



## Perbandingan Tingkat Kecemasan pada Siswa yang Terpapar dan Tidak Terpapar Pornografi di SMA X Kota Medan

Rara Rizana\*<sup>1</sup>, Nanda Sari Nuralita<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Fakultas Kedokteran, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia

[rararizanaa@gmail.com](mailto:rararizanaa@gmail.com)<sup>1</sup>, [nandasari@umsu.ac.id](mailto:nandasari@umsu.ac.id)<sup>2</sup>

Alamat: Jl. Kapten Muchtar Basri No.3, Glugur Darat II, Kec. Medan Tim., Kota Medan, Sumatera Utara 20238

Korespondensi penulis : [rararizanaa@gmail.com](mailto:rararizanaa@gmail.com)\*

**Abstract.** Anxiety is an unpleasant feeling, such as excessive worry, fear, and helplessness, which can interfere with daily activities. helplessness, which can interfere with daily activities. In Indonesia, anxiety is ranked as the second highest mental disorder. One of the triggering factor is exposure to pornography, which is now easily accessed by children and adolescents through technological developments. Indonesia ranks third in global pornography access. Research shows that pornography addiction can increase the risk of anxiety by up to 13.5% in adolescents aged 18 years and above. This exposure affects the brain, mental and behavior of children and adolescents. This study used an analytic design observational design with a cross-sectional study approach. The sample consisted of 207 students of SMA X Medan City who were selected using the Probability Sampling method with Simple Random Sampling technique. Primary data were collected through an online questionnaire online using Google Form. Hasil: Respondents were dominated by students aged 17 years old (60.5%) and the majority were female (67.1%). Level of level of mild anxiety was the most dominant, both in students who were exposed to pornography (24.3%) and those not exposed (32.4%). Statistical analysis statistical analysis showed a significant difference in anxiety levels between students exposed to pornography with those not exposed ( $P = 0.000$ ;  $P < 0.05$ ). There is a significant difference in anxiety levels between students exposed to and not exposed to pornography in SMA X Medan City. This finding highlights the importance of prevention and intervention efforts against pornography exposure in exposure to pornography in adolescents to reduce the risk of anxiety

**Keywords:** Anxiety, Anxiety Level, Pornography, Exposure to Pornography.

**Abstrak.** Kecemasan merupakan perasaan tidak menyenangkan, seperti khawatir berlebihan, takut, dan tidak berdaya, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Di Indonesia, kecemasan menduduki peringkat kedua sebagai gangguan mental tertinggi. Salah satu faktor pemicunya adalah paparan pornografi, yang kini mudah diakses oleh anak-anak dan remaja melalui perkembangan teknologi. Indonesia menempati peringkat ketiga dalam akses pornografi global. Penelitian menunjukkan bahwa kecanduan pornografi dapat meningkatkan risiko kecemasan hingga 13,5% pada remaja berusia 18 tahun ke atas. Paparan ini memengaruhi otak, mental, dan perilaku anak maupun remaja. Penelitian ini menggunakan desain analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional study. Sampel terdiri dari 207 siswa SMA X Kota Medan yang dipilih menggunakan metode Probability Sampling dengan teknik Simple Random Sampling. Data primer dikumpulkan melalui kuesioner daring menggunakan Google Form. Hasil: Responden didominasi oleh siswa berusia 17 tahun (60,5%) dan mayoritas berjenis kelamin perempuan (67,1%). Tingkat kecemasan ringan adalah yang paling dominan, baik pada siswa yang terpapar pornografi (24,3%) maupun yang tidak terpapar (32,4%). Analisis statistik menunjukkan perbedaan signifikan tingkat kecemasan antara siswa yang terpapar pornografi dengan yang tidak terpapar ( $P = 0,000$ ;  $P < 0,05$ ). Terdapat perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan antara siswa yang terpapar dan tidak terpapar pornografi di SMA X Kota Medan. Temuan ini menyoroti pentingnya upaya pencegahan dan intervensi terhadap paparan pornografi pada remaja guna mengurangi risiko kecemasan.

