Indonesian Research Journal on Education

e-ISSN: 2775 – 8672, p-ISSN: 2775 – 9482
Volume 6 Nomor 2 Tahun 2026
Halaman: 272 – 280

Web: https://irje.org/index.php/irje

RESEARCH

Hubungan Kontrol Diri dengan Religiusitas pada Remaja yang Berperilaku Cybersex di SMA X Kota Gorontalo

Fitriah Mopili[1], Anik Indarwati[2], Muhammad Mursyid[3]
Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia

tiamopili02@gmail.com[1], anikindarwaty@umgo.ac.id[2], mursyid@umgo.ac.id[3]

Kata Kunci:
Kontrol Diri, Religiusitas, Perilaku Cybersex, Remaja.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kontrol diri dan religiusitas pada remaja yang berperilaku *cybersex* di SMA X Kota Gorontalo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional melalui teknik analisis Product Moment. Sampel penelitian berjumlah 70 responden yang dipilih menggunakan kuesioner ISST untuk mengidentifikasi remaja yang terlibat dalam perilaku *cybersex*, kemudian dilanjutkan dengan teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kontrol diri sedang (71,4%) dan tingkat religiusitas sedang (82,9%). Analisis korelasi Product Moment menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kontrol diri dan religiusitas dengan nilai koefisien korelasi r = 0,532 dan p = 0,000 (p < 0,05). Hasil ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi kontrol diri remaja, semakin tinggi pula tingkat religiusitasnya. Penelitian ini memberikan implikasi penting bagi pihak sekolah dan keluarga dalam meningkatkan pengawasan serta mendorong remaja untuk mengembangkan kontrol diri dan menginternalisasi nilai-nilai religius, khususnya bagi remaja yang terlibat dalam perilaku *cybersex*.

Key Word:
Self-Control, Religiosity, Cybersex Behavior, Adolescents.

Abstract

This study aims to examine the relationship between self-control and religiosity among adolescents engaging in cybersex behavior at Senior High School X, Gorontalo City. The research employed a quantitative correlational design using the Product Moment correlation technique. A total of 70 respondents were selected through the ISST questionnaire to identify adolescents involved in cybersex behavior, followed by purposive sampling. The findings revealed that most respondents demonstrated moderate levels of self-control (71.4%) and moderate levels of religiosity (82.9%). The Product Moment correlation analysis indicated a positive and statistically significant relationship between self-control and religiosity, with a correlation coefficient of r = 0.532 and p = 0.000 (p < 0.05). These results suggest that higher levels of self-control are associated with higher levels of religiosity among adolescents. The study highlights important implications for schools and families in strengthening supervision and fostering adolescents' ability to develop self-control and internalize religious values, particularly for those engaged in cybersex behavior.

Copyright © 2026 Fitriah Mopili, Anik Indarwati, Muhammad Mursyid
*This work is licensed under an **Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)***

PENDAHULUAN

Cybersex merupakan fenomena yang berkembang seiring dengan kemajuan teknologi digital yang memungkinkan individu memperoleh kepuasan seksual secara lebih bebas, baik dilakukan sendiri maupun bersama pasangan secara daring. Aktivitas ini terjadi ketika seseorang memanfaatkan internet atau perangkat teknologi sebagai media dalam melakukan interaksi seksual. Bentuk-bentuk *cybersex* dapat berupa pertukaran pesan teks bernuansa seksual, pengiriman atau penerimaan gambar dan video pornografi, hingga komunikasi melalui panggilan suara maupun video call yang disertai aktivitas masturbasi untuk meningkatkan rangsangan seksual (Zulfa dkk., 2022).

Perilaku *cybersex* berpotensi menimbulkan berbagai dampak negatif, khususnya bagi remaja. Salah satu dampaknya adalah gangguan pada bagian otak, terutama lobus frontal yang terletak di belakang dahi dan berfungsi sebagai pusat pengendalian diri, pengaturan emosi, serta pengambilan keputusan. Kerusakan atau penurunan fungsi pada area ini dapat menyebabkan menurunnya kemampuan berpikir rasional, lemahnya kontrol emosi, serta kesulitan dalam mengendalikan dorongan seksual pada individu yang terlibat dalam perilaku *cybersex* (Ardiananda dkk., 2023).

Individu yang terlibat dalam *cybersex* juga cenderung menghabiskan waktu lebih lama untuk melakukan aktivitas seksual melalui media digital dibandingkan dengan mereka yang tidak terlibat. Data survei *End Child*

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

Prostitution, Child Pornography, and Trafficking of Children for Sexual Purposes (ECPAT) Indonesia (2018) menunjukkan bahwa tingkat konsumsi konten pornografi di Indonesia berada pada peringkat kedua setelah India dalam hal jumlah pengakses video pornografi. Hal ini diperkuat oleh data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia yang menyebutkan tingginya transaksi dan jumlah pengunjung situs pornografi di Indonesia. Bahkan, Indonesia pernah tercatat sebagai salah satu negara dengan tingkat akses tertinggi terhadap situs pornografi, dengan total pengeluaran untuk mengakses situs tersebut mencapai USD 3.673 per detik atau lebih dari Rp 33 juta setiap detiknya (Juditha, 2020).

