

KAP Method (Know-And-Practice) for Increasing Self-Control as a Preventive Effort to Minimize Deviant Sexual Fantasies in Adolescents Aged 16-20 Years

Metode KAP (Know-And-Practice) Untuk Meningkatkan Self-Control Sebagai Upaya Preventif Meminimalisir Fantasi Seksual Menyimpang Remaja Usia 16-20 Tahun

Patricia Viona Evelin^{1*}, Aufizzahra As Syafiyah², Disa Aulya Nanda³, Ely Hariani⁴, Yusi Nadila⁵

^{1,2,3,4,5} Departemen Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Negeri Padang
E-mail: patriciavionaevelyn@gmail.com

Abstract

Adolescents are individuals who are in the transition period from children to adults who experience biological, psychological and social changes. During adolescence, individuals will experience sexual maturity and then they will tend to look for various information about sex due to their high curiosity about sexual content. One of teenagers' curiosity about sexual content that can have a negative effect on themselves is deviant sexual fantasies. In overcoming this problem, namely by realizing the term KAP (Know-And-Practice) in research, namely so that subjects are able to increase their understanding regarding the importance of good self-control as a form of preventing the occurrence of deviant sexual fantasies in a group, community and society. This research aims to increase understanding and skills as a preventative effort for the emergence and/or spread of psychological disorders in a group, community and society and to see how much influence psychoeducation has on each aspect of the research. The research design uses a quantitative experimental approach with a pre-experimental research design, one group pre-test post-test, in this study there is no control group. The participants in this research were teenagers aged 16-20 years, consisting of 15 male teenagers. The results of this research show that the KAP (Know-And-Practice) method has an effective effect in increasing understanding regarding the importance of good self-control as a form of preventing the occurrence of deviant sexual fantasies in a group, community and society.

Keyword: *Self control; Sexual fantasies; Indonesian Teenagers*

Abstrak

Remaja adalah individu yang berada pada masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang mengalami perubahan biologis, psikis dan sosial. Pada masa remaja individu akan mengalami kematangan seksual dan kemudian mereka cenderung akan mencari berbagai informasi mengenai seks dikarenakan rasa keingintahuan tinggi terhadap konten seksual. Salah satu keingintahuan remaja terhadap konten seksual yang dapat memberikan efek negatif pada diri adalah fantasi seksual yang menyimpang. Dalam mengatasi permasalahan ini yaitu dengan mewujudkan istilah KAP (*Know-And-Practice*) dalam penelitian, yaitu agar subjek mampu meningkatkan pemahaman terkait pentingnya kontrol diri yang baik sebagai bentuk pencegahan terjadinya fantasi seks yang menyimpang di suatu kelompok, komunitas, dan masyarakat. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan sebagai usaha pencegahan (*Preventif*) dari munculnya dan atau meluasnya gangguan psikologis di suatu kelompok, komunitas, dan masyarakat dan melihat seberapa besar pengaruh psikoedukasi tersebut pada masing-masing aspek dalam penelitian. Rancangan penelitian menggunakan pendekatan eksperimen kuantitatif dengan desain penelitian *pre-experimental one group pre-test post-test*, pada penelitian ini tidak terdapat kelompok kontrol. Partisipan penelitian ini adalah remaja usia 16-20 tahun yang terdiri dari 15 remaja laki-laki. Hasil dari penelitian ini menunjukkan metode KAP (*Know-And-Practice*) berpengaruh efektif dalam meningkatkan pemahaman terkait pentingnya kontrol diri yang baik sebagai bentuk pencegahan terjadinya fantasi seks yang menyimpang di suatu kelompok, komunitas, dan masyarakat.

