

Gambaran Adiksi Pornografi pada Remaja

Dini Darmayanti¹, Muhammad Fadhli², Dimas Ashari Septa Aden³

Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Indonesia^{1,2}

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikososial, Universitas Abdurrahman, Indonesia³

dinidarmayanti@fk.unsri.ac.id¹

Kata Kunci:

Adiksi Pornografi,
Remaja, Koping
Maladaptif, Dinamika
Keluarga, Analisis
ABC

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan dinamika adiksi pornografi pada remaja melalui pendekatan kualitatif deskriptif. Subjek penelitian adalah seorang remaja perempuan berusia 20 tahun yang mengalami ketergantungan terhadap konten pornografi selama bertahun-tahun. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan serangkaian tes psikologi (Grafis, SSCT, BAI, SPM). Hasil penelitian menunjukkan bahwa adiksi pornografi pada subjek dipicu oleh kecemasan, kesepian, dan dinamika keluarga yang tidak suportif, terutama hubungan yang tegang dengan ibu serta kehilangan figur ayah. Perilaku adiktif muncul sebagai mekanisme koping maladaptif untuk menghilangkan rasa tidak nyaman, diikuti oleh konsekuensi berupa kepuasan sesaat dan perasaan bersalah. Analisis ABC (*Antecedent-Behavior-Consequence*) mengungkap pola siklus adiksi yang diperkuat oleh ketidakmampuan subjek dalam regulasi emosi dan pemecahan masalah. Temuan ini mendukung pentingnya intervensi psikologis yang holistik, terutama untuk remaja dengan latar belakang trauma dan kebutuhan afeksi yang tidak terpenuhi.

Abstract

This study aims to describe the dynamics of pornography addiction in adolescents using a descriptive qualitative approach. The subject was a 20-year-old female adolescent who had been addicted to pornography for years. Data were collected through observation, in-depth interviews, and psychological tests (Graphic, SSCT, BAI, SPM). The results revealed that the subject's addiction was triggered by anxiety, loneliness, and unsupportive family dynamics, particularly a strained relationship with her mother and the loss of her father. Addictive behavior served as a maladaptive coping mechanism to alleviate discomfort, followed by consequences such as temporary satisfaction and guilt. ABC (Antecedent-Behavior-Consequence) analysis highlighted a cyclical pattern reinforced by the subject's inability to regulate emotions and solve problems effectively. These findings underscore the need for holistic psychological interventions, especially for adolescents with traumatic backgrounds and unmet emotional needs.

Key Word:

Pornography
Addiction, Adolescents,
Maladaptive Coping,
Family Dynamics, ABC
Analysis

Copyright © 2025 Dini Darmayanti, Muhammad Fadhli, Dimas Ashari Septa Aden

This work is licensed under an **Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)**

PENDAHULUAN

Adiksi pornografi telah menjadi topik yang mendapat perhatian signifikan dalam kajian psikologi, mengingat dampak luas yang ditimbulkannya terhadap kesejahteraan individu, baik dari segi psikologis maupun sosial. Fenomena ini tidak hanya mencerminkan kebiasaan berulang dalam mengakses konten seksual, tetapi juga menunjukkan adanya ketergantungan psikologis yang mengganggu fungsi emosional dan kognitif seseorang. Secara teoretis, adiksi pornografi dikategorikan sebagai gangguan perilaku kompulsif, di mana individu mengalami dorongan yang kuat untuk terus mengonsumsi konten tersebut, meskipun mereka menyadari adanya dampak negatif yang timbul akibat perilaku tersebut. Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa paparan berulang terhadap pornografi dapat memengaruhi sistem penghargaan otak, yang berujung pada penguatan perilaku adiktif seiring berjalannya waktu (Kastleman, 2016; Smith et al., 2020).