Tingginya penggunaan internet di Indonesia turut berkontribusi terhadap meningkatnya akses terhadap konten pornografi, terutama di kalangan remaja. Berdasarkan survei(Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2024) jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 196,7 juta orang atau sekitar 73,7% dari total populasi. Dari jumlah tersebut, sekitar 5,5% berasal dari kelompok usia 10–14 tahun dan 9,6% dari kelompok usia 15–19 tahun. Selain itu, data (Kementerian Komunikasi Republik Indonesia, 2018)menunjukkan bahwa pada Juni 2018, konten pornografi menempati posisi pertama dalam jumlah aduan dengan total 8.264 laporan, dari keseluruhan 825.863 aduan yang diterima. Kondisi ini menunjukkan bahwa akses dan paparan terhadap konten pornografi di kalangan remaja merupakan permasalahan serius yang memerlukan perhatian bersama (Firdaus, 2020).

Di Provinsi Gorontalo, fenomena *cybersex* di kalangan remaja telah menjadi perhatian serius. Paparan pornografi pada remaja berpotensi memperluas pengetahuan mereka mengenai perilaku seksual dan seks bebas secara tidak proporsional, sehingga dapat memicu kecanduan perilaku seksual serta menimbulkan gangguan psikologis. Kondisi ini diperkuat oleh data dari Kementerian Agama Provinsi Gorontalo yang menunjukkan adanya indikasi keterkaitan antara paparan pornografi dengan tingginya angka pernikahan usia dini. Pada tahun 2018, kasus pernikahan di bawah umur tertinggi tercatat di Kabupaten Gorontalo sebanyak 108 orang. Sementara itu, data Kementerian Agama Kabupaten Gorontalo pada tahun yang sama mencatat 91 kasus pernikahan di bawah umur, dengan 14 kasus terjadi di wilayah penelitian. Selain itu, persentase usia kawin pertama di bawah 21 tahun mencapai 41,34%. Data tersebut menunjukkan bahwa paparan pornografi diduga memiliki kontribusi terhadap meningkatnya angka pernikahan dini, sehingga diperlukan upaya edukasi yang komprehensif guna mencegah dampak negatif pornografi pada remaja (Mooduto dkk., 2021).

Di sisi lain, data resmi dari (Kementerian Komunikasi Republik Indonesia, 2018) terkait kasus pornografi secara spesifik di wilayah tersebut masih belum tersedia. Namun demikian, berdasarkan informasi dari Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Kabupaten Bone Bolango, hasil wawancara menunjukkan adanya dua kasus pornografi di wilayah tersebut. Dari dua kasus tersebut, satu kasus sedang ditangani oleh pihak Kepolisian Daerah (KAPOLDA), sementara satu kasus lainnya tidak dapat diproses lebih lanjut karena tidak dilaporkan melalui Aparat Penegak Hukum (APH). Kondisi ini menunjukkan bahwa fenomena pornografi dan *cybersex* pada remaja di Gorontalo merupakan persoalan nyata yang memerlukan perhatian lintas sektor, baik dari keluarga, sekolah, maupun pemerintah. Perilaku *cybersex* dapat dipicu oleh berbagai faktor, di antaranya tingginya rasa ingin tahu terhadap situs pornografi yang tidak diimbangi dengan kemampuan pengendalian diri yang memadai serta lemahnya pemahaman dan internalisasi nilai-nilai moral individu.

Selain itu, kondisi stres akibat tekanan lingkungan serta upaya untuk mengatasi kekosongan emosional dengan mengakses konten pornografi juga dapat menjadi pemicu munculnya perilaku tersebut (Huwaidah dkk., 2020). Remaja yang terlibat dalam perilaku *cybersex* umumnya memiliki rasa penasaran yang tinggi terhadap konten seksual, yang diperparah oleh rendahnya kontrol diri dan kurangnya penghayatan religiusitas dalam menjalankan ajaran agama. Kondisi ini dapat mendorong remaja untuk berperilaku lebih bebas tanpa mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang. Penelitian (Sumarni dkk., 2025) menemukan adanya hubungan antara religiusitas dan kontrol diri dalam perilaku seksual remaja, di mana semakin tinggi tingkat religiusitas seseorang, maka semakin baik pula kemampuannya dalam mengendalikan perilaku seksual. Temuan tersebut diperkuat oleh (Fauzi dkk., 2023) yang menegaskan adanya keterkaitan positif antara kedua variabel tersebut.

