

Hubungan antara Kontrol Diri dengan *Cybersexual Addiction* pada Siswa SMP di *Orange-net Bandung*

¹Ligaswara Kharisma Dewangga, ²Makmuroh Sri Rahayu

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Jl. Taman Sari No.1 Bandung 40116

e-mail: ¹LK.Dewangga@yahoo.com

Abstrak: Internet adalah salah satu hasil dari perkembangan teknologi, salah satu dampak negatifnya adalah *Cybersexual addiction* Artinya pengguna internet mengalami kecanduan untuk mengakses situs porno. Sedangkan Kontrol diri adalah kemampuan individu menahan pemenuhan kebutuhan untuk waktu yang tepat atau memuaskan pemenuhan kebutuhan secara langsung. Tujuan penelitian ini untuk melihat seberapa erat Hubungan Antara Kontrol Diri dengan *Cybersexual addiction* pada siswa SMP di *Orange-net Bandung*. Hipotesis dari penelitian ini adalah $H_0 : r_s \leq 0$: Terdapat Hubungan Negatif antara Kontrol Diri dengan *Cybersexual addiction*, hal ini terjadi ketika Skor Kontrol Diri lebih Rendah dari *Cybersexual addiction*. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah kuisioner Kontrol diri dan Kuisioner *Cybersexual addiction* yang dibagikan kepada 39 subjek penelitian. Skala kontrol diri terdiri dari 24 item ($r_{ix} = 0,861$) dan Skala *Cybersexual addiction* terdiri dari 47 item ($r_{ix} = 0,982$). Analisis data dilakukan dengan perhitungan korelasi menggunakan SPSS dan diperoleh nilai koefisien korelasi (-0,704) artinya terdapat hubungan negatif yang erat antara Kontrol Diri dengan *Cybersexual addiction*, yang menunjukkan semakin rendah kontrol diri, maka semakin tinggi tingkat *Cybersexual addiction*.

Kata Kunci: *Addiction, Cybersexual, Kontrol Diri*

A. Pendahuluan

Internet merupakan salah satu media yang sekarang ini diminati oleh banyak orang, terutama oleh para remaja. *Internet* yang semula dirancang untuk menjadi sistem komunikasi militer telah berkembang menjadi penghubung banyak komputer sekaligus ke dalam sebuah jaringan. Perkembangan *Internet* saat ini bukan hanya sebagai alat pengiriman (*File Sharing*), pertukaran (*Trading*), dan pengunduhan data (*Download File*), melainkan juga memenuhi banyak fungsi lain, meliputi kemudahan berbisnis, berkarir, berkomunikasi, menjalankan proses belajar-mengajar, menjalin relasi, menyiarkan berita, hingga berkampanye. Dapat dipastikan bahwa jumlah pengguna *Internet* ini akan terus bertambah seiring dengan semakin mudahnya koneksi *Internet*, tersebarnya jaringan, serta juga semakin tersedianya peralatan komputer, *hand phone*, hingga *iPhone* dan *BlackBerry*.

Semakin tidak terhindarkannya *Internet* sebagai perlengkapan studi seperti untuk membuat tugas sekolah atau makalah, dan alat bantu pekerjaan. membuat *Internet* turut berperan dalam cara kita berpikir, berkomunikasi, berelasi, berekreasi, bertingkah laku, dan mengambil keputusan. *Internet* menjadi suatu kegemaran tersendiri dalam mencari informasi terbaru dan menjalin hubungan dengan orang lain di beda tempat. *Internet* juga memiliki kelebihan karena sifat yang tidak terbatasnya waktu akses, sehingga individu dapat mengakses *Internet* kapan saja. Hal ini membuat beberapa orang terkena salah satu dampak negatif dari penggunaan *Internet* ya itu *Internet addiction disorder* dan Tidak sedikit remaja yang sangat bergantung pada *Internet* sehingga individu mengalami kecanduan tersebut.