Dampak adiksi pornografi sangat luas, mencakup perubahan signifikan dalam pola pikir, gangguan emosional, serta penurunan kualitas hubungan sosial. Individu yang terjerat dalam adiksi ini seringkali mengalami kecemasan, depresi, dan perasaan bersalah yang berlarut-larut setelah mengakses konten pornografi. Kondisi ini dapat mengganggu kemampuan mereka untuk fokus pada tugas-tugas sehari-hari, seperti pekerjaan atau pendidikan, sekaligus memperburuk kualitas interaksi sosial mereka (Johnson, 2021). Lebih lanjut, ekspektasi seksual yang terbentuk akibat paparan pornografi dapat mengarah pada ketidakpuasan

dalam hubungan intim dan menurunkan kualitas hubungan emosional dengan pasangan (Levine, 2023). Oleh karena itu, pengidentifikasian adiksi pornografi sebagai isu penting dalam kesehatan mental sangat diperlukan untuk mengurangi dampak negatifnya terhadap individu.

Adiksi pornografi merupakan kondisi yang semakin menjadi perhatian dalam psikologi klinis, terutama seiring dengan meningkatnya akses terhadap konten pornografi melalui internet. Individu yang mengalami adiksi ini menunjukkan ketergantungan terhadap stimulus seksual visual, baik berupa video maupun bacaan, yang digunakan secara berulang dan tidak terkendali. Secara umum, gangguan ini ditandai oleh dorongan yang kuat untuk mengakses konten pornografi, meskipun menimbulkan dampak negatif pada fungsi sosial, akademik, atau emosional seseorang (Grubbs et al., 2020). Fenomena ini tidak hanya ditemukan pada populasi dewasa, tetapi juga mulai banyak terjadi pada remaja dan dewasa muda yang sedang berada dalam masa perkembangan identitas dan kontrol diri.

Secara neuropsikologis, adiksi pornografi memiliki kesamaan dengan gangguan penggunaan zat, terutama dalam keterlibatannya terhadap jalur dopaminergik di sistem reward otak. Aktivitas berulang dalam mengakses pornografi mengakibatkan peningkatan dopamin di nucleus accumbens yang menciptakan sensasi kesenangan sementara, tetapi dalam jangka panjang menyebabkan desensitisasi dan kebutuhan untuk terus meningkatkan intensitas atau durasi konsumsi (Love et al., 2022). Dalam penelitian neuroimaging, ditemukan bahwa individu dengan adiksi pornografi menunjukkan aktivitas abnormal pada area prefrontal cortex, yang berperan dalam pengendalian impuls dan pengambilan keputusan (Kraus & Sweeney, 2021). Hal ini menjelaskan mengapa individu dengan kondisi ini sering mengalami kesulitan menghentikan perilaku meskipun menyadari dampaknya.

Secara psikososial, beberapa faktor risiko yang berkaitan dengan adiksi pornografi antara lain pengalaman masa kecil yang penuh tekanan, pola pengasuhan yang tidak responsif secara emosional, kesepian, serta kurangnya kelekatan aman dengan figur signifikan (Lewczuk et al., 2020). Pengalaman-pengalaman ini dapat memicu pencarian alternatif kompensasi emosional melalui aktivitas yang memberikan kepuasan instan, seperti pornografi. Sebuah studi oleh B  the et al. (2021) menemukan bahwa kesulitan dalam regulasi emosi dan strategi coping maladaptif merupakan prediktor kuat dalam perkembangan adiksi ini. Selain itu, penggunaan pornografi juga sering dikaitkan dengan tingkat stres yang tinggi, perasaan malu yang mendalam, dan disonansi moral, terutama dalam populasi yang memegang nilai religius yang kuat (Grubbs et al., 2021).

Dari sudut pandang diagnostik, adiksi pornografi belum secara resmi dikategorikan dalam DSM-5 sebagai gangguan tersendiri, namun beberapa peneliti mendukung untuk mengelompokkannya sebagai bagian dari "*problematic sexual behavior*" atau gangguan perilaku adiktif non-substansi. Studi oleh W  ry, et.al (2020) menunjukkan bahwa gejala seperti *craving*, penggunaan berulang tanpa kendali, dan penurunan fungsi personal dan sosial secara signifikan dapat memenuhi kriteria adiksi perilaku.