Kurangnya kontrol diri menjadi salah satu faktor internal yang berperan besar dalam mendorong remaja melakukan aktivitas seksual melalui internet. Gangguan dalam kontrol diri dapat memicu kecenderungan adiktif terhadap akses situs pornografi. Secara neurologis, perilaku ini sering dikaitkan dengan peran dopamin, yaitu neurotransmitter yang menimbulkan rasa senang dan nyaman, sehingga memperkuat keinginan untuk terus mengakses konten pornografi (Hitalessy & Damariyanti, 2022). Pengendalian diri memiliki peran penting dalam mencegah perilaku menyimpang. Individu dengan tingkat kontrol diri yang tinggi cenderung mampu mengatur penggunaan internet secara bijak dan bertanggung jawab. Sebaliknya, individu dengan kontrol diri rendah lebih mudah bertindak impulsif, mengambil risiko, serta kesulitan mengelola emosi ketika menghadapi frustrasi. Oleh karena itu, kemampuan kontrol diri menjadi faktor penting dalam meminimalkan

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

kecenderungan perilaku *cybersex* serta mendorong perilaku yang lebih positif (Chen & Jiang, 2020). Selain kontrol diri, religiusitas juga memiliki keterkaitan yang erat dalam memengaruhi perilaku *cybersex*. Secara umum, setiap individu memiliki sistem keyakinan dan nilai-nilai religius yang diperoleh melalui ajaran agama yang dianutnya, termasuk dalam konteks agama Islam yang mayoritas dianut oleh masyarakat Indonesia. Nilai-nilai tersebut berfungsi sebagai pedoman dalam mengatur perilaku agar selaras dengan norma dan syariat agama. Individu dengan tingkat religiusitas yang tinggi cenderung memiliki kesadaran diri yang lebih baik dalam mengendalikan perilaku, karena pemahaman agama yang kuat mendorong mereka untuk lebih berhati-hati dan tidak tergesa-gesa dalam mengakses konten seksual di media digital (Puteri & Sumaryanti, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh (Fauzi dkk., 2023) menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara religiusitas dan perilaku *cybersex* ($r = -0{,}509$; Sig. = 0,000; $p < 0{,}05$), serta hubungan negatif antara kontrol diri dan perilaku *cybersex* ($r = -0{,}402$; Sig. = 0,000; $p < 0{,}05$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi religiusitas dan kontrol diri remaja, maka semakin rendah kecenderungan mereka untuk terlibat dalam perilaku *cybersex*. Selain itu, penelitian (Tulabu dkk., 2023) menunjukkan bahwa mayoritas remaja di SMA Negeri X Gorontalo memiliki tingkat pengetahuan yang rendah tentang seks bebas, yaitu sebanyak 66 responden (71,0%), sementara 27 responden (29%) memiliki pengetahuan tinggi. Dari total 93 responden, sebanyak 33 responden (35,5%) menunjukkan sikap negatif dan 60 responden (64,5%) menunjukkan sikap positif terhadap isu tersebut (Ihsan dkk., 2023). Hasil ini mengindikasikan bahwa tingkat pengetahuan dan sikap remaja terhadap seks bebas masih beragam, sehingga diperlukan upaya edukatif yang lebih intensif untuk memperkuat nilai moral, religiusitas, dan kontrol diri dalam menghadapi pengaruh konten seksual di media digital.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan terhadap salah satu remaja di SMAN X Kota Gorontalo, ditemukan adanya indikasi perilaku *cybersex* pada remaja tersebut. Faktor pemicu awal munculnya perilaku ini terjadi pada masa pandemi, yang menimbulkan kejenuhan, frustrasi, dan stres dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Kondisi tersebut mendorong remaja mencari pelarian melalui aktivitas yang kurang sehat, seperti mengakses video pornografi atau konten seksual melalui gawai pribadi. Remaja yang diwawancarai mengaku bahwa dalam satu bulan ia dapat menonton konten tersebut sebanyak lima kali atau lebih untuk memperoleh perasaan senang dan gairah secara sementara. Perilaku *cybersex* yang dilakukan tidak hanya sebatas menonton konten pornografi, tetapi juga disertai dengan tindakan lain seperti onani sebagai bentuk pemenuhan kepuasan seksual tanpa melakukan hubungan seksual secara langsung. Meskipun perilaku tersebut dianggap mampu mengurangi stres sesaat, remaja yang bersangkutan mengungkapkan adanya perasaan penyesalan setelah melakukannya. Dampak yang dirasakan antara lain menurunnya konsentrasi belajar, terganggunya pola tidur, serta munculnya kelelahan fisik. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku *cybersex* memberikan konsekuensi negatif terhadap aspek akademik maupun kesehatan remaja. Dalam upaya pencegahan, pihak sekolah telah melakukan berbagai langkah, seperti sosialisasi mengenai penggunaan media sosial secara sehat dan edukasi terkait bahaya paparan pornografi. Kegiatan ini rutin dilaksanakan setiap hari Jumat sebelum pembelajaran dimulai, dengan tujuan meningkatkan pengetahuan serta kesadaran siswa mengenai dampak negatif perilaku tersebut.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, dapat disimpulkan bahwa perilaku *cybersex* di kalangan remaja SMA menunjukkan kecenderungan meningkat seiring dengan kemudahan akses internet dan paparan pornografi. Rendahnya kontrol diri serta kurangnya internalisasi nilai religiusitas menjadi faktor yang turut memengaruhi munculnya perilaku ini. Oleh karena itu, penguatan kontrol diri dan penanaman nilai-nilai religiusitas menjadi langkah strategis dalam meminimalkan perilaku *cybersex* serta mendukung kesejahteraan psikologis dan akademik remaja. Oleh karena itu, peneliti tertarik mengkaji lebih lanjut melalui penelitian dengan tujuan untuk menganalisis hubungan antara kontrol diri, religiusitas, dan perilaku *cybersex* pada remaja di SMAN X Kota Gorontalo. Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan perilaku *cybersex* pada remaja, sehingga dapat dipahami sejauh mana kemampuan individu dalam mengendalikan dorongan dan impuls berperan dalam menekan kecenderungan melakukan aktivitas seksual daring. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara religiusitas dengan perilaku *cybersex*, guna melihat apakah tingkat pemahaman dan penghayatan nilai-nilai keagamaan memiliki keterkaitan dengan kecenderungan remaja dalam terlibat pada perilaku tersebut. Lebih lanjut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dan religiusitas pada remaja di SMAN X Kota Gorontalo, sehingga dapat memberikan gambaran mengenai keterkaitan kedua variabel internal tersebut dalam membentuk perilaku remaja.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian ini mengolah data dalam bentuk angka yang dianalisis menggunakan teknik statistik