Secara patologi kecanduan *Internet* sangat mirip dengan kecanduan terhadap judi Essau, (2008). Seiring dengan berkembangnya jaringan *Internet*, saat ini jumlah penderita kecanduan *Internet* semakin bertambah banyak terutama pada kalangan

Remaja. Apalagi kecanduan *Internet* tersebut mengarah pada situs-situs yang sifatnya negatif, seperti mengakses situs pornografi. (kompas.com) Ditemukan pada tahun 2010, diketahui 96 persen anak-anak berusia 10-17 tahun di Indonesia pernah membuka konten negatif dalam penggunaan *Internet* rata-rata penggunaannya adalah 64 jam setiap bulannya dan ternyata 36 persen orang tua tidak mengetahui konten apa saja yang diakses oleh anak karena minimnya pengawasan Tempo Interaktif, (2010).

Saat ini *Internet* dan Remaja seolah seperti kedua hal yang tidak dapat dipisahkan, keseharian remaja yang selalu berhubungan dengan teknologi seperti *gadget* dan komputer merupakan pemandangan yang sering dijumpai. Jika kita melihat saat ini di lingkungan sehari – hari jarang sekali ada anak remaja yang tidak memegang atau memainkan *gadget* mereka ketika sedang berkumpul dengan teman sebayanya karena itulah era teknologi.

Yang menjadi perhatian adalah apa yang biasa mereka lakukan ketika mereka menggunakan *internet* baik dengan *gadget* mereka atau dengan komputer, ditemukan bahwa beberapa siswa yang gemar mengunjungi situs porno ketika berada di warnet yang dimana kegiatan ini telah menjadi suatu kecanduan yang membuat kehidupan mereka dalam lingkungan sosial dan akademis menjadi terganggu, hilangnya keinginan untuk membangun relasi, kurangnya komunikasi dengan keluarga, membolos sekolah, berbohong kepada orang tua, serta berusaha menyembunyikan kebiasaannya tersebut dari orang – orang sekitarnya yang dimana perilaku tersebut merupakan hasil dari perilaku adiktif. Namun perilaku adiktif tidak hanya terjadi begitu saja melainkan melalui beberapa proses yang panjang dan tidak disadari oleh penderita dan orang – orang di sekitarnya. Hal inilah membuat para pecandu internet jarang menjadi sorotan masyarakat terutama pada kalangan remaja. Karena memang dari data yang diperoleh bahwa usaha mereka untuk menutupi kebiasaan dalam menggunakan *internet* selalu berhasil. Dan jarang sekali ketahuan oleh teman atau keluarga terdekat mereka.

Maksud penelitian ini yaitu untuk mengukur dan memperoleh data empirik mengenai hubungan antara kontrol diri dengan kecanduan *Cyberseks*, maka dari itu hasil dari penelitian ini menjadi informasi serta bahan pertimbangan bagi masyarakat untuk lebih mengawasi para remaja dalam beraktivitas khususnya ketika menggunakan *internet*.

B. Landasan Teori

Teori Remaja

Seperti halnya dengan semua periode yang penting selama rentang kehidupan, masa remaja mempunyai ciri-ciri tertentu yang membedakannya dengan periode sebelum dan sesudahnya (Hurlock, 1980). Ciri-ciri tersebut diantaranya:

1. Masa remaja sebagai periode yang penting. Hal ini berkaitan dengan perkembangan fisik yang cepat dan penting disertai dengan perkembangan mental yang cepat, terutama pada masa awal remaja. Semua perkembangan itu menimbulkan perlunya penyesuaian mental dan membentuk sikap, nilai, dan minat baru.
2. Masa remaja sebagai periode peralihan. Terjadi periode peralihan di mana status remaja menjadi tidak jelas dan terdapat keraguan akan peran yang harus dilakukan. Pada masa ini, remaja bukan lagi seorang anak dan juga bukan orang dewasa.
3. Masa remaja sebagai periode perubahan. Pada masa remaja terjadi beberapa perubahan yang terjadi baik secara fisik maupun sikap dan perilaku. Perubahan-perubahan tersebut diantaranya adalah meningginya emosi, pertumbuhan minat dan peran, nilai-nilai yang dimiliki serta sikap ambivalen terhadap setiap perubahan.

