

Efektivitas Layanan Bimbingan Kelompok Teknik *Problem Solving* Dalam Mencegah Perilaku PMO (*Porn, Masturbation, And Orgasm*) pada Mahasiswa BKPI UINSU

Mhd Halim Yusri¹

Alfin Siregar²

Ade Chita Putri Harahap³

^{1/2/3}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Jl. William Iskandar Ps.

V, Medan Estate, Kec. Percut Sei Tuan, Kabupaten Deli Serdang,

Sumatera Utara 20371

halimyusri07@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku PMO (*Porn, Masturbation, and Orgasm*) merupakan salah satu bentuk perilaku kompulsif yang kian marak terjadi di kalangan mahasiswa, terutama seiring dengan kemudahan akses terhadap konten pornografi di era digital. PMO dapat berdampak negatif terhadap kesehatan psikologis, sosial, dan akademik mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Problem Solving* model *IDEAL* dalam mencegah perilaku PMO pada mahasiswa BKPI UINSU. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *quasi experiment* tipe *non-equivalent control group design*. Subjek penelitian terdiri dari 14 mahasiswa yang terbagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Instrumen penelitian berupa skala perilaku PMO yang mencakup dua aspek, yaitu frekuensi masturbasi dan fantasi seksual. Intervensi diberikan sebanyak lima kali pertemuan kepada kelompok eksperimen dengan tahapan *IDEAL*: *Identify the problem, Define the goal, Explore strategies, Anticipate outcomes and act, serta Look back and learn*. Hasil analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest pada kelompok eksperimen ($\text{sig. } 0,018 < 0,05$), sedangkan pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan signifikan ($\text{sig. } 0,273 > 0,05$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *Problem Solving* model *IDEAL* efektif dalam mencegah perilaku PMO pada mahasiswa.

Kata Kunci: Bimbingan Kelompok, *Problem Solving IDEAL*, PMO, Mahasiswa, Pencegahan Perilaku Seksual

ABSTRACT

Students raised by strict parents tend to experience difficulties in forming friendships, lack self-confidence, feel unaccepted in their environment, and experience psychological discomfort and other challenges that affect their academic performance. These issues stem from a rigid and demanding parenting style that fosters irrational thoughts and emotional pressure, making it difficult for them to adapt to the campus environment. This study aims to examine the effectiveness of group counseling using the cognitive restructuring technique in improving the adjustment ability of students with strict parents. The study employed a quasi-experimental method with a non-equivalent control group design. The participants consisted of 14 first-year students from the Islamic Guidance and Counseling Program at UINSU, selected based on the following criteria: (1) students raised by strict parents and (2) students with low adjustment ability. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test. The results showed a significant improvement in adjustment ability among students in the experimental group who received group counseling with the cognitive restructuring technique ($\text{Sig.} = 0.018 < 0.05$), while no significant change was found in the control group ($\text{Sig.} = 0.236 > 0.05$). Thus, group counseling with the cognitive restructuring technique was proven to be effective in enhancing the adjustment ability of students raised by strict parents.

Keywords: Strict Parents, Adjustment Ability, Group Counseling, Cognitive Restructuring



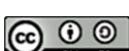
PENDAHULUAN

Era digital yang semakin berkembang saat ini, akses terhadap internet seperti media sosial, *google chrome*, *vpn*, *yandex*, dan *group – group whatsapp*, memberikan kemudahan bagi individu untuk memperoleh informasi. Namun, kemudahan ini juga disertai dengan risiko paparan konten negatif, seperti pornografi. Masalah kebebasan internet di Indonesia juga meningkat seiring membanjirnya arus informasi yang berkenaan dengan masalah yang berbau pornografi, sehingga dapat menyebabkan degredasi generasi muda. Bahkan hal ini bisa terjadi sampai di usia belia, Berasarkan data dari Komisi Perlindungan Anak (KPA) sebanyak 97% remaja pernah menonton ataupun mengakses konten pornografi. Pornografi sering kali menjadi pemicu utama dalam siklus ini, karena memberikan rangsangan visual yang merangsang otak, khususnya sistem dopamin yang terkait dengan rasa senang dan kepuasan konsumsi pornografi yang berlebihan dapat menciptakan pola ketergantungan (Gaol et al., 2023). Hal ini tentunya harus menjadi perhatian bagi pemerintah untuk gencar dalam membatasi penggunaan internet terkhusus dalam situs yang mengandung pornografi.