Penelitian mengenai adiksi pornografi sangat penting dilakukan untuk memahami secara menyeluruh dinamika psikologis, emosional, dan perilaku individu yang mengalami ketergantungan terhadap konten pornografi. Melalui asesmen yang komprehensif, seperti wawancara klinis, observasi, serta penggunaan alat tes psikologis, profesional dapat mengidentifikasi faktor-faktor penyebab, tingkat keparahan, dampak fungsional, serta kondisi komorbid yang mungkin menyertai, seperti kecemasan atau gangguan kepribadian. Dengan demikian, asesmen menjadi landasan krusial dalam merancang intervensi psikologis yang tepat, efektif, dan berorientasi pada kebutuhan spesifik individu, serta mencegah risiko jangka panjang terhadap kesehatan mental dan kualitas hidup.

METODE

Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian kualitatif deskriptif digunakan dengan metode pengambilan data menggunakan observasi, wawancara mendalam, dan psikotes yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran mengenai adiksi pornografi yang dialami oleh subjek. Observasi yang dilakukan yaitu dengan melakukan pengamatan pada kondisi penampilan subjek serta pengamatan kepada kondisi tempat tinggal subjek. Kemudian wawancara yang dilakukan kepada subjek dan mewawancarai *significant others* yaitu teman subjek. Serta melakukan administrasi alat tes psikologi yaitu Grafis (BAUM, DAP, HTP, Wartegg). SCCT, BAI, dan SPM. Kemudian dirumuskan melalui analisis psikologis ABC (*Antecedent-Behavior-Consequence*) dalam menegakkan dinamika psikologisnya.

Subjek Penelitian

Subjek yang dilibatkan dalam penelitian ini merupakan seorang mahasiswi berusia 20 tahun. Subjek sedang menjalani pendidikan di Universitas X dan berstatus belum menikah. Subjek merupakan anak bungsu dari 2 bersaudara.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil wawancara

Subjek merupakan anak ke 2 dari 2 bersaudara. Sejak berusia 6 tahun ketika subjek duduk dibangku TK, ayah subjek meninggal dunia karena sakit. Setelah beberapa lama, guru subjek menawarkan pada subjek untuk diasuh oleh orangtua asuh yang memang memiliki program mencari anak-anak yatim atau yatim piatu untuk disekolahkan hingga dewasa di Kota J sementara subjek dan keluarga tinggal di Provinsi B. Subjekpun mendaftarkan diri mengikuti program tersebut. Namun, keinginan subjek ditentang oleh ibunya karena pada saat itu ibu subjek baru kehilangan ayahnya dan tidak ingin kehilangan subjek dalam jangka waktu yang lama. Saat itu, kakak subjek juga bersekolah di sekolah pesantren sehingga ibu subjek tidak ingin tinggal sendirian.

Subjek tetap berusaha keras menginginkan ikut sekolah di Kota J bersama orangtua asuhnya. Alasan subjek selain ingin menjadi orang sukses, subjek juga tidak ingin berdekatan dengan ibunya. Subjek memandang bahwa ibunya merupakan sosok yang keras serta *overprotektif* dalam mendidik anak-anaknya. Salah satu contohnya yaitu ketika kecil, subjek dilarang untuk bermain dengan temannya sepulang sekolah terkecuali jika subjek sudah belajar. Bahkan hingga saat ini, ketika subjek pulang liburan ke rumah saat subjek ingin bertemu dengan teman sekolahnya, ibu subjek melarang subjek untuk berpergian karena takut akan terjadi hal yang tidak diinginkan terjadi pada subjek. Hal ini membuat subjek tidak nyaman berada di lingkungan rumahnya.

