangnya kebebasan untuk memilih, mereka melanjutkan kegiatan seksual meskipun mendapatkan konsekuensi yang signifikan, dan memiliki pemikiran obsesif. (misalnya, merasa gelisah ketika tidak mengakses internet seksual, merasa takut dan khawatir perilaku seksualnya diketahui oleh orang lain, merasa cemas dan tidak nyaman jika tidak mengakses internet seksual merasa bersalah setelah mengakses seksual online, contoh yang lain adalah individu berjanji tidak akan mengakses internet untuk tujuan seksual, berusaha menghentikan jenis aktivitas seksual (misalnya berhenti menonton video pornografi, melihat gambar-gambar erotis, dll).

Analisis Temuan Efektivitas Konseling Kognitif Perilaku, Hasil penelitian menunjukkan bahwa Teknik konseling kognitif perilaku efektif dalam menurunkan adiksi cybersex. Teknik konseling kognitif perilaku berhasil menurunkan adiksi cybersex yang dialami oleh siswa. Keberhasilan ini dilihat dari penurunan skor adiksi cybersex setelah dilakukan intervensi konseling kognitif perilaku selama 6 sesi, dimana pada sesi satu skor yang didapat yakni sebesar 1, sesi kedua 4, sesi ketiga 1, sesi keempat 4, sesi kelima 4, dan sesi keenam 2. Dari hasil skor tersebut menunjukkan konseli mengalami penurunan yang signifikan. Keefektivan teknik konseling kognitif perilaku juga di dukung dengan menurunnya hamper seluruh aspek kegigihan Selain itu, konseli juga mampu menunjukkan perubahan yang positif dari setiap sesi dengan ditunjukkan dengan tugas rumah (homework) yang konseli kerjakan.

Conclusions

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, maka dapat di simpulkan sebagai berikut :

Profil tingkat adiksi cybersex pada siswa kelas XII di SMAN 8 Tasikmalaya tahun ajaran 2020/2021 menggambarkan 0% sebaran siswa yang terkategori tinggi, 2.80 % pada kategori sedang, 97.20% pada kategori rendah. Itu artinya sebaran siswa di kelas XII SMAN 8 Tasikmalaya sebagian besar pada tarap rendah. Kemudian jika dibandingkan dengan tingkat cybersex pada jenis kelamin siswa laki-laki lebih dominan di bandingkan dengan perempuan karena dari hasil pengumpulan data yang ada di tahap sedang semuanya berjenis kelamin laki-laki

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas konseling kognitif perilaku untuk mereduksi adiksi cybersex. Perilaku adiksi cybersex ini diidentifikasi dari kuisisioner yang di bagikan kepada siswa untuk mengetahui sejauh mana adiksi cybersex yang di alami oleh siswa. Skor dilihat melalui pengukuran berulang sebanyak 3 kali pada kondisi baseline (A1), intervensi (B), dan baseline (A2).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya penurunan adiksi cybersex dari konseli setelah berpartisipasi dalam itervensi konseling kognitif perilaku. Arta sudah sadar bahwa selama ini dia memiliki pemikiran yang salah merugikan dirinya sendiri sehingga dia mulai mampu mengurangi ketergantungan terhadap konten pornografi.

Acknowledgments

Acknowledge anyone who has helped you with the study, including: Researchers who supplied materials, reagents, or computer programs; anyone who helped with the writing or English, or offered critical comments about the content, or anyone who provided technical help. State why people have been acknowledged and ask their permission. Acknowledge sources of funding, including any grant or reference numbers. Please avoid apologize for doing a poor job of presenting the manuscript.

References

- ABKIN. (2007). Rambu-rambu Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling dalam Jalur Pendidikan Formal. Jakarta. Departemen Pendidikan Nasional.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York, NY: Guilford Press.
- Beck S. Judith. (2011). *Cognitive behavior Therapy*. New York London. Guildford Press.
- Beck, A. T. (2008). The evolution of the cognitive model of depression and its neurobiological correlates. *American Journal of Psychiatry*, 165, 969– 977.
- Byun, S., et al. (2009). Internet addiction: metasyntesis of 1996 – 2006 quantitative research. *Cyber Psychology & Behavior*. Vol. 12, Number 2, p. 203-207.
- Candra, Ifani & Pratiwi S N. (2018). Hubungan Antara Religiusitas dengan Cybersexual Addiction pada Siswa SMP Muhammadiyah 1 Kota Padng. Vol. 11, No. 2, Hal 11-20. ISSN 2502-8766
- Caplan, S. (2002). Problematic internet use and psychsocial well being. Development of a theory based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computer in Human Behavior*, 18, 553-557.
- Carners, P. J., Delmonico, D. L., & Griffin, E. J. (2001). *In the shadows of the net*. Center City: Hazelden Foundation.
- Chou, Chien., Condron, Linda., & Belland Jhon C. (2005). Review Of the Jurnal Research on Internet Adiction. *Educational Psycholog Review*, 17, (4).
- Cooper, A. dkk. (1998). Sexuality on the Internet: From Sexual Eksplorasi to pathological Expression (online). *Profesional Psychology: Research and Practise*, 30(2):154-164.