Mahasiswa yang tumbuh di era digital (*digital natives*) lebih terbiasa dengan penggunaan internet dibandingkan generasi sebelumnya. Dalam kehidupan akademik dan sosial mereka, teknologi menjadi alat utama dalam menjalani aktivitas sehari-hari, baik untuk belajar, berkomunikasi, maupun mencari hiburan (Hunaifi et al., 2024). Selain internet, perkembangan era digital di industri hiburan dan media juga turut berkontribusi dalam meningkatnya konsumsi pornografi. Tayangan-tayangan di berbagai platform streaming, media sosial, hingga *game online* sering kali mengandung unsur seksual yang terselubung, sehingga tanpa disadari dapat membentuk pola pikir yang lebih permisif terhadap pornografi. Bahkan, dalam beberapa kasus, mahasiswa dapat terpapar konten eksplisit tanpa disengaja, misalnya melalui iklan yang muncul saat menelusuri internet atau tautan yang dibagikan di grup media sosial. Ketersediaan pornografi saat ini sangat mudah dijangkau di era digital dapat menyebabkan kecanduan dan terganggunya fungsi otak dalam kinerja optimalnya sehingga hal ini berdampak pada normalisasi aktivitas penyimpangan seksual yang dapat menyebabkan perilaku kompulsif seperti PMO (*Porn, Masturbation, and Orgasm*) (Asbari & Isnawati, 2024).

PMO (*Porn, Masturbation, and Orgasm*) merupakan sebuah aktivitas yang berhubungan dengan kepuasan diri melalui berbagai aktivitas seksual, seperti menonton pornografi, masturbasi, hingga mencapai orgasme ataupun dengan membayangkan orang tertentu guna memuaskan gairah seksual, aktifitas yang dilakukan tersebut dapat menyebabkan kecanduan dan bisa menimbulkan efek yang negatif pada diri seseorang yang melakukannya, bahkan banyak diantara kalangan muda telah menjadikan hal tersebut sebagai hal wajar bahkan ada yang mengatakan itu merupakan suatu kebutuhan (Melia Rahma Syafitri et al., 2023). Fenomena PMO (*Porn, Masturbation, and Orgasm*) di kalangan mahasiswa sering kali tidak terdeteksi karena dianggap sebagai masalah pribadi yang tabu untuk dibicarakan. Padahal, kecanduan PMO (*Porn, Masturbation, and Orgasm*) dapat memengaruhi berbagai aspek kehidupan, seperti menurunnya rasa percaya diri, timbulnya rasa bersalah, dan penurunan produktivitas akademik (Morshe Everly Lumansik, Friedrich Feliks Bimbanaung, 2024).

Penelitian mengenai “Gambaran Perilaku Masturbasi/Onani Pada Mahasiswa di Perguruan Tinggi Kota Medan” menunjukkan bahwa dari 30 responden yang dipilih menggunakan teknik Accidental Sampling, sebanyak 19 orang (60%) terindikasi sering



melakukan perilaku tersebut secara kompulsif (Arifin, 2023). Kecanduan terhadap PMO (*Porn, Masturbation, and Orgasm*) tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga memengaruhi aspek psikologis, seperti menurunnya rasa percaya diri, gangguan konsentrasi, stres, hingga ketidakmampuan dalam mengontrol emosi. World Health Organization (WHO) yang merupakan badan Kesehatan dunia mengaklasifikasikan bahwa perilaku PMO (*Porn, Masturbation, and Orgasm*) jika dilakukan secara berlebihan dapat menjadi sumber gangguan emosional, dimana individu tidak mampu menahan dorongan seksual dalam dirinya dan kehilangan kontrol atas dirinya, dan memiliki berdampak negatif yang besar terhadap produktivitas individu dalam kehidupan sehari-hari (Ilham & Kurniawan, 2021).