Pada akhirnya, ibu subjek mengizinkan subjek untuk bersekolah di Kota J dengan orang tua asuhnya. Hal ini terjadi setelah ibunya dijelaskan oleh salah satu anak asuh yang mengikuti program orangtua asuh yang juga bertetangga dengan ibu subjek dan menjelaskan bahwa anak-anak tersebut akan disekolahkan dengan baik serta memiliki kehidupan yang layak.

Subjek bersekolah sejak SD hingga SMA di Kota J dan sesekali mengunjungi ke rumah ibunya di Provinsi B. Biasanya subjek berkunjung hanya setahun sekali ketika liburan lebaran karena kebijakan dari program orangtua asuh tersebut. Selama tinggal dengan orangtua asuh, subjek mendapatkan kehidupan yang sangat layak. Dalam satu rumah itu ada 16 anak asuh perempuan dan hidup dengan salah satu asisten dari orangtua asuh. Subjek menilai orangtua asuhnya merupakan orang yang sangat disiplin namun penyayang. Subjek tidak pernah dimarahi atau dibentak oleh orangtua asuh tersebut. Ketika subjek atau anak asuh lainnya berbuat kesalahan, orangtua asuh tersebut menasehati dengan pelan.

Di lingkungan teman sebaya saat di Kota J, bisa dibilang subjek banyak memiliki teman. Sejak kelas 1 SMP, sepulang sekolah subjek menghabiskan waktu bersama teman-temannya dengan menonton film di salah satu rumah teman. Subjek memang memiliki hobi menonton film drama bergenre romantis dan *action*. Disetiap film yang ditonton subjek seringkali ditemukan adegan berciuman dan pelukan, akan tetapi saat melihat adegan tersebut subjek tidak merespon apa-apa begitu juga dengan teman-temannya. Semakin sering menonton, akhirnya subjek mendapatkan disalah satu film tersebut memiliki adegan semi vulgar yaitu pemeran laki-laki dan perempuan sedang berciuman di atas ranjang namun tidak terlalu lama. Saat itu subjek merasa ada sensasi yang berbeda dari tubuhnya namun tidak sensasi tersebut tidak begitu lama dirasakan subjek. Film jenis ini ditonton subjek hingga kelas 3 SMP.

Saat dikelas 1 SMA, subjek di ajak oleh teman-temannya untuk menonton salah satu film yang pada saat itu tidak ditayangkan di bioskop Indonesia karena tidak lulus sensor. Film tersebut banyak beradegan sensual dan vulgar antara pemeran laki-laki dan wanita. Sejak saat itu, subjek mulai tertarik untuk menonton film-film yang memiliki adegan vulgar lebih banyak untuk ditonton. Subjek biasanya menonton film ini hanya sendirian saja ketika tidak memiliki kegiatan.

Sensasi yang muncul ketika menonton film tersebut yaitu rasa puas dan senang. Dalam satu hari, subjek bisa menonton 5 jenis film dan 3 jenis bacaan yang mengandung vulgar dengan durasi 2 hingga 3 jam. Ketika subjek merasa puas dan senang, subjek akan berhenti untuk menonton. Hal ini terjadi karena pikiran-pikiran dan keinginan menonton sering muncul setiap harinya. Hal tersebut bagi subjek mengganggu dan membuat subjek pada akhirnya merealisasikan keinginan tersebut.

Ketika kelas 2 SMA, subjek mulai menyadari bahwa keinginan dan perasaannya ini sangat mengganggu bagi subjek sehingga berdampak pada Konsentrasi subjek terganggu ketika belajar, jantung berdebar dan pusing. Selain itu, subjek mengetahui bahwa apa yang dilakukannya ini salah dalam ajaran agamanya. Akhirnya subjek mencoba untuk mencari bantuan konseling dengan guru BK di sekolahnya. Subjek sempat merasa ragu untuk menceritakannya karena subjek tidak ingin dipandang menjadi orang yang aneh dan jelek. Selain itu, subjek tidak pernah menceritakan kepada siapapun terkait perilaku menyimpangnya. Subjek memiliki persepsi bahwa dirinya selama ini selalu dinilai baik dan santun oleh lingkungan. Hal ini juga membuat subjek merasa terbebani dan bohong pada dirinya sendiri.