Kata Kunci: *Kontrol Diri; Fantasi seksual; Remaja Indonesia*

PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang mengalami perubahan biologis, psikis dan sosial. Tahap remaja diidentifikasi sebagai masa penuh gejolak dikarenakan terjadi perkembangan dan pertumbuhan yang pesat pada individu (Adipati, 2013). Berdasarkan tahapan psikososial yang dikemukakan Erikson, menyatakan bahwa remaja berada pada tahap adolescence dengan kisaran usia 12-20 tahun yang ditandai dengan *identity vs identity confusion* yaitu remaja mengalami pencarian jati diri dan rasa keingintahuan yang tinggi terhadap sesuatu sehingga suka mengeksplorasi hal-hal baru. Dalam pencarian jati diri terdapat dua sumber remaja menemukan jati diri yaitu *reference group* dan *significant other* (Pinem, 2018). Referensi group merupakan sekumpulan individu yang memberikan nilai positif pada individu lain untuk mengetahui dan menemukan potensi dalam diri sehingga dapat membedakan dirinya dan orang lain sedangkan *significant other* merupakan seseorang yang dijadikan role model dalam kehidupan remaja, *significant other* bisa kepada siapa saja termasuk *figure public* yang dikagumi sehingga menjadi tokoh ideal dalam standar kehidupan remaja (Pinem, 2018). Remaja cenderung akan meniru dan mengaplikasikan value yang dimiliki idolanya ke dalam dirinya sebagai bentuk rasa kagum dan cinta, namun akan menjadi suatu masalah ketika berdampak buruk dalam kehidupan remaja tersebut (Ani & Rustam, 2019).

Pada masa remaja individu akan mengalami kematangan seksual yang disebut dengan masa pubertas sehingga terjadinya perubahan fisik dan emosional seperti ketertarikan terhadap lawan jenis dan pengembangan identitas seksual. Pada masa pubertas remaja cenderung akan mencari berbagai informasi mengenai seks dikarenakan rasa keingintahuan tinggi terhadap konten seksual (Asrori, 2014). Keingintahuan remaja terhadap konten seksual memberikan efek negatif pada diri yang dapat mempengaruhi perilaku seksual tidak sehat seperti fantasi seksual yang menyimpang (Mulati & Lestari, 2019). Menurut Klein (1993) fantasi seksual merupakan bentuk dorongan seksual yang mengarah kepada imajinasi erotis. Menurut Kartono (2009) fantasi seksual menjadi menyimpang/tidak normal jika dilakukan dengan hubungan yang tidak tepat dan bertentangan dengan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat, pendapat tersebut menguatkan anggapan bahwa fantasi seksual yang dilakukan dengan tidak semestinya dapat membawa dampak buruk kepada dirinya sendiri maupun orang lain. Dampak-dampak yang muncul dapat berupa penyimpangan perilaku seksual, terputusnya relasi seksual yang normal, hingga munculnya penyakit patologis menurut Kartono (2009).

Fantasi seksual muncul dari apa yang dilihat remaja lalu menjadi sebuah imajinasi sehingga sulit membedakan kehidupan dalam konten tersebut dengan dunia nyata (Kertamukti, 2018). Fantasi seksual merupakan bentuk imajinasi individu terhadap aktivitas seksual baik dilakukan dengan pasangan maupun seks solo (Augustan, 2019). Fantasi seksual yang dirasakan remaja merupakan suatu hal yang normal namun jika berlebihan dan tidak terkendali dapat mengarah pada perilaku seksual yang tidak sehat seperti masturbasi yang berlebihan dan pergaulan seksual beresiko (Purnamasari, dkk, 2015). Fantasi seksual yang menyimpang sering diorientasikan pada pencapaian orgasme dengan melakukan hubungan seksual sesama jenis, dalam hal ini dapat dilihat dari komunitas LGBT yang sering terlibat dalam aktivitas seks anal, oral seks yang rentan tertular IMS dan HIV, lalu hubungan seksual dengan pasangan dibawah umur atau yang dikenal dengan pedofilia.

Fantasi seks yang menyimpang juga berkaitan dengan hubungan seksual yang bertentangan dengan norma-norma perilaku yang diakui masyarakat umum (Ilham, 2019). Adapun contohnya menurut Sarlito (Pradani, 2018) penyimpangan seksual itu ada transvestisme, yaitu memakai pakaian wanita oleh laki-laki heteroseksual untuk mendapatkan kegairahan seksual yang biasanya kita kenal dengan sebutan "Banci", esibisionisme yaitu memperlihatkan kelaminnya secara sengaja kepada orang lain yang bertujuan untuk mendapatkan gairah seksual namun tidak disertai dengan melakukan aktivitas seksual, fetisisme yaitu menggunakan benda sebagai cara untuk mendapatkan kegairahan seksual, bendanya tidak hanya terbatas pada pakaian wanita atau alat-alat perangsang gairah seksual.