Atas dasar hal itu diperlukannya tindakan pencegahan dalam menangani fenomena tersebut, melalui keilmuan bimbingan dan konseling yaitu upaya kuratif (pencegahan), upaya kuratif seorang konselor dapat memberikan bantuan dalam pengubahan perlilaku maupun konsepsi keadaan yang salah menjadi yang seharusnya (Nurhayati, 2024). Salah satu pendekatan konseling yang dikenal sebagai layanan Bimbingan Kelompok melibatkan sekelompok orang dengan tujuan untuk berbagi pengalaman, berbicara tentang masalah, dan mencari solusi bersama di bawah bimbingan seorang pemimpin kelompok atau konselor. Layanan Bimbingan Kelompok dapat memainkan peran penting dalam mencegah dampak negatif dari perlaku PMO melalui berbagai cara maupun teknik dalam pelaksanaan nya, seperti memberikan dukungan emosional membangun keterampilan *coping*, dan membantu individu mengembangkan perlaku yang lebih sehat dan produktif (Wulandari, 2020). Adapun problem solving yang digunakan dalam penelitian ini adalah *IDEAL Problem Solving* yang dikembangkan oleh Bransford dan Stein. *Problem Solving IDEAL* merupakan suatu model pemecahan masalah yang dikembangkan oleh Bransford dan Stein untuk membantu individu dalam menyelesaikan masalah secara sistematis dan efektif, Model ini memberikan kerangka berpikir yang terstruktur sehingga seseorang dapat mengidentifikasi masalah dengan jelas, mencari solusi yang tepat, dan mengevaluasi hasilnya, Pendekatan ini dirancang untuk meningkatkan keterampilan berpikir kritis dan analitis, sehingga individu mampu menghadapi berbagai tantangan dengan strategi yang lebih rasional dan terencana (Bransford, J., 1993).

Pembaharuan dalam penelitian ini terletak pada pendekatan yang tidak hanya membahas konsumsi pornografi secara terpisah, tetapi juga meneliti keseluruhan siklus PMO (*Porn, Masturbation, and Orgasm*) sebagai suatu pola kecanduan yang berulang. Penelitian sebelumnya cenderung hanya menyoroti dampak pornografi terhadap individu tanpa mengeksplorasi bagaimana perilaku masturbasi dan orgasme menjadi bagian dari siklus kompulsif yang sulit dihentikan. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika kecanduan PMO, tetapi juga menguji efektivitas pendekatan berbasis kelompok dalam membantu mahasiswa mencegah dan mengatasi perilaku adiktif ini secara sistematis. Metode ini dapat membantu mahasiswa mengidentifikasi akar permasalahan, mengembangkan strategi alternatif dalam mengelola dorongan seksual, serta memperkuat dukungan sosial dalam upaya menghentikan kebiasaan tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving IDEAL* dalam membantu mahasiswa mencegah PMO secara lebih sistematis dan komprehensif.



METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang memfokuskan pengumpulan dan analisis data yang berbentuk angka atau numerik (Wajdi et al., 2024). Penelitian ini menggunakan metode penelitian eksperimen, yaitu metode penelitian yang secara mendetail dan bertanggung jawab serta lebih akurat dibandingkan dengan jenis penelitian lainnya (Arib et al., 2024). Jenis penelitian eksperimen digunakan untuk mengungkapkan pengaruh suatu perlakuan/tindakan terhadap suatu kelompok, umumnya terdiri atas kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Jenis penelitian eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini ialah *quasi experiment*. Menurut Cook, kuasi eksperimen diartikan sebagai jenis penelitian eksperimen dengan perlakuan atau tindakan, pengukuran dan unit eksperimen yang tidak memiliki penugasan secara *random*, untuk menciptakan suatu perbandingan dalam menarik kesimpulan dari perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan atau tindakan (Abraham & Supriyati, 2022).

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *non-equivalent control group design*. Jenis desain penelitian ini menggunakan subjek penelitian yang tidak dipilih secara random untuk dilibatkan dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Abraham & Supriyati, 2022). Desain penelitian *non-equivalent control group design* terdiri dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yang sama-sama diberikan *pretest* dan *posttest* (Sugiyono, 2016). Adapun desain penelitian *non-equivalent control group design* sebagai berikut.

Table 1 Desain Penelitian Non-Equivalent Control Group

Eksperimen	01	X	02
Kontrol	03		04

Desain penelitian *non equivalen control group* terdiri atas dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen merupakan kelompok yang diberikan perlakuan dengan jangka waktu tertentu, sedangkan kelompok kontrol merupakan kelompok yang tidak diberikan perlakuan apapun. Desain penelitian *non-equivalent control group* juga dikenal sebagai Kontrol grup tanpa tindakan dengan pengukuran *pretest* dan *posttest*.