Selama mengikuti konseling ini, subjek hanya bercerita saja pada guru BK di SMA-nya. Setiap apa yang

dirasakan oleh subjek selalu diceritakan pada guru BK-nya. Selain itu, hampir setiap hari subjek selalu menemui guru BK tersebut. Namun, suatu ketika guru tersebut dikeluarkan dari sekolah karena ada konflik dilingkungan sekolah sehingga konseling subjek dengan gurunya berhenti di tengah jalan. Subjek merasa tidak memiliki tempat untuk bercerita lagi. Subjek merasa kecewa, karena keinginannya untuk sembuh gagal. Subjek berpikir bahwa dengan bercerita saja akan menghilangkan perilaku tersebut dalam waktu singkat.

Selama mengikuti konseling tersebut, perilaku adiksi menonton film dan membaca buku porno menurun menjadi sebulan hanya tiga kali menonton dengan durasi 1-2 jam jumlah film sebanyak 5 jenis dan bacaan lebih dari 3 jenis. Selain itu, perilaku ini menurun karena subjek juga memiliki kesibukan yang cukup padat di organisasi siswa dan banyak belajar untuk persiapan ujian masuk kuliah. Sesekali pikiran untuk menonton tersebut muncul kembali namun subjek langsung melakukan kegiatan yang positif.

Ketika subjek mulai masuk perkuliahan, perilaku negatif ini muncul kembali. Hal ini disebabkan tidak ada kegiatan positif yang dilakukan subjek selain kuliah. Selain itu, akses yang didapat subjek lebih mudah untuk menonton film dan membaca buku porno melalui streaming, dimana di kos subjek memiliki akses internet dan subjek tinggal di lingkungan kosan yang tidak begitu akrab.

Sejak subjek di bangku perkuliahan, subjek merasa hidup sendirian. Subjek sedikit memiliki teman. Subjek menganggap bahwa pemikiran teman-teman kuliahnya tidak sama dengan apa yang dipikirkannya. Maka dari itu, subjek lebih banyak menghabiskan waktu di kosan. Namun 1 tahun belakangan ini subjek mulai mengikuti salah satu organisasi islam di kampus dimana tujuannya sambil berproses menjadi lebih baik dan religius. Namun kegiatan yang diikutinya, justru seringkali membuat subjek merasa tertekan dengan tuntutan-tuntutan yang ada di organisasi tersebut. Ketika subjek merasa tertekan, tidak mampu dan rendah diri sehingga subjek akan memilih untuk menjauh sementara waktu dari lingkungan organisasi dengan menghabiskan waktu di kosan.

Semenjak awal tahun 2017, subjek mengakses film dan membaca buku porno setiap harinya. Durasi menonton film dan membaca buku tersebut kurang lebih selama 2-3 jam sebanyak lebih dari 10 film dan 5 bacaan buku. Ketika menonton atau membaca buku tersebut, subjek tidak melakukan masturbasi. Subjek hanya memeluk erat dengan menggunakan kaki dan tangan. Subjek juga mengakui bahwa bagian paha merupakan bagian yang sangat sensitif. Sehingga ketika bagian tersebut tersentuh, subjek akan merasakan sensasi senang dan puas.

Hasil Tes Psikologi

Grafis (BAUM, DAP, HTP, Wastegg)

Pada hasil grafis menunjukkan bahwa subjek memiliki kecenderungan dependen, loneliness, tidak percaya diri, kebutuhan afeksi yang besar serta sensitif terhadap lingkungan sekitar, namun subjek terhambat untuk mengungkapkan emosinya dengan tepat sehingga berdampak pada interaksi sosialnya yang cenderung dipaksakan. Subjek memiliki dorongan yang kuat namun hal ini tidak diimbangi dengan daya juang dan motivasi pada subjek sehingga cenderung cemas dengan hal-hal yang akan terjadi pada dirinya. Subjek juga tidak mampu berpikir kompleks untuk menyelesaikan sebuah masalah sehingga pemecahan masalah subjek cenderung buruk.

