



Psikoedukasi “SOBER X Teen” dalam Mengontrol Perilaku Cybersex pada Siswa SMP

Ananda Sri Rahayu^{1*}, Alifia Putri Fadilah Sati², Anisa Resa Savitri³, Erfi Amanda⁴,
Imelda Evani⁵, Rafly⁶, Sakinatun Hasanah⁷, Syerli Akhla Rosa⁸, Ulfa Dwina⁹

¹⁻⁹Universitas Negeri Padang, Indonesia

Alamat: Jalan Prof. Dr. Hamka, Air Tawar Padang, Sumatera Barat

*Korespondensi penulis: rahayusriananda@gmail.com

Abstract. *This research aims to determine the effect of SOBER X Teen psychoeducation in controlling cybersex behavior among adolescents. The research design is a one group pretest and posttest design. The subjects consisted of 68 8th grade junior high school students aged 13-15 years, both male and female. The measurement tool used was the cybersex scale. Data analysis was conducted using paired sample t-test to observe the differences in cybersex behavior before and after receiving psychoeducation. The research results indicate that the p-value = 0000, which is less than 005, meaning that there is an influence of SOBER X Teen psychoeducation on adolescents' understanding of cybersex. The implication of this study is that SOBER X Teen psychoeducation can be used as a method to control cybersex behavior in adolescents.*

Keywords: *Cybersex, Psychoeducation, SOBER X Teen.*

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi SOBER X Teen dalam mengontrol perilaku cybersex pada remaja. Desain penelitian ini adalah one group pretest and posttest design. Subjek berjumlah 68 orang siswa kelas 8 SMP dengan rentang usia 13-15 tahun, laki-laki atau perempuan. Alat ukur menggunakan skala cybersex. Analisis data menggunakan paired sampel t-test untuk melihat perbedaan perilaku cybersex sebelum dan sesudah diberikan psikoedukasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai p-value = 0,000 < dari 0,05 yang artinya terdapat pengaruh psikoedukasi SOBER X Teen terhadap pemahaman tentang cybersex pada remaja. Implikasi dari penelitian ini adalah psikoedukasi SOBER X Teen dapat dijadikan sebagai metode untuk mengontrol perilaku cybersex pada remaja.

Kata kunci: Cybersex, Psikoedukasi, SOBER X Teen.

1. LATAR BELAKANG

Perkembangan zaman dan teknologi memberikan banyak kemudahan terutama dalam hal mengakses informasi melalui internet. Internet sudah menjadi kebutuhan bagi masyarakat di dunia termasuk Indonesia. Berdasarkan data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tahun 2024 menunjukkan bahwa jumlah pengguna internet mencapai 221.563.479 jiwa (79,5%) terlihat adanya peningkatan sebesar 1,31% dari tahun 2023. Data ini diambil dari total populasi 278.696.200 jiwa penduduk Indonesia di tahun 2023. Dari segi usia, sebanyak 34,40% mayoritas pengguna internet merupakan Gen Z (usia 12-27 tahun).

Penggunaan internet tidak hanya berkaitan dengan konten positif, namun juga terdapat konten negatif seperti kemudahan mengakses konten pornografi. Pornografi termasuk dalam masalah seksual pada remaja (Diananda, 2018). Kementerian Komunikasi dan Informatika (2021) menyatakan bahwa terdapat 1.573.282 konten negatif terutama pornografi yang tersebar

di internet pada Januari sampai Oktober 2021. Menurut Wery, Billieux (2017) aktivitas seksual secara cybersex meningkat seiring berkembangnya teknologi. Pernyataan ini juga sejalan dengan data dari Kementerian Pemberdayaan dan Perlindungan Anak (KPPA) sebanyak 66,6% anak laki-laki dan 62,3% anak perempuan di Indonesia mengakses pornografi melalui media cybersex (Noorca, 2021).

Menurut Cooper, Delmonico, Griffinshelley, & Mathy (2004) bahwa perilaku cybersex adalah mengakses pornografi di internet, terlibat dalam real-time yaitu percakapan tentang seksual online dengan orang lain, mengakses multimedia software dan menggunakan perangkat-perangkat teknologi. Sejalan dengan pernyataan tersebut, Priynggi (2018) mengatakan cybersex adalah kegiatan seseorang dalam mengakses materi-materi porno dengan menggunakan perangkat komputer atau handphone baik itu berupa film, suara, gambar, cerita, terlibat percakapan secara online membahas seks yang dapat membangkitkan gairah seksual dan terkadang diikuti dengan masturbasi pada individu. Sedangkan menurut Cooper (2002) Cybersex merupakan kegiatan yang di dalamnya mengandung konten porno, diantaranya melihat foto-foto menerima dan mengirim foto atau pesan email tentang seks.