Populasi penelitian ini ialah seluruh mahasiswa baru (Angkatan 2023) pada Prodi Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, UINSU yang berjumlah 145 orang. Sampel penelitian diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel dengan mempertimbangkan kriteria tertentu yang paling sesuai dan mewakili populasi (Soesana et al., 2023). Adapun kriteria yang ditetapkan dalam penelitian ini untuk pengambilan sampel, yaitu:

- a. Mahasiswa prodi BKPI Angkatan 2023 yang memiliki risiko kecanduan PMO yang dilihat dari hasil angket.
- b. Mahasiswa yang belum pernah mendapatkan intervensi atau program penanganan terkait PMO.
- c. Mahasiswa yang bersedia dan berkomitmen mengikuti seluruh tahapan penelitian yang dilihat dari kolom *g-form* penyebaran angket.

Penetapan ukuran sampel yang digunakan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rumus slovin. Berdasarkan perhitungan dengan rumus slovin, jumlah sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah 106 responden. Penelitian ini



bertujuan untuk menguji efektivitas layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving IDEAL*. Bimbingan kelompok merupakan salah satu bentuk layanan bimbingan dan konseling yang dilakukan dalam format kelompok. Menurut Harahap, (2021), jumlah ideal peserta dalam satu kelompok berkisar antara 5-12 orang. Oleh karena itu, dari total sampel yang diperoleh, akan dipilih kembali menjadi 6 orang dalam satu kelompok penelitian sesuai dengan kriteria sampel yang telah disebutkan diatas. Penelitian ini melibatkan dua kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, sehingga jumlah total partisipan dalam penelitian ini adalah 12 orang.

Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ialah Skala PMO yang menjelaskan bahwa kecanduan PMO ditandai dengan penggunaan kompulsif, gejala putus kebiasaan, dan kecenderungan *relapse*. Instrumen PMO dalam penelitian ini modifikasi dari (Dessy, 2023) , dengan bentuk 5 skala linkert yaitu Sangat Sering (SS) Sering (SR), Kadang – Kadang (KD), Jarang (JR), Tidak Pernah (TP).

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji statistik non parametrik, yaitu jenis statistik yang bebas distribusi atau yang dikenal juga sebagai statistik bebas sebaran (*distribution free*), artinya statistik non parametrik tidak bergantung pada asumsi-umsi khusus (Tanjung et al., 2023, Jamco & Balami, 2022). Statistik non parametrik umumnya digunakan untuk data yang berjumlah kecil ($n < 30$) (Trimawartina, 2020). Teknik analisis data yang digunakan ialah uji *Wilcoxon Signed Ranks*. Tujuan dari uji *Wilcoxon* pada penelitian ini ialah untuk mengetahui efektivitas pelaksanaan layanan konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif dalam meningkatkan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa *strict parents*, dengan melihat perbandingan nilai signifikan hasil *pretest-posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Layanan konseling kelompok teknik restrukturisasi kognitif dikatakan efektif jika nilai signifikan yang diperoleh kelompok eksperimen yang menerima perlakuan lebih kecil dari 0,05 ($\text{Sig.} < 0,05$). Analisis data dengan uji *Wilcoxon Signed Ranks* dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 26.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil skala perilaku PMO yang diberikan kepada 14 mahasiswa, yang terbagi dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, digunakan untuk melihat kondisi awal (*pretest*) dan kondisi akhir (*posttest*) perilaku PMO sebelum dan sesudah intervensi dilakukan. Hasil pretest mencerminkan tingkat perilaku PMO mahasiswa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Problem Solving IDEAL*. Adapun hasil pretest yang diperoleh dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol disajikan sebagai berikut.

Table 2 Distribusi Frekuensi dan Presentase Pretest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Skor	Hasil Pretest				Kategori	
	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol			
	F	%	F	%		
64-75	1	14,2	1	14,2	Sangat Tinggi	
52-63	6	85,8	6	85,8	Tinggi	



40-51	0	0	0	0	Sedang
28-39	0	0	0	0	Rendah
15-27	0	0	0	0	Sangat Rendah
Total	7	100%	7	100%	

Tabel di atas menunjukkan hasil *pretest* tingkat kecanduan PMO pada mahasiswa dari kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing terdiri dari 7 responden. Hasil *pretest* pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa sebanyak 6 orang (85,8%) berada pada kategori tinggi dan 1 orang (14,2%) berada pada kategori sangat tinggi. Hasil yang sama juga ditunjukkan oleh kelompok kontrol, di mana 6 orang (85,8%) termasuk dalam kategori tinggi dan 1 orang (14,2%) berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan layanan bimbingan kelompok teknik *problem solving IDEAL*, tingkat kecanduan PMO pada seluruh responden masih tergolong tinggi, baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol.