Hubungan interpersonal di dalam keluarga cenderung buruk. Subjek memiliki pengharapan yang cukup besar terhadap ayahnya namun sosok tersebut tidak didapatkan oleh subjek. Subjek memandang ibunya cukup baik namun tidak memiliki kedekatan. Subjek mempersepsikan keluarga bukan lingkungan yang menyenangkan bagi subjek.

SSCT

SSCT diberikan untuk melihat cara pandang subjek terhadap diri sendiri, orang terdekat, lawan jenis dan lingkungan sekitarnya. Berdasarkan hasil interpretasi menjelaskan bahwa keluarga subjek merupakan keluarga yang cukup keras dalam mendidik terkait kedisiplinan dan kerapian. Subjek tidak mendapatkan kehangatan dan kebebasan dalam keluarga karena kedua orangtuanya sibuk bekerja dan ibu yang mendidik terlalu keras serta overprotektif. Hal ini menyebabkan subjek tidak memiliki hubungan yang tidak dekat dengan ibunya. Selain itu, subjek menilai ayahnya merupakan sosok pekerja keras dan suka berbagi. Namun ayah subjek telah meninggal sejak subjek berusia 6 tahun, padahal subjek berharap dirinya bisa menghabiskan waktu bersama ayahnya.

Subjek memiliki ketakutan-ketakutan dengan perasaannya saat ini yang tidak wajar dan akan terjadi pada dirinya. Selain itu, subjek juga takut mengecewakan ibunya dan memiliki harapan untuk menjadi lebih baik serta mampu membuang rasa ketakutannya tersebut. Subjek juga memiliki rasa bersalah yang paling besar yaitu banyak membohongi dirinya sendiri dengan memendam dan tidak mampu mengungkapkan apa yang dirasakannya. Selain itu pemikiran negatif dan pribadi yang tertutup merupakan suatu kelemahan dari diri subjek sehingga subjek seringkali merasa cemas dan bingung jika ada suatu peristiwa menimpa pada dirinya.

Terkait interaksi sosial, subjek lebih menyukai dengan orang-orang yang memiliki pemikiran dan pemahaman yang sama dengan subjek. Namun menurut subjek, ada beberapa orang diantaranya tidak paham dengan cara berpikir subjek dan hal tersebut membuat subjek menutup diri dengan lingkungan. Subjek melihat masa depan merupakan suatu yang abstrak. Namun subjek memiliki rencana dapat membantu oranglain dari masalah dengan menjadi seorang psikolog dan berharap dirinya bisa menjadi seorang ibu yang bijak dalam mendidik anaknya tanpa menggunakan kekerasan.