Dapat diketahui bentuk fantasi seksual yang menyimpang terindikasi ketika remaja memaksa seseorang untuk melakukan aktivitas seksual sebagai upaya penyaluran hasrat seksual dan terlibat dalam kekerasan seksual. Saat ini fantasi seksual saat ini tidak hanya terbatas pada hubungan seksual dengan pasangan saja namun juga keinginan untuk berhubungan seksual dengan objek yang virtual

seperti yang dapat kita lihat pada fantasi seksual remaja pencinta idol korea, mereka memiliki kecenderungan untuk berfantasi yang berlebihan terhadap idol mereka. Menurut Maltby (dalam Nasution, 2018) salah satu ciri-ciri perilaku fans terhadap idola yaitu penggemar mempunyai fantasi yang tidak terkontrol terhadap idola mereka, karena mereka sering kali mengimajinasikan idolanya sebagai pacar atau suami. Individu yang memiliki fantasi seksual berlebihan hingga tidak dapat mengontrol dirinya dengan baik, bahkan telah mengalami disorientasi norma, maka individu tersebut tidak akan memiliki rasa takut untuk melakukan fantasi seksual demi terwujudnya keinginannya.

Beberapa tahun terakhir ini banyak fenomena-fenomena fantasi seksual yang menyimpang terjadi dikalangan masyarakat, khususnya dikalangan remaja. Tahun 2017 tercatat ada kasus sepasang remaja Di Lotte Mart Pakuwon Mall Surabaya berbuat mesum di kamar pas. Dhanang, seorang Sekjen Perlindungan Anak menjelaskan bahwa perbuatan yang dilakukan oleh remaja ini merupakan dampak dari globalisasi serta karena kebingungan hasrat seksnya tidak tersalurkan setelah berfantasi. Di Surabaya tahun 2018, terjadi kasus seksual menyimpang yang di dorong oleh adanya fantasi seksual pelaku, faktor ekonomi, dan faktor lingkungan di media sosial. Sedangkan di Sumatera Utara tahun 2023, seorang remaja SMA melakukan pencabulan terhadap anak berusia 4 tahun setelah dirinya menonton video-video porno diponselnya. Fenomena lainnya terjadi di Jawa Tengah, 5 remaja yang terpaksa menjalani terapi di Bangsal Jiwa Rumah Sakit Umum Daerah Dokter Soewondo Pati, akibat kecanduan game online dan konten video porno. Kelima remaja ini merupakan korban perudungan yang dipaksa oleh pelaku perudungan untuk menonton konten video porno kemudian diminta untuk menirukan adegan yang ada di film tersebut. Hal ini terjadi terus-menerus sehingga berakibat pada korban melakukan tindakan tidak terpuji kepada teman perempuannya.

Individu yang memiliki fantasi seksual adalah suatu hal yang wajar, karena banyak penelitian yang menjelaskan bahwa tidak sedikitnya individu yang memiliki fantasi seksual dan ada beberapa faktor yang membentuk fantasi seksual individu dipengaruhi oleh pengalamannya dimasa lalu (Amin, Defriansyah, 2021), contohnya ketika individu merasa terangsang setelah melihat objek-objek tertentu. Selain itu, pengalaman seksual atau penggambaran dari hal-hal yang dibaca dan film mampu membangun fantasi seksual inidvidu. Sedangkan menurut Andrasik (dalam Ulitua, Soen, dan Hardjasasmita, 2021) fantasi seksual yang menyimpang muncul karena adanya faktor psikologis-oedipus *complex* dan *conditioning* serta faktor sosial-budaya, yaitu kekerasan seksual pada masa anak-anak serta kurangnya relasi intim antara orang tua dan anak.

Sehingga, dalam hal ini penting bagi remaja untuk mengembangkan kontrol diri terhadap fantasi seksual yang menyimpang. Menurut Averill (Ghufron & Risnawati, 2011) kontrol diri ialah variabel psikologis yang sederhana dimana didalamnya tercakup tiga konsep yang berbeda yaitu kemampuan mengontrol diri seperti kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan dalam mengelola informasi yang diinginkan dengan menginterpretasi serta kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Kontrol diri berperan penting dalam perkembangan remaja untuk membatasi apa yang dilihatnya dengan tindakan yang akan dilakukan terhadap konten seksual (Rinta, 2015). Kontrol diri remaja berkaitan dengan perubahan emosional remaja dalam pencarian dan pembentukan jati diri.