Jika dilihat dari dua aspek yang diukur dalam instrumen, yaitu frekuensi melakukan masturbasi dan fantasi seksual, hasil *pretest* pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa kecenderungan tertinggi ada pada aspek frekuensi melakukan masturbasi, yaitu sebesar 59,5%. Sedangkan pada aspek fantasi seksual sebesar 45,2%. Hal ini menggambarkan bahwa mahasiswa lebih sering mengalami dorongan untuk melakukan masturbasi dibandingkan dengan sekadar membayangkan atau berfantasi seksual. Kedua aspek ini menunjukkan bahwa mahasiswa masih memiliki kecenderungan perilaku PMO yang cukup kuat dan memerlukan bantuan dalam mengelola serta mengurangi dorongan tersebut melalui layanan bimbingan kelompok.

Table 3 Distribusi Frekuensi dan Presentase Posttest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol

Skor	Hasil Posttest				Kategori	
	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol			
	F	%	F	%		
64-75	0	0	F	%	Sangat Tinggi	
52-63	0	0	0	0	Tinggi	
40-51	4	57,1	7	100%	Sedang	
28-39	3	42,9	0	0	Rendah	
15-27	0	0	0	0	Sangat Rendah	
Total	7	100%	0	0		

Tabel di atas menunjukkan data hasil *posttest* perilaku PMO pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Posttest dilakukan setelah intervensi berupa layanan bimbingan kelompok teknik *Problem Solving IDEAL* diberikan kepada kelompok eksperimen sebanyak lima kali pertemuan. Teknik ini bertujuan untuk membantu mahasiswa dalam mengenali masalah, menetapkan tujuan, mengeksplorasi solusi, mengambil tindakan yang tepat, serta merefleksikan hasilnya, agar dapat mengurangi kebiasaan perilaku PMO.

Berdasarkan hasil *posttest*, dari 7 orang mahasiswa pada kelompok eksperimen, sebanyak 4 responden (57,1%) berada pada kategori sedang, dan 3 responden (42,9%)



berada pada kategori rendah. Ini menunjukkan adanya penurunan tingkat perilaku PMO setelah diberikan layanan, dibandingkan dengan hasil pretest sebelumnya, di mana seluruh responden berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi. Analisis data melihat perbedaan nilai *pretest-posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil uji data dengan uji *Wilcoxon* menggunakan aplikasi SPSS Versi 16, sebagai berikut:

Table 4 Hasil Uji Wilcoxon Signed Ranks terhadap Perilaku PMO BKPI UINSU

		Ranks		
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest Eksperimen	Negative Ranks	7 ^a	4.00	28.00
Pretest Eksperimen	Positive Ranks	0 ^b	.00	.00
	Ties	0 ^c		
	Total	7		
Posttest Kontrol - Pretest Kontrol	Negative Ranks	3 ^d	3.33	10.00
	Positive Ranks	3 ^e	3.67	11.00
	Ties	1 ^f		
	Total	7		

- a. Posttest Eksperimen < Pretest Eksperimen
- b. Posttest Eksperimen > Pretest Eksperimen
- c. Posttest Eksperimen = Pretest Eksperimen
- d. Posttest Kontrol < Pretest Kontrol
- e. Posttest Kontrol > Pretest Kontrol
- f. Posttest Kontrol = Pretest Kontrol

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 4.8, dapat diketahui bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving model IDEAL* memberikan pengaruh yang positif terhadap penurunan perilaku PMO pada mahasiswa BKPI UINSU. Hal ini dibuktikan dari hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks* yang menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen, seluruh peserta (sebanyak 7 orang) mengalami penurunan skor PMO setelah mengikuti layanan. Hal ini terlihat dari hasil *positive ranks* dengan nilai $N = 7$, yang berarti semua mahasiswa memiliki skor *posttest* yang lebih rendah dibandingkan skor *pretest*. Tidak ditemukan *ties* atau skor yang sama antara *pretest* dan *posttest*, yang menunjukkan bahwa seluruh peserta mengalami perubahan positif secara menyeluruh. Rata-rata peringkat (*mean rank*) dalam kelompok ini adalah 4,00, dan total jumlah peringkat (*sum of ranks*) adalah 28,00. Data ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *problem solving IDEAL* efektif membantu mahasiswa dalam menurunkan kecenderungan terhadap perilaku PMO.