**Kata kunci:** Kecemasan, Tingkat Kecemasan, Pornografi, Paparan Pornografi.

## **1. LATAR BELAKANG**

Kecemasan atau ansietas (anxiety) merupakan masalah mental yang paling umum diderita orang di seluruh dunia. Berdasarkan data World Health Organization (WHO) pada tahun 2017, dari keseluruhan populasi global diperkirakan terdapat 284 juta jiwa yang menderita ansietas. Masalah ansietas terus mengalami peningkatan yang pesat dari tahun ke tahun. Dari data Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) pada tahun 2017, ansietas menduduki peringkat kedua dari sepuluh besar penyakit mental tertinggi di Indonesia. Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2007, prevalensi tertinggi gangguan mental terjadi pada usia 18 tahun hingga lansia, dari keseluruhan penderita gangguan mental, diperkirakan sebanyak 11,6% memiliki kondisi gangguan mental emosional, yaitu kecemasan dan depresi. Merujuk definisi ansietas menurut *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V-TR)*, kecemasan ansietas atau adalah perasaan yang tidak jelas, rasa tidak menyenangkan, khawatir berlebihan, takut, terkejut dan tidak berdaya yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari. Ansietas adalah akibat yang muncul karena tubuh menerima sinyal bahaya yang terdeteksi sebagai suatu hal yang mengancam (stressor).<sup>5</sup> Tidak hanya memberikan dampak pada kesehatan psikis, ansietas atau kecemasan yang dialami dalam jangka panjang juga dapat memberikan dampak yang buruk bagi kesehatan, diantaranya memberikan efek peningkatan terhadap kadar gula darah dan kolesterol. Seiring dengan perkembangan teknologi dan media yang kian pesat, saat ini terdapat kemudahan dalam mengakses dan memperoleh informasi dari seluruh dunia, termasuk dalam mengakses konten pornografi, kegiatan ini dapat dilakukan kapan saja dan di mana saja. Dengan kemudahan ini, pornografi tidak hanya di konsumsi oleh orang dewasa melainkan dapat dengan bebas di akses oleh anak-anak dan para remaja. Akibatnya tingkat konsumsi konten pornografi semakin lama semakin meningkat. Indonesia sendiri menempati peringkat ketiga sebagai negara dengan akses pornografi terbanyak di dunia.

Dari beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan pada pelajar SMP dan SMA di 12 kota besar di Indonesia tahun 2013, tercatat sekitar 97% anak pernah mengakses dan menonton pornografi melalui internet. Kemudian pada penelitian tahun 2019, terdapat sekitar 94,5% siswa pernah mengakses dan menonton pornografi melalui berbagai media. Media dengan akses tertinggi adalah media internet yang mencapai 80% dan sisanya melalui media komik, buku, majalah, film, game dan media-media lainnya. Paparan pornografi ini lama kelamaan akan menyebabkan seseorang masuk ke tahap kecanduan, terutama pada remaja yang masih dalam usia pubertas. Dari hasil penelitian lainnya yang dilakukan oleh Christina Camilleri pada tahun 2021 terhadap remaja yang berusia 18 tahun keatas, ditemukan prevalensi kecemasan,

depresi dan stress yang diakibatkan karena kecanduan menonton pornografi mencapai hingga 13,5%. Paparan pornografi pada anak dan remaja, baik yang disengaja maupun tidak disengaja akan sangat berpengaruh pada otak, mental dan perilaku. Dari berbagai penelitian diketahui bahwa menonton pornografi memiliki efek yang lebih parah daripada efek mengkonsumsi obat dan zat-zat terlarang (NAPZA). Saat menonton pornografi, maka sistem limbik akan menyekresikan neurotransmitter di otak yang disebut dopamin, dopamin ini akan membuat seseorang merasa senang, euforia dan kecanduan. Menonton pornografi dalam jangka panjang dapat membuat fungsi dari PFC mengalami gangguan dan kemudian mengerut, akhirnya kondisi ini akan menyebabkan gangguan dalam kehidupan sehari-hari, yaitu terjadinya masalah pada mental dan perilaku.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik observasional menggunakan desain penelitian cross-sectional study. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi di SMA X Kota Medan. Penelitian ini dilakukan dengan memberikan kuesioner secara online dengan menggunakan google form yang disebarluaskan melalui whatsapp kepada siswa dan siswi di SMA X Kota Medan. Data yang dikumpulkan meliputi data tingkat kecemasan menggunakan kuesioner Beck Anxiety Inventory (BAI) dan paparan pornografi menggunakan kuesioner sosiodemografi. Sampel dikumpulkan menggunakan metode Probability Sampling teknik Simple Random Sampling. Sampel minimal berjumlah 207 orang yang diperoleh dari rumus besar sampel slovin. Data dianalisis menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji chi-square, apabila uji chi-square tidak memenuhi syarat maka digunakan uji alternatif menggunakan uji fisher exact. Data yang dikumpulkan diolah menggunakan Statistics Product and Service Solution (SPSS).