Remaja yang memiliki kontrol diri tinggi tentu mampu mengatur dan mengarahkan tindakannya kepada hal yang positif sedangkan kontrol diri yang rendah tentu akan membuat remaja sulit dalam mengendalikan tindakannya (Puspitadesi, 2013). Apabila remaja memiliki kontrol diri tinggi maka akan dapat mengendalikan fantasi seksual dan intensitas penggunaan gadgetnya (Leonardhi, 2018). Kemampuan individu untuk menghindari perilaku yang menyimpang dapat dikatakan memiliki kontrol diri yang baik karena individu dapat mengelola perilakunya. Sebaliknya, individu yang tidak memiliki kemampuan kontrol diri yang rendah akan mengarah kepada ketidaksanggupan individu untuk mengelola perilakunya sehingga tidak dapat menghindari godaan dari impuls yang datang padanya.

Berdasarkan uraian diatas, banyak sekali terjadinya kasus fantasi seksual menyimpang akibat dari rendahnya kontrol diri individu. Oleh karena itu, perlu ditingkatkannya pengetahuan terkait pentingnya kontrol diri yang baik sebagai bentuk pencegahan terjadinya fantasi seks yang menyimpang. Informasi yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan ini akan disajikan dalam

bentuk psikoedukasi. Dalam buku kode etik Himpunan Psikologi Indonesia (2010), psikoedukasi didefinisikan sebagai kegiatan yang dilakukan untuk: a) meningkatkan pemahaman dan keterampilan sebagai usaha pencegahan dari munculnya atau meluasnya gangguan psikologis di suatu kelompok, komunitas, dan masyarakat, b) meningkatkan pemahaman bagi lingkungan terutama keluarga tentang gangguan yang dialami seseorang setelah menjalani psikoterapi, c) psikoedukasi dapat berupa pelatihan dan non pelatihan. Penelitian ini bertujuan untuk mewujudkan program KAP (*Know-And-Practice*) yaitu program yang memiliki output pemahaman dan penerapan kontrol diri terhadap fantasi seksual pada remaja. Tujuan program ini agar subjek mampu meningkatkan pemahaman terkait pentingnya kontrol diri yang baik sebagai bentuk pencegahan terjadinya fantasi seks yang menyimpang disuatu kelompok, komunitas, dan masyarakat sehingga ilmu dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari baik bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitar dan penelitian ini juga bertujuan untuk melihat seberapa besar pengaruh psikoedukasi tersebut pada masing-masing aspek dalam penelitian.

METODE PENELITIAN

Metode pelaksanaan pada kegiatan ini disajikan dalam bentuk psikoedukasi dengan istilah KAP (*Know-And-Practice*). KAP merupakan tujuan dari dilaksanakannya kegiatan psikoedukasi terhadap subjek, yaitu agar subjek menjadi tahu dan dapat mengaplikasikan ilmu yang di dapat saat pelaksanaan kegiatan dalam kehidupan sehari-hari. Perencanaan program pada kegiatan dilakukan berdasarkan identifikasi masalah yang menjadi topik pada penelitian ini. Psikoedukasi merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan sebagai usaha pencegahan (*Preventif*) dari munculnya dan atau meluasnya gangguan psikologis di suatu kelompok, komunitas, dan masyarakat (Kode Etik Psikologi, dalam Kusumastuti 2017). Intervensi yang diberikan tidak hanya memberikan informasi-informasi penting terkait dengan permasalahan subjek tetapi juga mengajarkan keterampilan-keterampilan yang dianggap penting bagi subjek untuk menghadapi situasi permasalahan. Psikoedukasi yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah psikoedukasi seks terkait pentingnya kontrol diri yang baik sebagai bentuk pencegahan terjadinya fantasi seks yang menyimpang. Menurut Umami (2017) tujuan psikoedukasi seks adalah untuk mendorong keterampilan atau kecakapan, sikap, kecenderungan, perilaku, dan refleksi kritis terhadap pengalaman pribadi