- Cooper, A., Delmonico, D. L., & Burg, R. (2000). Cybersex users, abusers, and compulsives: New findings and implications. *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment and Prevention*, 7(1-2), 5-30.
- Daneback, Kristian. Cooper. Mansson. (2005). An Internet Study of Cybersex Participants. Vol. 34, No. 3, Hal 321-328
- Delmonico L. David & Griffin J. Elizabeth. (2011). *Cybersex Addiction and Compulsivity*. Internet Addiction. Canada: John Wiley & Sons, Inc.
- Edutechnolife. (2011). Pengguna internet di Indonesia mayoritas menggunakan ponsel (internet mobile). Di unduh dari <http://edutechnolife.com/pengguna-internet-di-indonesia--mayoritas-menggunakan-ponsel-internet-mobile/>
- Golberg, P. D. (2004). An Exploratory Study About The Impacts That Cybersex (The Use Of The Internet For Sexual Purposes) Is Having On Families And The Practices Of Marriage And Family Therapists. Tesis. Virginia Polytechnic Institute and State University, Falls Church, Virginia, U.S.A.
- Greenfield, D.N. (1999). Psychological characteristics of compulsive Internet use: A preliminary analysis. *CyberPsychology and Behavior*, 2(5), 403 – 412
- Griffiths, M. (2005). A “components” model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10, 191-197.
- Herring, S. C. (1996). Computer-mediated communication: Linguistic, social, and cross-cultural perspectives, 81-106.
- Juditha Christiany. (2020). Perilaku cybersex pada generasi milenial. *Jurnal Pekommas*. Vol.5, Hal 47-58
- Kaplan M. David, Tarvydas M. Villa, & Gladding T. Samuel. (2014). *Jurnal of Counseling and Development*. Volume 92, Hal 366-372
- Kwon Hye. Jung. (2011). *Toward the Prevention of Adolescent Internet Addiction*. Internet Addiction. Canada: John Wiley & Sons, Inc
- Kominfo. (2014). Perilaku Anak dan Remaja Dalam Menggunakan Internet. [online] Tersedia di : <https://kominfo.go.id/content/detail/3834/siaran-pers-no-17pihkominfo22014-tentang-riset-kominfo-dan-unicef-mengenai-perilaku-anak-dan-remaja-dalam-menggunakan-internet/>
- S., Mukhopadhyay, T., & Scherlis, W. (1998). Internet Paradox: a social technology that reduces social involvement and psychological well being. *American Psychologist*, 53(9), 1017-1031
- Maheu. 2001. Etiology and treatment of internet-related problems. Pioneer Development Resource, Inc.
- Mark F. Schwartz et al. (2014). *Sexual Addiction & Compulsivity : The Journal of Treatment & Prevention*. Vol. 7, Hal. 127-144
- Ningtyas Yuhana Dewi Sari. (2012). HUBUNGAN ANTARA SELF CONTROL DENGAN INTERNET ADDICTION PADA MAHASISWA. *Educational Psychology Journal*. No. 1. ISSN 2252-634X
- Ropelato, J. (2012). Internet pornography statistics. Retrieved from <http://internet-fiterreview.toptenreviews.com/internet.pornography- statistics.html>
- Sarwono, Salito W. 2011. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

- Stevanikova, I., Nie, N. H., & He, X. (2010). Time on the internet at home, loneliness, and life satisfaction: evidence from panel time-diary data. *Computer in Human Behavior*, 26(3), 329-338.
- Van der Aa, Niels., Overbeek, Geertjan., Engles, Rutger C. M. E., Scholte, Ron H. J., Meerker, Gert- Jan., dan Van dem Eijnden, R. J. J. M. (2008). Daily and Complusive Internet Use and Well-Being in Adolesence: Adiathesis-Strees Model Based on Big Five Personality Traits. *J Youth Adolescence*, (38), 765-776
- Watson C. Joshua. (2015). Internet Addiction. in *Treatment Strategies for Substance and Process ADDICTIONS*. Amerika Counseling Association.