4. Masa remaja sebagai usia bermasalah. Pada remaja biasanya tidak mampu untuk mengatasi sendiri masalahnya menurut cara yang mereka yakini, banyak remaja yang akhirnya menemukan bahwa penyelesaiannya tidak selalu sesuai dengan harapan mereka.
5. Masa remaja sebagai masa mencari identitas. Remaja mencari identitas dirinya sebagai usaha untuk menjelaskan siapa dirinya dan apa perannya dalam masyarakat.
6. Masa remaja sebagai usia yang menimbulkan ketakutan. Adanya stereotip budaya bahwa remaja adalah anak-anak yang tidak rapih, yang tidak dapat dipercaya dan cenderung merusak dan berperilaku merusak, menyebabkan orang dewasa yang harus membimbing dan mengawasi kehidupan remaja muda, takut bertanggung jawab dan bersikap tidak simpatik terhadap perilaku remaja yang normal.
7. Masa remaja sebagai masa yang tidak realistis. Remaja cenderung melihat dirinya sendiri dan orang lain sebagaimana yang ia inginkan dan bukan sebagaimana adanya, terlebih dalam hal cita-cita.
8. Masa remaja dianggap sebagai ambang masa dewasa. Sehingga para remaja menjadi gelisah untuk meninggalkan stereotip belasan tahun dan untuk memberikan kesan bahwa mereka sudah hampir dewasa.

Teori Kontrol Diri

Berdasarkan Konsep Averill (1973), terdapat 3 aspek dalam kontrol diri dengan sebutan kontrol personal, yaitu *Behavior Control*, *Cognitive Control*, dan *Decisional Control*.

Behavior Control

Kontrol ini berperan sebagai pembatas dari setiap perilaku individu yang bertujuan agar setiap perilaku yang muncul sesuai dengan nilai atau aturan yang berlaku dilingkungan individu tersebut hidup. Dalam *Behavior Control*, terdapat dua komponen yaitu *stimulus modification* dan *respon modification*.

Cognitive Control

Merupakan kemampuan individu dalam mengolah informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan dengan cara menginterpretasi, menilai, atau menghubungkan suatu kejadian dalam suatu kerangka kognitif sebagai adaptasi psikologis atau mengurangi tekanan. Aspek ini terdiri atas dua komponen, yaitu memperoleh informasi (*information gain*) dan melakukan penilaian (*appraisal*).

Decisional Control

Merupakan kemampuan seseorang untuk memilih suatu tindakan berdasarkan pada sesuatu yang diyakini atau disetujuinya. Kontrol diri dalam menentukan pilihan akan berfungsi, baik dengan adanya suatu kesempatan, kebebasan, atau kemungkinan pada diri individu untuk memilih berbagai kemungkinan tindakan.

Teori Cybersexual Addiction

Menurut Demonico D.L & Griffin E.J (2010) satu hal yang harus dipahami bahwa setiap teknologi online bisa dipakai untuk melakukan *cybersex*. Dan benar saja bahwa jejaring sosial seperti *twitter*, *Second Life*, *Facebook*, dan *Ebay* serta lainnya bisa dijadikan suatu metoda bagi seseorang untuk melakukan *Cybersex* Demonico D.L & Griffin E.J (2010) dalam *Internet Addiction* hal.114). Adapun beberapa cara yang merupakan perilaku *cybersex* dimana akan menjelaskan lebih lanjut yang dimaksud dengan *cybersex* menurut Demonico D.L & Griffin E.J (2010) yaitu *World Wide Web*,