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

**Tabel 1.** Distribusi frekuensi karakteristik

NO	Karakteristik	n	%
1.	<b>Usia</b>		
	16 Tahun	32	15.2
	17 Tahun	127	60.5
	18 Tahun	48	22.9
	18 Tahun	3	1.4
2.	<b>Jenis Kelamin</b>		

Laki-laki	69	32.9
Perempuan	141	67.1
<b>Total</b>	<b>210</b>	<b>100</b>

Sumber : Hasil Olahan Data, 2022

Berdasarkan tabel 1 diatas, usia responden terbanyak adalah 17 tahun sebanyak 127 responden (60.5%). Pada jenis kelamin, responden paling banyak berjenis kelamin perempuan yaitu 141 responden (141%).

**Perbedaan Tingkat Kecemasan**

**Tabel 2.** Perbedaan tingkat kecemasan antara yang terpapar pornografi dengan tidak terpapar pornografi

Paparan Pornografi	Kecemasan				Total	P-Value
	Normal		Ringan			
	n	%	n	%		
Terpapar	11	5.2	51	24.3	0.000	
Tidak Terpapar	23	11	68	32.4		
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>16.2</b>	<b>119</b>	<b>56.7</b>		

  

Paparan Pornografi	Kecemasan				Total	P-Value
	Sedang		Berat			
	n	%	n	%		
Terpapar	38	18.1	5	2.4	105	0.000
Tidak Terpapar	14	6.7	0	0	105	
<b>Total</b>	<b>52</b>	<b>24.8</b>	<b>5</b>	<b>2.4</b>	<b>210</b>	

Sumber : Hasil Olahan Data, 2022

Berdasarkan tabel 2 di atas, diperoleh informasi bahwa responden yang terpapar pornografi sebanyak 105 responden dan tidak terpapar pornografi sebanyak 105 responden, tingkat kecemasan ringan memperoleh hasil paling banyak dengan rincian responden paling banyak terpapar pornografi pada tingkat kecemasan ringan sebanyak 51 orang (24.3%) , sedangkan tingkat kecemasan ringan pada responden yang tidak terpapar pornografi sebanyak 68 orang (32.4%). Selain itu, nilai signifikan yang didapatkan melalui uji fisher exact menunjukkan P = 0.000, nilai P< 0.05, artinya terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara siswa yang terpapar pornografi dengan siswa yang tidak terpapar pornografi di SMA X Kota Medan.

### Proporsi Tingkat Kecemasan

**Tabel 3.** Proporsi tingkat kecemasan pada siswa

Sumber : Hasil Olahan Data, 2022

Tingkat Kecemasan	n	%
Normal	34	16.2
Ringan	119	56.7
Sedang	52	24.8
Berat	5	2.4
<b>Total</b>	<b>210</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3, tingkat kecemasan ringan memiliki responden terbanyak yaitu 119 responden dengan persentase 56.7%.

### Proporsi Paparan Pornografi

**Tabel 4.** Proporsi paparan pornografi pada siswa

Paparan Pornografi	n	%
Terpapar	105	50
Tidak Terpapar	105	50
<b>Total</b>	<b>210</b>	<b>100</b>

Sumber : Hasil Olahan Data, 2022

Berdasarkan tabel 4, responden yang terpapar pornografi sebanyak 105 responden (50%), dan responden yang tidak terpapar pornografi sebanyak 105 responden (50%).