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah metode Psikoedukasi dengan tema program KAP (*Know-And-Practice*), dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kontrol diri terhadap fantasi seksual. Intervensi yang dilakukan berupa psikoedukasi dengan prinsip pencegahan (*Primary Prevention*) yaitu pencegahan dini yang didasarkan pada kelompok individu yang belum mengalami suatu gejala gangguan tertentu. Rancangan penelitian menggunakan pendekatan pendekatan eksperimen kuantitatif dengan desain penelitian *pre-experimental one group pre-test post-test*. Partisipan penelitian ini adalah remaja, dengan karakteristik partisipan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: 1) remaja berusia 16-20 tahun, 2) bersedia mengikuti keseluruhan proses intervensi dengan mengisi *informed consent*. Subjek pada penelitian ini terdiri dari 15 remaja laki-laki dengan usia 16-20 tahun.

Alat ukur utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kontrol diri yang dikembangkan berdasarkan aspek-aspek kontrol diri menurut Averill (Ghufron & Risnawati, 2011) yaitu kontrol kognitif, kontrol perilaku, kontrol pengambilan keputusan, dimana alat ukur ini diadaptasi dari skala perilaku seksual menurut Sarwono (2008). Total item dalam skala ini adalah 15 item yang terdiri dari 8 item Favorable dan 7 item Unfavorabel. Metode penskalaan yang digunakan dalam penelitian ini adalah model *summated rating scale* yang disajikan dengan menggunakan empat alternatif jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS) atau Selalu (SL), Sesuai (S) atau sering (SR), Tidak Sesuai (TS) atau Jarang (J), Sangat Tidak Sesuai (STS) atau Tidak Pernah (TP). Masing-masing alternatif jawaban memiliki skor yang berbeda. Skor bergerak dari angka 1 sampai 4 dengan 4 pilihan jawaban yaitu Sangat sesuai (SS), Sesuai(S), Tidak Sesuai(TS), Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tahap pelaksanaan dalam penelitian ini yaitu: a) Tahap pertama, memberikan gambaran analisis masalah/fenomena umum yang terjadi mengenai fantasi seksual menyimpang akibat dari kontrol diri yang rendah, b) Tahap kedua, proses intervensi yang diberikan yaitu psikoedukasi dengan

istilah KAP (*Know-And-Practice*) terkait “Pentingnya self-control sebagai upaya preventif meminimalisir terjadinya fantasi seksual menyimpang pada remaja”, di mana pada awal pelaksanaan terlebih dahulu dilakukan persamaan persepsi dengan melakukan pretest untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan siswa tentang pentingnya kontrol diri dan dampaknya terhadap fantasi seksual menyimpang, setelah itu pemateri menguraikan materinya dengan cara ceramah, tanya jawab dan diskusi. c) Tahap ketiga adalah melakukan evaluasi atau review, setelah pemateri menyampaikan materinya untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pengetahuan peserta terhadap materi yang telah dipaparkan maka dilakukan proses evaluasi melalui posttest.

Metode analisis data yang digunakan untuk melihat efektivitas psikoedukasi dengan istilah KAP (*Know-And-Practice*) adalah dengan Uji Independent Sample t-test untuk mengetahui perbedaan pengaruh psikoedukasi terkait pentingnya Kontrol diri sebagai upaya preventif meminimalisir terjadinya fantasi seksual menyimpang pada remaja dan juga menghitung effect size yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh psikoedukasi tersebut pada masing-masing aspek.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden penelitian ini adalah Remaja SMA yang tergabung kedalam komunitas *skateboard* sebanyak 15 orang. Penelitian ini dilakukan di Agam yang merupakan sebuah kabupaten terletak di provinsi Sumatera Barat. Selanjutnya tahap dari penelitian ini adalah peneliti melakukan uji normalitas untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data, untuk itu sebelum menggunakan teknik parametris kenormalan data harus diuji terlebih dahulu menggunakan program SPSS 25 for windows dengan rumus *Chi-Square*.

Tabel 1. Uji Normalitas

Kolmogrov-Smornov			
	Statistic	df	Sig.
Pretest	.188	15	.162
posttest	.190	15	.152

Berdasarkan tabel 1. hasil uji normalitas diketahui nilai signifikansi 0.162 dan 0.152 > 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

Tahap selanjutnya peneliti melakukan uji homogenitas yaitu pengujian mengenai sama tidaknya variansi-variansi dua buah distribusi atau lebih. Uji homogenitas biasanya digunakan sebagai syarat dalam analisis independen sample T Test dan Anova.