News Group, Chat Areas, Peer to Peer File Sharing, Sosial Networking Sites, Online Gaming, and Mobile Internet Access

Adapun aspek-aspek dari *Cybersexual Addiction Disorder* menurut Delmonico & Miller, (2003) antara lain : *Online sexual compulsivity, Online sexual behavior: sosial, Online sexual behavior: isolated, Online Sexual Spending, Interst in online sexual behavior, Non-home use of the computer, Illegal sexual use of the computer, and General sexual compulsivity.*

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Korelasi antara Kontrol Diri dengan *Cybersexual Addiction* Pada Remaja.

KORELASI	HASIL	KESIMPULAN	KETERANGAN
Hubungan antara Kontrol Diri dengan <i>Cybersexual Addiction</i>	- 0,704	Ada Hubungan yang erat antara Kontrol Diri dengan <i>Cybersexual Addiction</i>	Hipotesis Penelitian Diterima
Hubungan antara Kontrol Diri aspek <i>Behavior Control</i> dengan <i>Cybersexual Addiction</i>	- 0,701	Ada hubungan yang cukup erat antara Kontrol Diri aspek <i>Behavior Control</i> dengan <i>Cybersexual Addiction</i>	Hipotesis Penelitian Diterima
Hubungan antara Kontrol Diri aspek <i>Cognitive Control</i> dengan <i>Cybersexual Addiction</i>	- 0,690	Ada hubungan yang cukup erat antara Kontrol Diri aspek <i>Cognitive Control</i> dengan <i>Cybersexual Addiction</i>	Hipotesis Penelitian Diterima
Hubungan antara Kontrol Diri aspek <i>Desicional Control</i> dengan <i>Cybersexual Addiction</i>	- 0,582	Ada hubungan yang sedang antara Kontrol Diri aspek <i>Desicional Control</i> dengan <i>Cybersexual Addiction</i>	Hipotesis Penelitian Diterima

Hasil Pengolahan data menunjukkan para siswa dengan Dengan Kontrol Diri yang rendah menggambarkan rendahnya kontrol pada kelima aspek kontrol diri yaitu kontrol perilaku, kontrol stimulus, kemampuan mengantisipasi peristiwa, dan kemampuan menafsirkan peristiwa. Pada kontrol perilaku yang rendah, menyebabkan munculnya penyimpangan ketika menggunakan internet yaitu tingginya frekuensi dalam mengakses situs porno meskipun situs tersebut diperuntukan untuk orang yang berusia 17 tahun keatas. Pada kontrol stimulus yang rendah, mereka sering teringat pengalaman yang terjadi ketika melakukan *Cybersex* dan membuat mereka sulit berkonsentrasi ketika belajar dikelas. Kemampuan mengantisipasi peristiwa yang rendah pada mereka, membuat mereka menjadikan *Cybersex* adalah jalan keluar dari setiap permasalahan yang mereka hadapi sedangkan kemampuan menafsirkan peristiwa yang rendah, mereka tidak dapat menyadari bahwa kondisi mereka yang bermasalah disekolah disebabkan oleh kecanduan mereka terhadap *Cybersexual Addiction*. Terakhir adalah rendahnya kemampuan mengambil keputusan yang membuat mereka tidak dapat menentukan prioritas utama mereka yaitu belajar dimana mereka selalu mengesampingkan masalah sekolah, hubungan dengan teman dan keluarga demi melakukan *Cybersex*. Untuk lebih jelas, peneliti akan menjabarkan korelasi pada masing-masing aspek dibawah ini.

Dalam hal ini adapun beberapa faktor – faktor dalam kontrol diri yang menyebabkan siswa memiliki Kontrol Diri rendah antara lain adalah pola asuh orang tua yang mengabaikan anak yang berada pada tahap remaja dalam melakukan suatu kegiatan diluar sekolah seperti halnya dalam penggunaan internet, dimana terbaikannya seorang remaja dalam penggunaan internet seperti tujuan penggunaannya, konten – konten yang dikunjungi, dan terutama dalam hal waktu yang digunakan akan menyebabkan remaja tersebut terjatuh pada *Internet Addiction Disorder*.