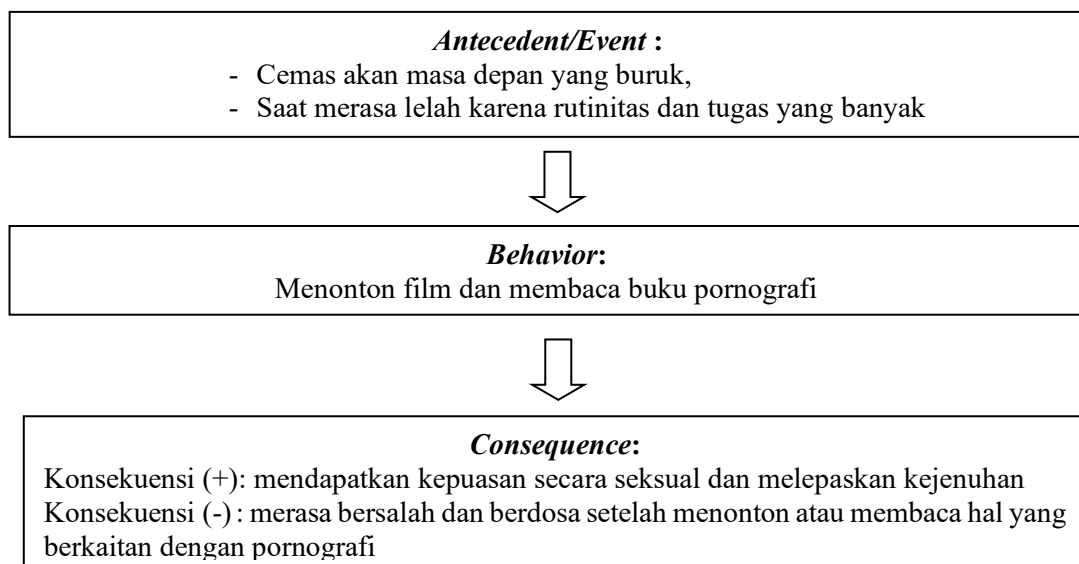
BAI

Berdasarkan hasil jawaban subjek pada item BAI, skor yang diperoleh adalah 46. Pada kategori BAI, 46 berada pada level tinggi. Meski demikian, hal tersebut belum dapat dijadikan sebagai pedoman tunggal diagnosis gangguan subjek.

SPM

Pada tes IQ menggunakan SPM, diperoleh skor benar subjek adalah 46, yang berada pada percentile 75. Hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki kemampuan kognitif yang sama atau sesuai dengan di atas rata-rata kemampuan kognitif orang seusianya.

Analisis fungsi psikologis



Analisis fungsi psikologis dengan model ABC (*Antecedent-Behavior-Consequence*) memberikan kerangka yang jelas mengenai dinamika internal subjek. Kecemasan akan masa depan yang buruk dan rasa lelah akibat rutinitas serta tugas yang banyak menjadi *antecedent* atau pemicu utama. Distorsi kognitif dikotomik (berpikir serba ekstrem) dan keyakinan bahwa menonton pornografi dapat mengurangi kecemasan menjadi belief yang menggerakkan perilaku. Senada dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Camilleri, et.al, (2021) menemukan bahwa kondisi bermasalah pada mental seperti depresi, kecemasan, bias berdampak kepada keinginan untuk mengakses konten pornografi secara berulang.

Kemudian perilaku (*behavior*) yang muncul adalah menonton film dan membaca buku pornografi secara berlebihan. Setyawati et. al. (2020) mengemukakan bahwa perilaku konsumtif yang bersifat kompulsif bisa terjadi seperti mengakses konten pornografi dikarenakan adanya kesempatan untuk berpikir hal-hal yang berbau pornografi.

Berkaitan dengan *consequence*, yang dirasakan oleh subjek adalah konsekuensi positif yaitu mendapatkan kepuasan setelah menikmati konten pornografi. Kemudian juga merasakan konsekuensi negatif seperti rasa bersalah dan berdosa setelah mengonsumsi konten pornografi. Namun konsekuensi negatif yang didapat bakal dominan seperti permasalahan dalam psikososial, misalnya masalah psikologis, sosial, dan kesehatan mental (Razzaq, et.al, 2019).

KESIMPULAN

Adiksi pornografi yang dialami oleh subjek merupakan mekanisme koping yang maladaptif untuk mengatasi kecemasan, kesepian, kebutuhan afeksi yang tidak terpenuhi, serta dinamika keluarga yang kurang suportif. Latar belakang keluarga yang sulit, terutama hubungan yang tegang dengan ibu dan kehilangan figur ayah, berkontribusi pada kerentanan emosional subjek. Kecenderungan untuk memendam emosi dan ketidakmampuan berpikir kompleks dalam memecahkan masalah semakin memperburuk situasi. Meskipun

subjek memiliki keinginan untuk berubah dan menjadi lebih baik, terbukti dari upaya mencari bantuan dan bergabung dengan organisasi, hambatan seperti terhentinya proses konseling dan tekanan dalam organisasi membuatnya kembali pada pola perilaku lama. Sensasi kepuasan yang diperoleh dari pornografi berfungsi sebagai penguat negatif, mengurangi kecemasan atau perasaan tidak nyaman sesaat, namun pada akhirnya mempengaruhi terbentuknya siklus adiksi.