Tabel 2. Uji Homogenitas

	df1	df2	Sig.
Based on mean	1	28	.101

Berdasarkan hasil uji homogenitas diketahui nilai signifikansi 0.101 > 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi homogeny. Setelah dilakukan uji homegenitas maka selanjutnya menggunakan uji independent t-test.

Tabel 3. Uji Independent Sample t-test

	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)
Equal variances assumed	2.879	.101	4.097	28	.000

Berdasarkan hasil uji independent t-test diketahui nilai signifikansi 0.000 < 0.05, maka hipotesis nol (H0) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima. Hal ini berarti membuktikan bahwa

variabel independen memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel dependen. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah metode psikoedukasi dengan istilah KAP (*Know-And-Practice*), dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kontrol diri terhadap fantasi seksual.

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk melihat efektivitas metode KAP (*Know-And-Practice*) terhadap peningkatan pemahaman terkait pentingnya kontrol diri terhadap pencegahan fantasi seksual menyimpang pada remaja SMA. Penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa metode KAP (*Know-And-Practice*) efektif dalam meningkatkan self-control dalam fantasi seksual pada diri remaja usia 16-20 di kabupaten agam. Dalam penelitian ini upaya yang dilakukan peneliti dalam mengatasi permasalahan ini yaitu dengan mewujudkan istilah KAP (*Know-And-Practice*) dalam penelitian, yaitu agar subjek mampu meningkatkan pemahaman terkait pentingnya kontrol diri yang baik sebagai bentuk pencegahan terjadinya fantasi seks yang menyimpang di suatu kelompok, komunitas, dan masyarakat sehingga ilmu dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari baik bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitar dan penelitian ini juga bertujuan untuk melihat seberapa besar pengaruh psikoedukasi tersebut pada masing-masing aspek dalam penelitian.

Dari hasil statistik diatas disimpulkan bahwa metode psikoedukasi dengan istilah KAP(*Know-And-Practice*) berpengaruh terhadap meningkatkan pemahaman terkait pentingnya kontrol diri yang baik sebagai bentuk pencegahan terjadinya fantasi seks yang menyimpang di suatu kelompok, komunitas, dan masyarakat sehingga ilmu dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari baik bagi diri sendiri maupun lingkungan sekitar.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil dari intervensi yang telah dilakukan bahwa metode psikoedukasi KAP (*Know and Practice*) efektif untuk meningkatkan pemahaman terkait pentingnya kontrol diri yang baik terhadap pencegahan fantasi seksual menyimpang. Oleh karena itu, pembaca dan peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengaplikasikan metode psikoedukasi KAP (*Know and Practice*) dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Adipati-Tindagi, M. G. K. (2013). Masa 'Adolescence' dan Postmoderitas: Tugas Perkembangan Anak Remaja Dan Ancaman Tata Nilai "New Morality" Melalui Media Televisi. *Missio Ecclesiae*, 2(2), 143-162.
- Amin, Defryanstah. "Kata Psikolog: Fantasi Seksual yang Normal." <https://www.halodoc.com/artikel/kata-psikolog-fantasi-seksual-yang-normal>. diakses 2 April 2023
- Ani, H., & Rustam, R. (2019). Fenomena Karakter Remaja Sma Kota Pontianak Dan Kajian Pada Rational Emotive Behavior Therapy (Rebt) Multikultural. *Emphaty Cons-Journal of Guidance and Counseling*, 1(1), 8-20.
- Asrori, M & Mohammad, A. (2014). Psikologi Remaja Perkembngan Peserta Didik . Jakarta: Bumi Aksara.
- Augustan, H. (2019). Tinjauan Etis Terhadap Praktik Masturbasi Dan Kaitannya Dengan Dorongan Seksual Serta Implikasinya Terhadap Keintiman Relasi Orang Percaya.
- Finta Rahyuni. Edan! Bocah 4 Tahun Dibunuh Lalu Jasadnya Dicabuli Remaja di Deli Serdang. Hukum dan Kriminal. Diakses tanggal 2 April 2023. <https://www.detik.com/sumut/hukum-dan-kriminal/d-6584519/edan-bocah-4-tahun-dibunuh-lalu-jasadnya-dicabuli-remaja-di-deli-serdang/amp>
- Ghufron, N & Risnawati, R.(2011). Teori-Teori Psikologi. Jakarta: Ar-ruzz Media.
- Himpunan Psikologi Indonesia, (HPI). (2010). Kode etik psikologi indonesia. Pengurus Pusat Himpunan Psikologi Indonesia.