## 4. PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian, populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas 12 di salah satu SMA di Kota Medan yang berjumlah 210 responden, dengan rincian 105 responden adalah siswa yang terpapar pornografi dan 105 responden adalah siswa yang tidak terpapar pornografi. Dari hasil penelitian dijumpai perbedaan yang bermakna antara siswa yang terpapar pornografi dengan siswa yang tidak terpapar pornografi dengan nilai signifikan  $P = 0.000$ . Hal ini dapat dilihat dari tingkat kecemasan pada siswa yang terpapar dengan siswa yang tidak terpapar pornografi. Tingkat kecemasan dengan jumlah paling tinggi di antara siswa yang terpapar pornografi adalah tingkat kecemasan ringan yakni sebanyak 51 responden (24,3%), hal serupa juga terjadi pada siswa yang tidak terpapar pornografi dimana tingkat kecemasan ringan memperoleh jumlah yang paling banyak yaitu mencapai 68 responden (32.4%). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Svedin, yang menyatakan bahwa kecemasan dapat disebabkan oleh paparan pornografi pada siswa. Dalam penelitiannya, Svedin memperoleh hasil bahwa remaja yang tumbuh dengan tontonan pornografi memiliki dampak yang buruk terhadap kesehatan mental, terutama

kecemasan. Berdasarkan penelitian lain yang dilakukan oleh Beiter, siswa yang terpapar konten pornografi dilaporkan mengalami indikasi gejala depresi berat dan sangat parah, kecemasan dan stres, dengan persentase yang meningkat dari tahun-tahun sebelumnya. Semakin tinggi konsumsi konten pornografi maka semakin berat pula gejala depresi yang dialami. Ketika individu mulai terpapar konten pornografi, maka akan muncul keinginan yang mendorong tingkah laku individu tersebut untuk menyalurkan hasrat seksual berdasarkan konten pornografi yang telah ditontonnya. Akibatnya, ketika keinginan seksual yang dirasakan tidak dapat dipenuhi atau tersalurkan dalam bentuk yang tidak tepat, seseorang dapat merasa cemas dan frustrasi. Dari hasil penelitian, rentang usia responden dalam penelitian ini adalah 16 tahun, 17 tahun, 18 tahun dan 19 tahun. Responden paling banyak adalah responden yang berusia 17 tahun yaitu sebanyak 127 responden (60.5%). Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Arnal, secara umum hampir tidak ada variasi apa pun dalam konsumsi konten pornografi berdasarkan usia.<sup>17</sup> Namun, dalam penelitian lain disebutkan bahwa secara signifikan anak laki-laki dilaporkan mulai terpapar konten pornografi sejak usia pra-remaja yaitu usia 9-13 tahun yang merupakan periode paparan pertama pornografi pada laki-laki. Sedangkan pada perempuan, waktu paparan pertama baru dimulai sejak usia remaja yaitu usia 14-17 tahun. Selain itu, berdasarkan penelitian oleh Kohut dan Štulhofer, diperoleh informasi bahwa anak yang menonton pornografi pada pertengahan usia remaja hingga akhir masa remaja dapat berkontribusi terhadap masalah psikologis yang merugikan seperti kecemasan ataupun depresi. Berdasarkan hasil dalam penelitian, responden terdiri dari 141 orang perempuan (67,1%) dan 69 orang laki-laki (32,9%), dalam penelitian ini tidak dapat dibedakan proporsi paparan pornografi berdasarkan jenis kelamin, namun dari penelitian yang dilakukan oleh Maisya dan Masitoh menyatakan bahwa laki-laki lebih berisiko 3 kali lipat terpapar pornografi dibandingkan perempuan. Dimana laki-laki terpapar pornografi pada usia yang lebih muda, lebih sering dan lebih lama. Hal ini dapat dipengaruhi oleh sifat remaja laki-laki sendiri, yaitu relatif lebih aktif dan agresif dalam mencari atau saling berbagi konten pornografi. Perbedaan efek paparan pornografi pada laki-laki dan perempuan diakibatkan adanya perbedaan rangsangan seksual yang dapat meningkatkan libido. Libido atau nafsu birahi merupakan munculnya keinginan akan tubuh lawan jenis dengan tujuan akhir melakukan hubungan seksual. Menurut penelitian lain oleh Hutagulung, tingkat adiksi pornografi pada perempuan berada pada tingkat rekreasi, sedangkan pada laki-laki berada pada tingkat lebih parah, berbahaya dan berisiko, mereka mencari konten pornografi untuk memenuhi kebutuhan dan bahkan sampai pada tingkat kecanduan. Perbedaan lain antara laki-laki dan perempuan adalah perempuan terpapar konten pornografi secara tidak sengaja, sedangkan laki-laki terungkap

mengakses konten pornografi karena kebutuhan dan keingintahuan pribadi. Baik laki-laki maupun perempuan menggunakan *smartphone* sebagai alat akses utama dalam memperoleh dan menonton konten pornografi.