Selain Pola Asuh orang tua, peran dari teman sebaya baik dalam dunia nyata seperti teman –teman sekolahnya maupun dari dunia maya seperti teman yang didapatkan dari beberapa aplikasi sosial seperti *Bee Talk, Line, Face Book, Friendster, Twitter, dll* akan mempengaruhi apa yang akan remaja lakukan. Ketertarikan seorang remaja pada dunia internet tidak hanya terjadi karena rasa keingintahuannya adapun hal tersebut merupakan hasil dari informasi yang ia dapatkan. seperti ketertarikannya untuk bermain game online, berinteraksi dengan orang lain didunia maya, menonton film, atau menonton segala jenis video yang dimana ia sendiri tidak memiliki tujuan yang jelas dari perilakunya tersebut dalam hal ini ia hanya berusaha untuk menghabiskan waktu sepulang sekolah. Yang dimana kegiatan tersebut dilakukan setiap hari dan mengakibatkan terbengkalainya tugas – tugas sebagai seorang remaja dan pelajar.

Ketertarikan seorang remaja dalam salah satu jenis kecanduan internet (*internet addiction disorder*) disebabkan oleh kebutuhan yang dimiliki remaja sesuai dengan tahap perkembangannya, dimana kebutuhan tersebut tidak dapat terpenuhi sehingga menjadikan internet sebagai kompensasi dari ketidak mampuannya dalam memenuhi kebutuhan. Kimberly Young (2009)

Salah satu kebutuhan remaja adalah bersosial dengan teman sebayanya Armstrong, Philips, dan Sailing (2000) individu yang kecanduan *Internet* disebabkan oleh kurangnya keterampilan sosial atau tingkat kepercayaan diri yang rendah dan tidak memadai untuk membentuk suatu relasi sosial. Pada kasus ini remaja akan menjadikan internet sebagai kompensasi dari ketidak mampuannya dalam membangun suatu relasi seperti menjadi *Cyber Relationship Addiction*, dan Kecanduan *Game online*, dimana kedua hal tersebut dapat memenuhi kebutuhannya dalam menjalin relasi dengan orang – orang.

Sedangkan *Cybersexual Addiciton* disebabkan oleh terjerumusnya para remaja ketika mereka sedang mencari informasi seperti tentang mimpi basah, penis menegang, reproduksi, menstruasi, mencari nama teman mereka yang dimana ketika melihat hasil *search internet atau media sosial* mengarahkan pada orang yang bukan mereka maksud melainkan orang yang menampilkan foto bugil. Selain itu iklan – iklan yang tersedia dalam media sosial ataupun blog tidak jarang yang mengarah ke situs pornografi, hal ini membuat para remaja melakukan penelusuran yang menjadikan mereka tertarik untuk terus menerus memuaskan rasa keingin tahanan tentang sex, dan didukung oleh kondisi mereka menurut S.Freud bahwa masa remaja adalah masa dimana bangkitnya libido saat perkembangan 5 tahun pertama yaitu rasa ketertarikannya pada lawan jenis dimana anak laki – laki merindukan payudara dan anak perempuan mengalami penis envy (rasa ingin memiliki ayah sepenuhnya).