2. KAJIAN TEORITIS

Perilaku cybersex memberikan dampak negatif diantaranya adalah prostitusi, kejahatan cyber, pelecehan anak dan pornografi (Judita, 2020). Dampak negatif cybersex menurut Imawati & Sari (2018) yaitu menyebabkan kerusakan lima bagian otak salah satunya prefrontal korteks yang berfungsi untuk mengambil keputusan, pengaturan emosi, prestasi akademik, merencanakan sesuatu dan mengontrol diri. Menurut Delmonico & Miller (2003) aspek-aspek cybersex yaitu: a) *online sexual compulsivity*; b) *online sexual behaviour*; c) *online sexual isolated*; d) *online sexual spending*.

Berdasarkan penelitian dari Kementrian Informasi dan Informatika (Kominfo) yang dilakukan kepada 400 remaja berusia 10-19 tahun di 11 provinsi di Indonesia, didapatkan hasil bahwa hampir 80% remaja di Indonesia mengalami kecanduan internet, dan sebagian besar remaja mengakui bahwa mereka menggunakan internet untuk mengakses hal-hal yang tidak semestinya, seperti mengakses konten pornografi dan perilaku cybersex lainnya (Hapsari & Ariana, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Jay Phelan & Burnham (dalam Aiyuda, 2020) menyatakan bahwa masalah pornografi dan seksualitas yang terkait dengan internet merupakan salah satu permasalahan kontrol diri.

Berdasarkan penjelasan permasalahan tersebut peneliti menggunakan program SOBER X Teen untuk mengontrol perilaku cybersex pada remaja. Program SOBER X Teen (Stop

Cybersex In Teenager) merupakan sebuah program psikoedukasi yang diberikan kepada remaja dengan tujuan memberikan pengetahuan dan kewaspadaan pada remaja dalam rangka sosialisasi mengurangi tingkat cybersex pada remaja. Program ini dibuat terinspirasi dari modul pendidikan sex bagi remaja yang disusun oleh Yudistira & Cahyorinarti (2022). Modul tersebut bertujuan memberikan pengetahuan, wawasan, dan sikap terkait seksualitas pada remaja, khususnya yang sedang menempuh pendidikan menengah (SMP dan SMA).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi SOBER X Teen kepada para remaja kelas 8 di SMP N 2 Payakumbuh terkait implementasi kontrol perilaku cybersex melalui program Stop Cybersex In Teenager "SOBER X Teen". Penelitian ini juga memiliki manfaat teoritis dan juga praktis yaitu dapat memperkaya wawasan serta keilmuan peneliti terutama dalam bidang psikologi serta juga dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya. Program psikoedukasi ini dapat bermanfaat terutama bagi remaja agar dapat mengontrol perilaku cybersex yang terus berkembang dan menjajah generasi muda saat ini.

3. METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif. Alasan menggunakan pendekatan kuantitatif adalah karena data yang dikumpulkan berupa data kuantitatif (numerik) atau data yang dapat diolah secara statistik (Sugiyono, 2013). Penelitian ini juga menggunakan metode Quasi experiment dimana sampel yang digunakan untuk kelompok eksperimen yang diambil secara random dari populasi tertentu (Sugiyono, 2013). Dengan metode ini desain penelitian yang dapat digunakan adalah One Group Pretest-posttest Design. Menurut Christensen (dalam Seniati, 2005) desain ini disebut juga before after design. Pada desain ini diawali peneliti, dilakukan pengukuran terhadap yang telah dimiliki subjek. Setelah diberikan manipulasi atau treatment dilakukan pengukuran kembali terhadap variabel terikat dengan alat ukur yang sama. Penelitian ini melibatkan penggunaan satu variabel dimana variabel yang digunakan adalah cybersex.

Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling. Alasan digunakannya teknik ini karena Simple Random Sampling (SRS) adalah sebuah teknik pengambilan sampel yang memungkinkan setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih sebagai sampel penelitian. Dalam SRS, tidak ada strata yang dipertimbangkan ketika memilih anggota populasi, sehingga setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih. Teknik ini digunakan untuk mengurangi potensi bias manusia dalam pemilihan kasus yang akan dimasukkan dalam sampel dan untuk menjadi

representasi kelompok yang tidak bias. Subjek dalam penelitian ini merupakan siswa SMPN 2 Payakumbuh dengan rentang usia 13-15 tahun, baik laki-laki maupun perempuan. Populasi siswa kelas 8 di SMPN 2 Payakumbuh. Pengumpulan data dilakukan dengan penyebaran angket atau kuesioner pada 25% populasi yaitu sebanyak 68 orang. Alasan digunakannya teknik ini karena populasi penelitian memiliki tingkatan usia atau bertingkat sehingga sampel yang dipilih juga harus bertingkat dengan 25% sampel karena populasi lebih dari 100 (Abdullah, 2015).

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan melakukan pretest dan posttest. Pretest akan dilakukan sebelum diberikan treatment dan posttest dilakukan sesudah diberikan treatment. Pretest yang dilakukan bertujuan untuk melihat pengetahuan tentang cybersex pada siswa sebelum diberikannya treatment/manipulasi. Kemudian posttest juga dilakukan setelah diberikan beberapa kali treatment untuk melihat peningkatan pengetahuan tentang cybersex pada siswa.

Teknik analisis data pada penelitian ini adalah pendekatan analisis kuantitatif deskriptif dan inferensial menggunakan uji t untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan antara rata-rata hasil data sebelum dan sesudah dilakukan perlakuan, sehingga dapat dinyatakan terdapat pengaruh atau tidaknya perlakuan tersebut. Uji t yang digunakan yaitu Dependent-Samples T-Test atau biasa disebut paired samples t test. Dependent-Samples T-Test digunakan untuk membandingkan dua kelompok yang diukur dua kali, dan ada hubungan satu-ke-satu antara pengamatan dalam kedua kelompok berpasangan. Data dalam dua kelompok berpasangan atau terkait satu sama lain (Putri, dkk. 2023). Analisis data pada penelitian ini menggunakan bantuan software SPSS 25 for windows.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan uji normalitas menggunakan analisis *Saphiro-Wilk* dapat dilihat pada tabel tabel uji normalitas (*Test of Normality*) berikut ini:

Tabel 1. Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	.087	68	.200*	.969	68	.087
Posttest	.190	68	.000	.965	68	.054

Berdasarkan tabel 1 uji normalitas di atas dapat dilihat bahwa nilai Sig. pretest sebesar $0,087 > 0,05$ yang artinya data berdistribusi normal. Sedangkan nilai Sig. posttest sebesar $0,054 > 0,05$ yang artinya data berdistribusi normal. Selanjutnya, dikarenakan data berdistribusi

normal maka akan dilakukan uji yang berikutnya yaitu *paired samples t-test*. Hasil analisis data menggunakan paired samples t-test dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 2. Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretest	30.01	68	4.634	.562
	Posttest	33,09	68	4.228	.513

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat dilihat bahwa subjek pada saat pretest dan posttest dalam penelitian ini berjumlah 68 responden. Mean pemahaman tentang perilaku *cybersex* siswa saat pretest adalah 30,01, sedangkan pada saat posttest sebesar 33,09. Jadi, dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman siswa tentang *cybersex* saat pretest lebih rendah dibandingkan saat posttest, dengan selisih nilai sebesar 3,08. Namun, peneliti belum bisa menyimpulkan secara langsung berdasarkan statistik deskriptif. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan uji yang berikutnya yaitu uji signifikan analisis t-test.

Tabel 3. Paired Samples Correlations

Pair	N	Correlation	Sig.
Pretest & Posttest	68	.886	.000

Pada tabel 3 *Paired Sampels Correlations* menunjukkan adanya korelasi antara pengukuran pada saat pretest dan posttest. Dari tabel terlihat bahwa nilai $r = 0,886$ dengan $p(0,000) < 0,05$ artinya terdapat korelasi positif yang signifikan antara pengukuran pretest dan posttest. Hal ini juga menunjukkan adanya keselarasan data pretest dan posttest.