- Ilham, L. (2019). Pendidikan Seksual Perspektif Islam dan Prevensi Perilaku Homoseksual. *NALAR: Jurnal Peradaban Dan Pemikiran Islam*, 3(1), 1-13.
- Kartono, Kartini. (2009). Psikologi Abnormal dan Abnormalitas Seksual. Mandar Maju. Bandung.
- Klein, Fritz. (1993). The Bisexual Option. American Institute of Bisexuality. E-Books
- Kertamukti, R., Nugroho, H., & Wahyono, S. B. (2018). Komunikasi visual: fantasi tubuh wanita kelas menengah di Instagram. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 6(2), 231-246.
- Kusumastuti, W. (2017). Pengaruh metode psikoedukasi terhadap perilaku seksual pranikah pada remaja putri. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2).
- Leonardhi, A. (2018). *Hubungan kontrol diri dengan kecenderungan perilaku mengakses situs porno pada remaja* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).
- Mulati, D., & Lestari, D. I. (2019). Hubungan Penggunaan Media Sosial dan pengaruh teman sebaya dengan perilaku seksual remaja. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 3(1), 24-34.
- Nasution, N. W. (2018). Hubungan Keterampilan Sosial dengan Celebrity Worship pada Remaja di Komunitas Korean Cultural Centre Medan
- Ni Made Lastris Karsiani Putri. Fenomena Alter, Fantasi Seksual Berlebihan-Penyimpangan Norma. Berita. Diakses tanggal 2 April 2023. <https://www.detik.com/bali/berita/d-6232455/fenomena-alter-fantasi-seksual-berlebihan-penyimpangan-norma>
- Pinem, A. F. (2018). Psikologi Komunikasi Remaja Terhadap Konsep Diri di Kalangan Komunitas Cosplayer Medan. *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi*, 2(2), 216-230.
- Pradani, F. E. (2018). Hubungan Upaya Preventif Dalam Seksual Menyimpang Pada Remaja Dengan Resiko Penyimpangan Seksual di SMK 1 Jombang (Doctoral dissertation, STIKes Insan Cendekia Medika Jombang).
- Purnamasari, E. F., Yuliadi, I., & Karyanta, N. A. (2015). Hubungan antara kematangan emosi dan religiusitas dengan frekuensi masturbasi pada siswa kelas XI SMK Katolik St. Mikael Surakarta. *Wacana*, 7(1).
- Puspitadesi, D. I., Yuliadi, I., & Nugroho, A. A. (2013). Hubungan antara figur kelekatan orangtua dan kontrol diri dengan perilaku seksual remaja SMA Negeri 11 Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajawa*, 1(4).
- Rinta, L. (2015). Pendidikan seksual dalam membentuk perilaku seksual positif pada remaja dan implikasinya terhadap ketahanan psikologi remaja. *Jurnal Ketahanan Nasional*, 21(3), 163-174.
- Sarwono, S. . (2008). Psikologi Remaja Edisi Revisi. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sofyan C. 9 Kasus Seks Menyimpang Terungkap di Surabaya. Metropolitan. Diakses tanggal 2 April 2023. <https://www.jawapos.com/metropolis/0153691/9-kasus-seks-menyimpang-terungkap-di-surabaya>
- Ulitua, A. E., Soen, C. C., & Hardjasasmita, I. M. (2021). A literature review of sexual deviation. *Jurnal Muara Medika dan Psikologi Klinis*, 1(1), 10-16.
- Umami, U. R. (2017). *Psikoedukasi Untuk Pembentukan Sikap Positif Orang Tua Dalam Pemberian Pendidikan Seks Pada Anak Usia 10-11 Tahun* (Doctoral dissertation, University of Muhammadiyah Malang).