D. Kesimpulan

Internet Addiction Disorder bukanlah kecanduan yang disebabkan oleh konsumsi zat kimia, sehingga proses terjadinya kecanduan dan perubahan pada diri

individu yang mengalami *Cybersexual Addiction* tidak mudah terlihat seperti pengguna narkoba yang sedang mengalami sakau karena suatu zat. Proses terjadinya kecanduan ini tidak terlihat secara langsung melainkan berlangsung secara bertahap sehingga perubahan perilaku pada individu yang mengalami *Internet Addiction Disorder (cybersexual addiction)* akan mulai terlihat setelah individu tersebut telah berada pada tahap yang parah dimana frekuensi penggunaan komputer atau teknologi lain yang dapat digunakan sebagai media untuk melakukan *cybersex* tinggi atau dilakukan sesering mungkin oleh *Cybersex Addict*. Hal inilah yang membuat para orang tua atau masyarakat sekitar baru akan menyadari bahwa anak mereka telah mengalami *Internet Addiction Disorder* khususnya *Cybersexual Addicition*, ketika anak mereka mengalami penurunan prestasi, berkurangnya komunikasi dengan orang tua, terlibat masalah disekolah khususnya akademik dan pelanggaran seperti membolos.

Maka dalam hal ini Disarankan Perlunya pemberian informasi pada pihak sekolah yang dimana ketika anak berada di jam pelajaran atau istirahat untuk memperketat kondisi sekolah agar siswa tidak bisa kabur dari sekolah dan pergi ke warnet, menyarankan agar selalu mematikan *hand phone* ketika berada disekolah, atau mengadakan razia rutin perihal video dan foto didalam *hand phone* mereka. Untuk pihak orang tua yang merasa bahwa anak telah mengalami kecanduan, untuk memberikan kesibukan kegiatan yang dapat mengalihkan perhatian mereka dari *cybersex*, dengan cara memberikan aktifitas yang menyenangkan seperti *outbound*, bela diri, bergabung Klub Olah raga, atau sekolah disarankan memiliki *Center Theraphy* agar lebih intensif dalam mengatasi para siswa yang mengalami *Internet Addicition Disorder* khususnya *Cybersexual Addicition*.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi (1995). *Manajemen Penelitian*. Jakarta :. Bhineka Cipta
- Delmonico.D.L & Griffin E.J (2011) *Cybersex Addiction and Compulsivity*, in : Young . K . S & Cristiano Nabuco de Abreu New Jersey : Jhon Willey & Sons, PP 113 – 129.
- Daria J.Kuss and Mark D.Griffiths (2011) *Online Sosial Networking and Addiction a Review of the Psychological Literature*. Vol, 8. PP, 3528-3552.
- Hurlock, E.B. (1993). *Psikologi Perkembangan* .edisi kelima, terjemahan oleh Istiwidayanti dan Soedjarwo. Jakarta : Erlangga
- Hilarie Cash, Cosette D Rae, Ann H Stell, and Alexander Winkler, (2012). *Internet Addiction A Brief Summary of Research and Practice*. Vol.8 pp,292-298.
- James R. Averill (1973) *Personal Control Over Aversive Stimuli And Its Relationship to Stress*. University of Massachusetts vol. 80, 286 – 303
- Jeffrey M Stanton and Janet L. Barnes-Farrell (1996) *Effect of Electronic Performace Monitoring on Personal Control Task Satisfaction, and Task Performance*. Vol 81, No.6 PP.738-745.

Magen & Gross, (2010). *The Cybernetic Process Model of Self Control*, in :
Handbook of Personality and Self Regulation. New York : Wiley-Blackwell,
PP.353 – 370.

Rick H. Hoyle (2010) *Handbook of Personality and Self Regulation*.
New York : Wiley-Blackwell.

Sugiyono (2007). *Statistika Untuk Penelitian*, Bandung : CV Alfabeta

Sulisworo, dkk ,(2012). Hubungan Intensitas Dzikir dengan Kecerdasan
Emosi *Mimbar* hal.31-38.

Young . K . S & Cristiano Nabuco de Abreu (2011) *Internet Addiction*.
New Jersey : Jhon Willey & Sons.

Zhaojun Teng, Yujie Li, Yanling Liu, (2014). *Internet Addiction And Aggression
Male Student*. Vol 6, No 2.