Tabel 4. Paired Samples Test

		Paired Differences		95% Confidence Interval of The Difference		t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Lower				Upper
Pair 1	Pretest-Posttest	-3.074	2.153	.261	-3.595	-2.552	-11.771	67	.000

Berdasarkan tabel hasil analisis data di atas, didapatkan nilai $t = -11,77$ dengan $p(0,000) < 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan tingkat pemahaman siswa antara pada saat pretest dan posttest. Mean menunjukkan selisih antara mean pretest dan posttest, sehingga didapatkan hasil -3,074 yang artinya nilai pretest lebih rendah dibandingkan nilai posttest. Dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman siswa tentang *cybersex* yang dilihat dari nilai posttest.

Penelitian yang telah dilakukan di SMPN 2 Payakumbuh pada siswa kelas 8 bertujuan untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi *SOBER X Teen* dalam mengontrol perilaku *cybersex* pada remaja dilakukan dengan memberikan materi melalui metode ceramah. Menurut Santrock (2002) remaja dapat dikatakan paling beresiko adalah remaja yang memiliki masalah lebih dari satu masalah pada remaja yaitu penyalahgunaan obat, kenakalan remaja, masalah seksual, dan masalah-masalah yang berkaitan dengan sekolah. Dari pendapat tersebut, salah satu permasalahan remaja adalah masalah seksual. Salah satu bentuk masalah seksual pada remaja adalah *cybersex*. Oleh karena itu, penting bagi remaja untuk mengetahui tentang masalah-masalah pada masa remaja dan juga *cybersex* agar terhindar dari masalah seksual.

Pada pelaksanaan psikoedukasi kepada remaja diberikan materi terkait remaja, kategori usia remaja, tugas perkembangan remaja, tantangan pada usia remaja, apa itu *cybersex*, aspek-aspeknya, dampak dari *cybersex*, dan cara pencegahan perilaku *cybersex* pada remaja. Data hasil penelitian diperoleh dari hasil pretest dan posttest yang diberikan kepada peserta psikoedukasi. Pemberian pretest bertujuan untuk mengetahui bagaimana pengetahuan peserta tentang remaja dan *cybersex* sebelum diberikan psikoedukasi. Sedangkan hasil posttest bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa setelah diberikan psikoedukasi *SOBER X Teen*. Dari hasil pretest dapat diketahui bahwa masih banyak peserta belum memahami tentang tantangan pada usia remaja seperti *cybersex*, sehingga pada posttest terlihat adanya perubahan pemahaman pada peserta setelah diberikan psikoedukasi *SOBER X Teen*.

Peserta psikoedukasi belum mengetahui cara mengaplikasikan pemahaman kognitif yang telah diberikan sebelumnya sehingga diperlukan panduan agar dapat diaplikasikan melalui perilaku. Salah satu cara yang digunakan adalah dengan *roleplay*. Pemateri menunjukkan kepada peserta cara menggunakan fitur yang ada di *handphone* sebagai bentuk pencegahan terhadap *cybersex*. Beberapa fitur yang dicontohkan seperti *children mode* pada akun *google* dan mengaktifkan fitur melibatkan keluarga pada aplikasi tiktok. Metode *roleplay* tersebut dapat dikatakan efektif dalam mengajarkan kepada peserta cara pencegahan terhadap *cybersex*.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan terdapat pengaruh psikoedukasi terhadap pemahaman tentang *cybersex* (Safitri & Wicaksana, 2020; Nursal, Hasanah, Afrila, Mutia, Nasitoh, & Baretta, 2024). Safitri dan Wicaksana (2020) menemukan bahwa siswa-siswi SMK sangat tertarik dengan kegiatan ini dan melalui pengabdian ini siswa-siswi dapat memahami makna pacaran dan mengetahui cara yang efektif untuk mengendalikan perilaku seksual. Kegiatan pengabdian yang berisi ceramah yang berisi materi, leaflet, dan banner yang berisi materi tentang *cybersex* berhasil

meningkatkan pengetahuan dan sikap remaja terhadap *cybersex* (Nursal dkk. 2024). Tentunya dalam sebuah penelitian terdapat kekurangan dan kelebihan.