DAFTAR REFERENSI

- Bóthe, B., Tóth-Király, I., Potenza, M. N., Orosz, G., & Demetrovics, Z. (2021). Problematic pornography use: A review of recent research trends. *Current Addiction Reports*, 8(2), 122–130. <https://doi.org/10.1007/s40429-021-00362-2>
- Camilleri C, Perry, J.T, Sammut, S. (2021). Compulsive internet pornography use and mental health: A cross-sectional study in a sample of university students in the united states. *Frontier in Psychology*.
- Fernandez, D. P., Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2021). The cognitive-behavioral model of problematic pornography use: A systematic review. *Addictive Behaviors Reports*, 13, 100349. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2021.100349>
- Grubbs, J. B., Perry, S. L., Wilt, J. A., & Reid, R. C. (2020). Pornography problems and morality: Understanding moral incongruence as a mechanism of distress. *Journal of Sex Research*, 57(6), 759–773. <https://doi.org/10.1080/00224499.2019.1707465>
- Grubbs, J. B., Kraus, S. W., & Perry, S. L. (2021). Self-perceived addiction to pornography in a nationally representative sample: The roles of pornography use, religiosity, and moral incongruence. *Addictive Behaviors*, 117, 106851. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2021.106851>
- Johnson, M. L. (2021). *Psychological impacts of pornography addiction: A longitudinal study*. *Clinical Psychology Review*, 41(2), 24-35. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.12.002>
- Kastleman, M. B. (2016). *The Drug of the New Millennium: How Pornography Changes Your Brain*. Jakarta: Yayasan Kita dan Buah Hati.
- Kraus, S. W., & Sweeney, P. J. (2021). Clinical management of problematic pornography use: A review of the literature. *Journal of Behavioral Addictions*, 10(1), 1–12. <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00001>
- Levine, S. (2023). *The effects of pornography on romantic relationships and intimacy*. *Journal of Social Psychology*, 58(7), 489-503. <https://doi.org/10.1080/00224545.2023.1774775>
- Lewczuk, K., Gola, M., & Skorko, M. (2020). Treatment seeking for problematic pornography use among women. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(3), 573–586. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00050>
- Love, T., Laier, C., Brand, M., Hatch, L., & Hajela, R. (2022). Neuroscience of internet pornography addiction: A review and update. *Behavioral Sciences*, 12(2), 52. <https://doi.org/10.3390/bs12020052>
- Martin, P. A., Roberts, M., & Turner, L. (2022). Cognitive-behavioral therapy for pornography addiction: A meta-analysis. *Psychotherapy Research*, 32(4), 432-445. <https://doi.org/10.1080/10503307.2021.1885685>
- Razzaq K, Rafiq M, Sana F, & Mahmood Z. (2019). Personality traits and mental health of university male students viewing internet pornography. *Pakistan Journal of Neurological Sciences (PJNS)*, 13.
- Smith, J., Anderson, R., & Brown, T. (2020). The neurobiological effects of pornography: A review of recent research. *Journal of Behavioral Science*, 45(3), 150-160. <https://doi.org/10.1016/j.jbs.2020.05.010>
- Wéry, A., Canale, N., Bell, C., Duvivier, B., & Billieux, J. (2020). Problematic online sexual activities in men: The role of self-esteem, loneliness, and social anxiety. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2(3), 217–226. <https://doi.org/10.1002/hbe2.193>