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

untuk menguji hipotesis secara objektif. Desain korelasional digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan serta tingkat keeratan hubungan antara variabel kontrol diri, religiusitas, dan perilaku *cybersex* pada remaja tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel yang diteliti.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMAN X Kota Gorontalo yang berjumlah 1.047 siswa. Adapun populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah remaja yang pernah atau sedang terlibat dalam perilaku *cybersex*, dengan jumlah 70 siswa. Sampel ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu. Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) siswa berusia 16–18 tahun, dan (2) siswa yang termasuk dalam kategori sedang dan tinggi berdasarkan hasil penyaringan menggunakan Internet Sex Screening Test (ISST).

Pengumpulan data dilakukan menggunakan metode kuesioner (*self-administered questionnaire*). Perilaku *cybersex* diukur menggunakan instrumen baku Internet Sex Screening Test (ISST) yang dikembangkan oleh Delmonico dan Griffin (Young & Abreu, 2010), terdiri dari 25 item dengan pilihan jawaban setuju dan tidak setuju. Skala ini mencakup aspek *online sexual compulsivity, online sexual behavior-social, online sexual behavior-isolation, online sexual spending*, dan *interest in online sexual behavior*. Skor kemudian dikategorikan menjadi risiko rendah, sedang, dan tinggi. Variabel kontrol diri diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek *behavioral control, cognitive control,* dan *decisional control*. Sementara itu, variabel religiusitas diukur menggunakan skala yang dikembangkan berdasarkan lima dimensi (Stark & Glock, 1968), yaitu keyakinan, praktik ibadah, penghayatan, pengetahuan agama, dan konsekuensi dalam kehidupan sehari-hari. Kedua skala menggunakan model Likert dengan empat alternatif jawaban.

Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi Product Moment Pearson dengan bantuan SPSS versi 25 pada taraf signifikansi 5%. Hasil uji menunjukkan bahwa seluruh item religiusitas valid, sedangkan pada skala kontrol diri terdapat satu item yang gugur. Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha menunjukkan bahwa skala kontrol diri memiliki koefisien 0,637 dan religiusitas sebesar 0,924, sehingga kedua instrumen dinyatakan reliabel. Analisis data dilakukan melalui analisis univariat untuk menggambarkan distribusi masing-masing variabel, serta analisis bivariat menggunakan uji korelasi Product Moment untuk menguji hubungan antara kontrol diri, religiusitas, dan perilaku *cybersex*. Interpretasi kekuatan hubungan mengacu pada nilai koefisien korelasi (r) dengan tingkat signifikansi 0,05.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Provinsi Gorontalo terletak di bagian utara Pulau Sulawesi, Indonesia, dan Terdiri dari beberapa kabupaten dan Kota, dengan karakteristik yang beragam. Provinsi Gorontalo memiliki sekolah SMP Sederajat baik negeri maupun Swasta yang tersebar diwilayah Provinsi Gorontalo berjumlah 340 Sekolah dan SMA Sederajat baik Negeri maupun Swasta berjumlah 113 Sekolah. SMAN 3 Kota Gorontalo merupakan salah satu SMA diwilayah Provinsi Gorontalo yang berdiri pada tahun 1975. Remaja di SMAN 3 Kota Gorontalo berjumlah 1.047 yang terdiri dari 3 angkatan yaitu 10,11 dan 12 yang masing-masing terdiri dari 12 kelas.

Deskripsi Responden

Berdasarkan tabel diatas usia yang paling banyak pada penelitian di SMAN X Kota Gorontalo adalah usian 17 tahun (remaja Tengah) dengan presentase 54,7%, dan usia 16 tahum (remaja Tengah) dengan presentase 45,7%.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Perilaku *Cybersex* (ISST)	Risiko Rendah	9	11,5%
	Risiko Sedang	54	69,2%
	Risiko Tinggi	15	19,2%
	Total	78	100%
Usia	16 Tahun	32	45,7%
	17 Tahun	38	54,3%
	Total	70	100%
Kelas	Kelas X	47	67,1%
	Kelas XI	23	32,9%
	Total	70	100%

Analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi karakteristik responden dalam penelitian ini yang berjumlah 70 siswa. Berdasarkan hasil pengukuran menggunakan kuesioner ISST, mayoritas responden berada pada kategori risiko sedang dalam perilaku *cybersex*, yaitu sebanyak 54 siswa (69,2%). Selanjutnya, 15 siswa (19,2%) termasuk dalam kategori risiko tinggi, dan 9 siswa (11,5%) berada pada kategori