Dalam melakukan penelitian ini terdapat beberapa keterbatasan diantaranya yaitu, pertama penggunaan metode psikoedukasi yang kurang menarik yaitu dengan ceramah. Dengan perkembangan teknologi saat ini metode ceramah termasuk metode yang membosankan karena kurang interaksi dengan peserta dan pemateri yang fokus dengan materi yang diberikan. Kedua, keterbatasan alat peraga yang digunakan untuk *roleplay* yaitu *handphone*, dikarenakan peserta dilarang membawa *handphone* ke sekolah sehingga peserta tidak bisa langsung mempraktekan.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi *SOBER X Teen* dalam penelitian ini efektif dalam menambah pemahaman siswa sehingga dapat mengontrol perilaku *cybersex* pada remaja kelas 8 di SMPN 2 Payakumbuh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan psikoedukasi, siswa belum memiliki sedikit pemahaman tentang *cybersex*, sedangkan setelah diberikan psikoedukasi *SOBER X Teen*, siswa memiliki penambahan pemahaman tentang *cybersex*.

Saran bagi peserta diharapkan agar lebih bijak dalam menggunakan internet sehingga internet dapat digunakan untuk kegiatan yang positif. Peneliti berharap agar pihak sekolah dapat bekerja sama dengan orang tua untuk membantu dalam memonitoring kegiatan anak selama menggunakan internet. Harapan bagi peneliti selanjutnya adalah agar dapat mengembangkan program psikoedukasi atau pelatihan yang terkait dengan *cybersex* untuk cakupan yang lebih luas, penggunaan metode yang lebih menarik dalam menyampaikan materi dan memastikan media yang akan digunakan dalam pelaksanaan penelitian.

DAFTAR REFERENSI

- Aiyuda, N. (2020). Kontrol diri terhadap cybersex pada remaja. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 3(2). <https://doi.org/10.36341/psi.v3i2.966>
- APJII. (2024). *Profil Internet Indonesia 2024*. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.
- Cooper, A. (Ed.). (2002). *Sex and the Internet: A guide book for clinicians* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203890349>
- Cooper, A., Delmonico, D., Griffinshelley, E., & Mathy, R. (2004). Online sexual activity: An examination of potentially problematic behaviors. *Brunner-Routledge; Taylor & Francis Health Science*. <https://doi.org/10.1080/10720160490882642>
- Delmonico, D. L., & Miller, J. A. (2003). The internet sex screening test: A comparison of sexual compulsives versus non-sexual compulsives. *Sexual and Relationship Therapy*, 18(3), 261–277.
- Diananda, A. (2018). *Psikologi remaja dan permasalahannya. Istighna*, 1(1).
- Hapsari, A., & Ariana, A. D. (2015). Hubungan antara kesepian dan kecenderungan kecanduan internet pada remaja. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 164–171.
- Imawati, D., & Sari, M. T. (2018). Studi kasus kecanduan pornografi pada remaja. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 1(2). <http://ejournal.untagsmd.ac.id/index.php/MV/article/view/4132/3989>
- Judita, C. (2020). Perilaku cybersex pada generasi milenial. *Jurnal Pekommas*, 5(1). <https://doi.org/10.30818/jpkm.2020.2050106>
- KOMINFO. (2021). *Dinamika data aplikasi informatika 2021*. Kementerian Komunikasi dan Informatika.
- Noorca, D. (2021). Lebih dari 60 anak mengakses konten pornografi melalui media online. *Suara Surabaya*. <https://www.suarasurabaya.net>
- Nursal, D. G. A., Hasanah, S. N., Afrila, G., Mutia, M., Nasitoh, S., & Baretta, M. S. (2024). Menuju generasi digital sadar: Upaya meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang cybersex di kalangan remaja. *Warta Pengabdian Andalas*, 31(1), 116–127.
- Priyangi, A. (2018). Hubungan antara interaksi teman sebaya dengan perilaku cybersex pada remaja [Skripsi, Universitas Medan Area].
- Putri, M. D., Ananda, A., & Syahputra, H. (2023). Pengaplikasian uji T dalam penelitian eksperimen. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Matematika, Matematika dan Statistika*, 4(3). <https://doi.org/10.46306/lb.v4i3.527>
- Safitri, C. A., & Wicaksana, B. S. (2020). *Psikoedukasi perilaku seksual remaja*. Altruus.
- Santrock, J. W. (2002). *Adolescence: Perkembangan remaja* (Edisi keenam). Erlangga.
- Seniati, L., Yulianto, A., & Setiadi, B. N. (2005). *Psikologi eksperimen*. Indeks.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Wery, A., & Billieux, J. (2015). Problematic cybersex: Conceptualization, assessment, and treatment. *Addictive Behaviors*. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2015.11.007>

Yudistira, C., & Cahyoriniatri, N. (2022). *Modul pendidikan seks pada remaja*. Nas Media Pustaka.