Sebaliknya, pada kelompok kontrol yang tidak diberikan layanan bimbingan kelompok, hasilnya tidak menunjukkan pola perubahan yang konsisten. Sebanyak 3 orang mahasiswa mengalami *positive ranks* (penurunan skor), 3 orang lainnya mengalami *negative ranks* (peningkatan skor), dan 1 orang memiliki skor yang sama antara *pretest* dan *posttest* (*ties*). Rata-rata peringkat pada perubahan positif adalah 3,67 dengan total 11,00, sedangkan rata-rata peringkat pada perubahan negatif adalah 3,33 dengan total 10,00. Hasil ini mengindikasikan bahwa tanpa adanya layanan, sebagian mahasiswa tetap mengalami



peningkatan perilaku PMO, bahkan ada yang tidak mengalami perubahan sama sekali. Dengan kata lain, kelompok kontrol tidak menunjukkan perubahan yang signifikan.

Table 5 Hasil Uji Wilcoxon Tingkat Perilaku PMO Mahasiswa BKPI UINSU

Test Statistics ^a		
	Posttest Eksperimen - Pretest Eksperimen	Posttest Kontrol - Pretest Kontrol
Z	-2.366 ^a	-.1051 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.018	.916

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks* yang ditampilkan pada Tabel 4.9, diketahui bahwa nilai Z pada kelompok eksperimen sebesar -2,366 dan nilai signifikansinya (Asymp. Sig. 2-tailed) sebesar 0,018. Karena nilai signifikansi tersebut lebih kecil dari 0,05 ($0,018 < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen. Artinya, terdapat perubahan yang nyata setelah mahasiswa diberikan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving IDEAL*. Dengan demikian, hipotesis alternatif (H_a) diterima dan hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa layanan yang diberikan efektif dalam mencegah atau menurunkan kecenderungan perilaku PMO pada mahasiswa.

Sementara itu, pada kelompok kontrol diperoleh nilai Z sebesar -1,051 dengan nilai signifikansi 0,916. Karena nilai tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,916 > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol. Artinya, tidak terjadi perubahan yang berarti pada perilaku PMO mahasiswa yang tidak diberikan layanan. Secara keseluruhan, hasil uji ini menunjukkan bahwa perubahan yang signifikan hanya terjadi pada kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan berupa bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving IDEAL*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan tersebut efektif digunakan sebagai upaya pencegahan terhadap perilaku PMO pada mahasiswa BKPI UINSU, sedangkan kelompok yang tidak diberi layanan tidak menunjukkan perubahan yang signifikan.

Pembahasan

Perilaku PMO (*Porn, Masturbation, and Orgasm*) merupakan bentuk perilaku adiktif yang sering kali tidak disadari oleh mahasiswa sebagai suatu masalah yang serius. PMO dapat memengaruhi kondisi psikologis, emosional, spiritual, bahkan hubungan sosial seseorang. Dalam konteks mahasiswa, kecenderungan melakukan PMO biasanya muncul akibat stres akademik, kurangnya kontrol diri, rasa kesepian, hingga akses internet yang tidak terbatas. Bila tidak ditangani dengan tepat, perilaku ini dapat berkembang menjadi kebiasaan yang sulit dihentikan dan berdampak negatif terhadap perkembangan pribadi dan akademik mahasiswa.



Salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mencegah perilaku PMO adalah melalui layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* model *IDEAL*. Model ini dikembangkan oleh Bransford , J., (1993) dan terdiri dari lima langkah pemecahan masalah, yaitu *Identify, Define, Explore, Act, dan Look back*. Model ini membantu individu dalam memahami dan menyelesaikan masalahnya secara sistematis dan bertahap.