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

risiko rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kecenderungan perilaku *cybersex* pada tingkat sedang. Berdasarkan karakteristik usia, responden paling banyak berusia 17 tahun sebanyak 38 siswa (54,3%), sedangkan usia 16 tahun sebanyak 32 siswa (45,7%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori remaja pertengahan. Ditinjau dari tingkat kelas, responden terbanyak berasal dari kelas X sebanyak 47 siswa (67,1%), sedangkan kelas XI sebanyak 23 siswa (32,9%). Dengan demikian, mayoritas responden dalam penelitian ini adalah siswa kelas X yang berada pada rentang usia remaja pertengahan dan memiliki kecenderungan perilaku *cybersex* pada kategori risiko sedang.

Uji Deskriptif Statistik

Statistik deskriptif merupakan teknik analisis yang digunakan untuk menggambarkan dan merangkum data penelitian tanpa melakukan generalisasi terhadap populasi yang lebih luas. Analisis ini bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai karakteristik data melalui ukuran pemusatan dan penyebaran, seperti nilai minimum, maksimum, rata-rata (mean), dan standar deviasi. Dengan menggunakan statistik deskriptif, peneliti dapat memahami kecenderungan umum serta variasi data yang diperoleh dari responden.

Tabel 2. Hasil Uji Statistik Deskriptif

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviasi
Kontrol Diri	70	11	22	16,85	2,360
Religiusitas	70	29	43	36,08	3,278

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap 70 responden, diperoleh gambaran bahwa variabel kontrol diri memiliki skor minimum 11 dan maksimum 22, dengan nilai rata-rata sebesar 16,85 dan standar deviasi 2,360. Nilai rata-rata tersebut menunjukkan bahwa secara umum tingkat kontrol diri responden berada pada kategori sedang, dengan variasi skor yang relatif tidak terlalu besar. ementara itu, variabel religiusitas memiliki skor minimum 29 dan maksimum 43, dengan nilai rata-rata sebesar 36,08 dan standar deviasi 3,278. Rata-rata tersebut juga menunjukkan bahwa tingkat religiusitas responden cenderung berada pada kategori sedang. Standar deviasi yang tidak terlalu tinggi mengindikasikan bahwa persebaran data relatif homogen. Dengan demikian, secara umum kedua variabel dalam penelitian ini menunjukkan distribusi yang cukup merata dan berada pada tingkat kategori sedang pada mayoritas responden.

Kategorisasi Kontorl Diri

Tingkat kontrol diri dalam penelitian ini diklasifikasikan ke dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Penentuan kategori dilakukan berdasarkan nilai mean dan standar deviasi (SD) yang kemudian dibagi sesuai interval skor yang telah ditetapkan.

Tabel 3. Kategorisasi Kontrol Diri

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 14$	11	15,7%
Sedang	$15 \leq X < 19$	50	71,4%
Tinggi	$X \geq 20$	9	12,9%
Total		70	100%

Berdasarkan tabel di atas, dari 70 responden diketahui bahwa mayoritas remaja berada pada kategori kontrol diri sedang, yaitu sebanyak 50 orang (71,4%). Sebanyak 11 orang (15,7%) termasuk dalam kategori rendah, dan 9 orang (12,9%) berada pada kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum remaja memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengendalikan dorongan dan perilaku, termasuk dalam menghadapi paparan konten seksual di internet. Namun demikian, masih terdapat responden dengan kontrol diri rendah yang memerlukan perhatian lebih lanjut.

Analisis lebih lanjut dilakukan pada tiga aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku, kontrol kognitif, dan kontrol keputusan.

Tabel 4. Kategorisasi Aspek Kontrol Diri

Aspek	Kategori	Frekuensi	Persentase
Kontrol Perilaku (Behavioral Control)	Rendah	15	21,4%
	Sedang	38	54,3%
	Tinggi	9	12,9%
	Total	70	100%
Kontrol Kognitif (Cognitive Control)	Rendah	30	42,9%
	Sedang	37	52,9%
	Tinggi	3	4,3%
	Total	70	100%
Kontrol Keputusan (Decisional Control)	Rendah	24	34,3%

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

	Sedang	36	51,4%
	Tinggi	10	14,3%
	Total	70	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa pada aspek kontrol perilaku, sebagian besar responden (54,3%) berada pada kategori sedang. Pada aspek kontrol kognitif, mayoritas responden (52,9%) juga berada pada kategori sedang, namun proporsi kategori rendah cukup besar (42,9%), menunjukkan bahwa kemampuan mengelola pikiran dan pertimbangan rasional masih perlu diperkuat. Sementara itu, pada aspek kontrol keputusan, sebanyak 51,4% responden berada pada kategori sedang. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan bahwa remaja yang berperilaku *cybersex* di SMA Kota Gorontalo memiliki tingkat kontrol diri yang cenderung berada pada kategori sedang pada seluruh aspek. Artinya, mereka memiliki kemampuan pengendalian diri yang cukup, namun masih terdapat kelemahan terutama pada aspek kognitif dan pengambilan keputusan yang berpotensi memengaruhi perilaku menyimpang apabila tidak mendapatkan penguatan dari lingkungan dan pendidikan yang tepat.