## 5. KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah terdapat perbedaan tingkat kecemasan antara siswa yang terpapar pornografi dengan siswa yang tidak terpapar konten pornografi di SMA X Kota Medan. Tingkat kecemasan pada siswa yang terpapar pornografi paling banyak adalah tingkat kecemasan ringan (24.3%) dan tingkat kecemasan pada siswa yang tidak terpapar pornografi paling banyak adalah tingkat kecemasan ringan (32.4%).

## DAFTAR REFERENSI

- Agastya, I. G. N., Siste, K., Nasrun, M. W., & Kusumadewi, I. (2020). Cybersex addiction: An overview of the development and treatment of a newly emerging disorder. *Medical Journal of Indonesia*, 29(2), 233–241.
- Alarcon, R. D., Iglesia, J. I., Casado, N. M., & Montejo, A. L. (2019). Online porn addiction: What we know and what we don't—a systematic review. *J. Clin. Med.*, 8, 1–20.
- Arnal, R. B., et al. (2022). Pornography consumption in people of different age groups: An analysis based on gender, contents, and consequences. *Journal of Sexuality Research and Social Policy*, 1–14.
- Azzahra, F., Oktarlina, R. Z., & Hutasoit, H. B. K. (2020). Farmakoterapi gangguan ansietas dan pengaruh jenis kelamin terhadap efikasi antiansietas. *JIMKI*, 6(1), 96–101.
- 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. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–24.
- Elviani, N., Nuralita, N. S., & Effendy, E. (2021). Hubungan gangguan ansietas terhadap peningkatan kadar kolesterol pada pasien ansietas yang berobat jalan di RSUD Madani Medan. *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 6(2).
- Hitalessy, R. Z. M., & Damariyanti, M. (2022). Kontrol diri dan perilaku cybersex pada pengguna akun media sosial alter. *Jurnal Psikologi*, 15(1), 172–186.
- Imawati, D., & Sari, M. T. (2018). Studi kecanduan pornografi pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 1(2), 56–62.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Situasi kesehatan jiwa di Indonesia. *RISKESDAS*, 3–7.
- Kohut, T., & Štulhofer, A. (2018). Is pornography use a risk for adolescent wellbeing? An examination of temporal relationships in two independent panel samples. *PLoS ONE*, 13(8), 1–20.

- Maisya, I. B., & Masitoh, S. (2019). Derajat keterpaparan konten pornografi pada siswa SMP dan SMA di DKI Jakarta dan Banten Indonesia. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 10(2), 117–126.
- Nafiah, R. W., & Nuralita, N. S. (2021). Hubungan antara gangguan ansietas terhadap peningkatan KGD sewaktu pada pasien gangguan ansietas yang berobat jalan di RSU Madani Medan. *Jurnal Ilmiah Maksitek*, 6(2).
- Narmandakh, A., Roest, A. M., Jonge, P. D., & Oldehinkel, A. J. (2020). Psychosocial and biological risk factors of anxiety disorders in adolescents: A TRAILS report. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 30, 1969–1982.
- Prajogo, S. L., & Yudiarso, A. (2021). Metaanalisis efektivitas Acceptance and Commitment Therapy untuk menangani gangguan kecemasan umum. *Psikologika*, 26(1), 85–100.
- Setyawati, R., Hartini, N., & Suryanto. (2020). The psychological impacts of internet pornography addiction on adolescents. *Humaniora*, 11(3), 235–244.
- Štulhofer, A., Tafro, A., & Kohut, T. (2019). The dynamics of adolescents' pornography use and psychological well-being: A six-wave latent growth and latent class modeling approach. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 28(12), 1567–1579.
- Sutatminingsih, R., Joesetta, M. R., & Tuapattinaja. (2019). Psikoedukasi pencegahan adiksi pornografi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 1(2), 45–51.
- Svedin, C. G., et al. (2022). Associations between adolescents watching pornography and poor mental health in three Swedish surveys. *Journal of European Child & Adolescent Psychiatry*, 1–16.
- Vibriyanti, D. (2020). Kesehatan mental masyarakat: Mengelola kecemasan di tengah pandemi COVID-19. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 69–74.