Kategorisasi Religiusitas

Tabel 5. Kategorisasi Religiusitas

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 32$	5	7,1%
Sedang	$32 \leq X < 39$	58	82,9%
Tinggi	$X \geq 39$	7	10,0%
Total		70	100%

Berdasarkan tabel di atas, diketahui bahwa mayoritas responden berada pada kategori religiusitas sedang, yaitu sebanyak 58 orang (82,9%). Sebanyak 5 responden (7,1%) berada pada kategori rendah dan 7 responden (10,0%) berada pada kategori tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum tingkat religiusitas remaja berada pada taraf sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa remaja telah memiliki pemahaman dan keyakinan terhadap ajaran agama, namun penghayatan dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari masih perlu ditingkatkan.

Tabel 6. Kategorisasi Aspek Religiusitas

Aspek	Kategori	Frekuensi	Persentase
Keyakinan (Ideological Dimension)	Rendah	2	2,9%
	Sedang	65	92,9%
	Tinggi	3	4,3%
	Total	70	100%
Peribadatan dan Praktik (Ritualistic Dimension)	Rendah	3	4,3%
	Sedang	63	90,0%
	Tinggi	4	5,7%
	Total	70	100%
Penghayatan (Experiential Dimension)	Rendah	4	5,7%
	Sedang	61	87,1%
	Tinggi	5	7,1%
	Total	70	100%
Pengetahuan Agama (Intellectual Dimension)	Rendah	5	7,1%
	Sedang	59	84,3%
	Tinggi	6	8,6%
	Total	70	100%
Efek atau Pengamalan (Consequential Dimension)	Rendah	7	10,0%
	Sedang	62	88,6%
	Tinggi	1	1,4%
	Total	70	100%

Berdasarkan distribusi kategorisasi aspek religiusitas di atas, seluruh dimensi menunjukkan dominasi pada kategori sedang. Aspek keyakinan dan praktik ibadah memiliki persentase sedang yang sangat tinggi, menunjukkan bahwa remaja secara umum telah memiliki dasar kepercayaan dan pelaksanaan ibadah yang cukup baik. Pada aspek penghayatan dan pengetahuan agama, mayoritas responden juga berada pada kategori sedang, yang menandakan pemahaman dan pengalaman spiritual yang cukup berkembang. Sementara itu, pada aspek pengamalan (consequential dimension), meskipun mayoritas berada pada kategori sedang, masih terdapat 10,0% responden dalam kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa implementasi nilai-nilai agama dalam perilaku sehari-hari belum sepenuhnya optimal. Secara keseluruhan, religiusitas remaja berada pada

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

tingkat moderat dan masih memerlukan penguatan agar lebih terinternalisasi secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pengujian ini dilakukan menggunakan bantuan perangkat lunak SPSS versi 25 for Windows. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji normalitas adalah sebagai berikut: apabila nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05 maka data dinyatakan berdistribusi normal. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05 maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal.

Tabel 7. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Kontrol Diri	0,200	Normal
Religiusitas	0,200	Normal

Berdasarkan hasil analisis pada tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi untuk variabel kontrol diri sebesar 0,200 dan religiusitas sebesar 0,200. Kedua nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada kedua variabel berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas dalam penelitian ini telah terpenuhi, sehingga analisis statistik parametrik dapat dilanjutkan pada tahap berikutnya.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen bersifat linear. Dalam penelitian ini, uji linearitas digunakan untuk menguji hubungan antara variabel kontrol diri dan religiusitas. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji linearitas adalah apabila nilai signifikansi pada *deviation from linearity* lebih besar dari 0,05, maka hubungan antarvariabel dinyatakan linear. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi kurang dari 0,05, maka hubungan dinyatakan tidak linear.

Tabel 8. Hasil Uji Linearitas

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Kontrol Diri dan Religiusitas	0,547	Linear

Berdasarkan hasil uji linearitas pada tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,547. Nilai tersebut lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel kontrol diri dan religiusitas bersifat linear. Dengan demikian, asumsi linearitas dalam penelitian ini telah terpenuhi dan analisis lanjutan dapat dilakukan.

Uji Hipotesis

Pada tahap ini, peneliti melakukan pengujian hipotesis menggunakan teknik Korelasi Product Moment dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi 25. Uji korelasi digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel kontrol diri dan religiusitas pada remaja yang berperilaku *cybersex*.

Tabel 9. Hasil Uji Hipotesis Korelasi Product Moment

Variabel	Kontrol Diri (r)	Kontrol Diri (Sig.)	Religiusitas (r)	Religiusitas (Sig.)
Kontrol Diri	1,000	-	0,532**	0,000
Religiusitas	0,532**	0,000	1,000	-
Jumlah Responden	70	70	70	70

Berdasarkan hasil analisis korelasi Product Moment, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,532 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan secara statistik antara kontrol diri dan religiusitas. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,532 berada pada kategori hubungan cukup kuat. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kontrol diri remaja yang berperilaku *cybersex*, maka cenderung semakin tinggi pula tingkat religiusitasnya. Sebaliknya, semakin rendah kontrol diri, maka religiusitas juga cenderung rendah. Temuan ini mengindikasikan bahwa kontrol diri dan religiusitas memiliki peranan penting dalam mengendalikan serta mencegah perilaku *cybersex* pada remaja.

Pembahasan

Penelitian ini membahas tiga fokus utama, yaitu: (1) tingkat kontrol diri pada remaja yang berperilaku *cybersex* di SMA X Kota Gorontalo, (2) tingkat religiusitas pada remaja yang berperilaku *cybersex*, dan (3) hubungan antara kontrol diri dan religiusitas pada remaja tersebut. Ketiga aspek ini dianalisis secara komprehensif untuk memperoleh pemahaman yang utuh mengenai peran kontrol diri dan religiusitas dalam konteks perilaku *cybersex* pada remaja.

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

Kontrol Diri pada Remaja yang Berperilaku *Cybersex*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 70 responden, sebanyak 11 orang (15,7%) berada pada kategori kontrol diri rendah, 50 orang (71,4%) pada kategori sedang, dan 9 orang (12,9%) pada kategori tinggi. Data ini mengindikasikan bahwa mayoritas remaja berada pada tingkat kontrol diri sedang. Artinya, remaja telah memiliki kemampuan pengendalian diri yang cukup, namun belum sepenuhnya optimal dalam mengatur dorongan, pikiran, dan perilaku, khususnya terkait paparan konten *cybersex*. Dominannya kategori sedang menunjukkan bahwa remaja masih berada pada fase transisi perkembangan, di mana mereka mampu menahan diri dalam situasi tertentu, tetapi tetap rentan terhadap pengaruh lingkungan digital. Kontrol diri berperan penting dalam membantu remaja mengelola impuls serta menyesuaikan perilaku dengan norma sosial dan nilai yang berlaku. Berdasarkan analisis aspek, kontrol kognitif menempati posisi paling menonjol dengan mayoritas responden berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa remaja relatif mampu mempertimbangkan konsekuensi perilaku sebelum bertindak, meskipun kemampuan tersebut belum sepenuhnya konsisten dalam praktik nyata.

Religiusitas pada Remaja yang Berperilaku *Cybersex*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 5 responden (7,1%) berada pada kategori religiusitas rendah, 58 responden (82,9%) pada kategori sedang, dan 10 responden (10,0%) pada kategori tinggi. Mayoritas remaja berada pada kategori sedang, yang menunjukkan bahwa mereka memiliki pemahaman dan keyakinan terhadap ajaran agama, namun penerapannya dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam penggunaan media digital, belum sepenuhnya konsisten. Dimensi keyakinan (*ideological dimension*) menjadi aspek yang paling dominan. Sebagian besar remaja menyatakan memiliki kepercayaan terhadap ajaran agama dan norma moral yang mengatur perilaku seksual. Namun, adanya kesenjangan antara keyakinan dan praktik menunjukkan bahwa internalisasi nilai agama belum sepenuhnya kuat dalam mengontrol perilaku *cybersex*. Faktor lingkungan digital, akses internet yang luas, serta minimnya pengawasan turut memengaruhi kondisi tersebut.

Hubungan Kontrol Diri dengan Religiusitas

Hasil uji korelasi Product Moment menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,532 dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Nilai ini berada pada kategori cukup kuat (0,40–0,59), sehingga menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kontrol diri dan religiusitas. Artinya, semakin tinggi kontrol diri seorang remaja, maka semakin tinggi pula tingkat religiusitasnya. Sebaliknya, rendahnya kontrol diri cenderung diikuti oleh rendahnya religiusitas. Temuan ini menunjukkan bahwa kedua variabel saling berkaitan dalam membentuk mekanisme pengendalian perilaku, termasuk dalam mencegah keterlibatan dalam *cybersex*. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa kontrol diri dan religiusitas merupakan faktor penting dalam mengurangi kecenderungan perilaku *cybersex* pada remaja. Meskipun mayoritas responden berada pada kategori sedang, peningkatan penguatan nilai religius dan kemampuan regulasi diri tetap diperlukan agar remaja lebih mampu mengendalikan dorongan dan pengaruh negatif dari lingkungan digital.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 70 remaja yang berperilaku *cybersex* di SMA X Kota Gorontalo, dapat disimpulkan bahwa tingkat kontrol diri responden secara umum berada pada kategori sedang. Sebagian kecil responden berada pada kategori rendah dan tinggi. Nilai rata-rata kontrol diri sebesar 16,85 dengan standar deviasi 2,360 menunjukkan bahwa mayoritas remaja telah memiliki kemampuan pengendalian diri yang cukup dalam mengatur dorongan, pikiran, dan perilaku. Namun demikian, kemampuan tersebut belum sepenuhnya optimal, terutama dalam menghadapi pengaruh lingkungan digital yang berkaitan dengan perilaku *cybersex*. Pada variabel religiusitas, sebagian besar responden juga berada pada kategori sedang, dengan nilai rata-rata sebesar 36,08 dan standar deviasi 3,278. Hal ini menunjukkan bahwa remaja umumnya memiliki pemahaman dan keyakinan terhadap ajaran agama yang cukup baik. Akan tetapi, nilai-nilai tersebut belum sepenuhnya terinternalisasi secara konsisten dalam perilaku sehari-hari, khususnya dalam penggunaan media digital. Hasil uji korelasi Product Moment menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara kontrol diri dan religiusitas, dengan koefisien korelasi sebesar 0,532 dan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hubungan ini berada pada kategori cukup kuat, yang berarti semakin tinggi tingkat kontrol diri remaja, maka semakin tinggi pula tingkat religiusitasnya. Dengan demikian, kemampuan mengendalikan diri pada remaja berkaitan erat dengan pemahaman dan penerapan nilai-nilai agama dalam kehidupan sehari-hari.

Saran bagi remaja untuk terus meningkatkan kemampuan kontrol diri dengan membiasakan diri berpikir sebelum bertindak, menghindari situasi yang dapat memicu perilaku menyimpang, serta membuat keputusan secara rasional. Selain itu, peningkatan religiusitas dapat dilakukan melalui keaktifan dalam kegiatan keagamaan, memperdalam pengetahuan agama, serta mengamalkan nilai-nilai ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari sebagai benteng terhadap perilaku negatif seperti *cybersex*. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

untuk menggunakan pendekatan kualitatif atau metode campuran (mixed methods) agar dapat menggali secara lebih mendalam dinamika psikologis, pengalaman subjektif, serta faktor lingkungan yang memengaruhi perilaku *cybersex* pada remaja, sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif.

DAFTAR REFERENSI

Ardiananda, R. T., Prasetiyo, D., & Mahaardhika, I. M. (2023). Hubungan antara kontrol diri dengan perilaku cybersex pada siswa kelas X SMK PGRI 1 Tulungagung. *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam, 3*(2), 67–73.

Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2024). *APJII jumlah pengguna internet Indonesia tembus 221 juta orang*. https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang

Chen, L., & Jiang, X. (2020). The assessment of problematic internet pornography use: A comparison of three scales with mixed methods. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(2), 488. https://doi.org/10.3390/ijerph17020488

Fauzi, M. A., Suroso, S., & Farid, M. (2023). Relationship between religiosity and self-control with cybersex behavior in school students. *Psychomachina, 1*, 1–8.

Firdaus, M. F. (2020). *Faktor-faktor yang mempengaruhi cybersex*. Perpustakaan Universitas Gunadarma.

Hitalessy, R. Z., & Damariyanti, M. (2022). Kontrol diri dan perilaku cybersex pada pengguna akun alter. *Jurnal Psikologi, 15*(1), 172–186.

Huwaidah, R., Rokhmah, D., & Ririanty, M. (2020). Penyebab perilaku cybersex dan dampaknya pada perilaku mahasiswa (Studi kualitatif di Kabupaten Jember). *Jurnal Insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember, 16*(2).

Ihsan, M., Dungga, E. F., & Sailama, G. N. F. (2023). The influence of social media on sexual knowledge and behavior of adolescents in Gorontalo City. *Jambura Nursing Journal, 5*(1), 68–78.

Juditha, C. (2020). Perilaku cybersex pada generasi milenial. *Jurnal Pekommas, 5*(1), 47–58.

Kementerian Komunikasi Republik Indonesia. (2018). *Siaran pers No. 322/HM/KOMINFO/12/2018 tentang situs pornografi, perjudian dan penipuan paling banyak diblokir*. https://www.komdigi.go.id/berita/siaran-pers/detail/siaran-pers-no-322-hm-kominfo-12-2018-tentang-situs-pornografi-perjudian-dan-penipuan-paling-banyak-diblokir

Mooduto, S. F., Abdul, N. A., & Tompunuh, M. M. (2021). Paparan media sosial terhadap perilaku seksual remaja. *Journal Midwifery Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Gorontalo, 7*(1), 1.

Puteri, S. F., & Sumaryanti, I. U. (2021). Hubungan antara perilaku cybersex dengan pre-marital sex pada mahasiswa Universitas X di Kota Bandung. *Jurnal Riset Psikologi, 1*(1), 26–31. https://doi.org/10.29313/jrp.v1i1.90

Stark, R., & Glock, C. Y. (1968). *American piety: The nature of religious commitment*. University of California Press.

Sumarni, S., Surmiasih, S., Kusuma, A., & Wulandari, R. Y. (2025). Hubungan antara religiusitas dengan perilaku seks bebas pada remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan, 18*(2), 121–128.

Tulabu, H., Febriyona, R., & Harismayanti, H. (2023). Hubungan tingkat pengetahuan kesehatan reproduksi dengan perilaku seks bebas siswa di SMAN 4 Gorontalo Utara. *Jurnal Stunting Pesisir dan Aplikasinya, 2*(2), 59–79. https://doi.org/10.36990/jspa.v2i2.1373

Young, K. S., & Abreu, C. N. de. (2010). *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*. John Wiley & Sons.

Zulfa, H., Khairani, M., Rachmatan, R., & Amna, Z. (2022). Hubungan antara religiusitas dengan perilaku cybersex pada remaja di Aceh. *Journal of Community Mental Health and Public Policy, 4*(2), 95–105.