Layanan bimbingan kelompok ini dilaksanakan sebanyak 5 kali pertemuan layanan dilakukan oleh konselor profesional yang telah mengikuti pendidikan profesi konselor. Setiap sesi dipandu oleh konselor dengan menggunakan panduan layanan yang telah disusun secara sistematis. Panduan tersebut berfungsi sebagai acuan pelaksanaan sesi, sehingga proses konseling berjalan terarah dan tujuan intervensi tercapai secara optimal. Secara rinci, pelaksanaan layanan ini terbagi ke dalam lima sesi yang meliputi tahapan-tahapan berikut:

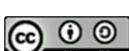
- 1). Sesi pertama (*Identify*), fokus utama adalah membantu mahasiswa menyadari dan mengakui bahwa perilaku PMO yang selama ini dilakukan adalah masalah yang nyata dan bisa berdampak buruk jika terus dibiarkan. Konselor membuka sesi dengan menyampaikan pengertian PMO, dampaknya secara psikologis, sosial, dan spiritual, serta mengajak mahasiswa untuk jujur terhadap diri sendiri. Awalnya, suasana masih canggung. Beberapa mahasiswa terlihat enggan untuk berbagi. Namun, dengan pendekatan hangat dan tanpa menghakimi, perlahaan suasana mulai mencair. Satu-dua mahasiswa mulai terbuka, dan diikuti oleh yang lain. Mereka menyadari bahwa mereka tidak sendiri dan ternyata banyak yang mengalami hal serupa. Rasa malu mulai berganti dengan rasa lega karena didengar dan dimengerti. Di akhir sesi, peserta diberikan refleksi singkat: kapan biasanya mereka melakukan PMO, dalam situasi seperti apa, dan bagaimana perasaannya setelah itu. Ini menjadi bekal untuk melangkah ke sesi berikutnya.
- 2). Sesi kedua (*Define*), mengajak mahasiswa untuk menentukan tujuan pribadi dalam menghadapi dan mengurangi perilaku PMO. Konselor membantu peserta untuk menuliskan tujuan yang jelas, realistik, dan sesuai dengan kondisi masing-masing. Sebagian mahasiswa menuliskan tujuan seperti: "Saya ingin berhenti dari kebiasaan ini dalam waktu dua minggu", atau "Saya ingin mengurangi frekuensi PMO menjadi satu kali seminggu, lalu berhenti". Ada juga yang menyampaikan bahwa mereka ingin lebih fokus kuliah, memperbaiki ibadah, atau merasa lebih tenang secara batin. Tantangan di sesi ini adalah ketika beberapa mahasiswa masih bingung menentukan target yang tepat, karena mereka belum yakin bisa benar-benar berubah. Konselor hadir membantu, bukan dengan mengatur, tetapi membimbing agar tujuan yang dibuat bisa menjadi motivasi, bukan beban. Peserta diajak membuat tujuan bertahap dan menuliskan alasan mengapa perubahan itu penting bagi mereka secara pribadi.
- 3). Sesi ketiga (*Explore*), Sesi ini menjadi salah satu yang paling aktif. Peserta diajak untuk mengeksplorasi berbagai strategi atau cara untuk mengalihkan dan menghadapi dorongan PMO. Mereka berbagi pengalaman, tips, dan ide-ide yang pernah dicoba, baik yang berhasil maupun yang belum berhasil. Beberapa strategi yang muncul antara lain: menyibukkan diri dengan aktivitas positif seperti olahraga, membaca buku, memperbanyak kegiatan ibadah, menghindari media sosial tertentu, tidur lebih awal, hingga menjauh dari situasi atau waktu yang biasanya memicu PMO (misalnya saat sendirian di malam hari). Diskusi berlangsung hangat dan penuh keterbukaan. Peserta terlihat mulai saling memberi semangat dan merespons satu



sama lain. Mereka menyadari bahwa solusi bukan hanya datang dari konselor, tetapi juga dari teman-teman yang senasib. Di akhir sesi, masing-masing peserta diminta memilih minimal dua strategi yang mereka rasa paling cocok dan siap untuk dicoba sampai pertemuan berikutnya.

- 4). Sesi keempat (*Act*), sesi keempat, peserta diminta untuk menceritakan hasil penerapan strategi yang telah mereka pilih di sesi sebelumnya. Mereka diminta jujur mengenai apa yang berhasil dan apa yang masih menjadi kendala. Beberapa peserta dengan senang hati menceritakan keberhasilannya menghindari PMO selama beberapa hari terakhir. Mereka merasa lebih kuat karena sudah memiliki cara yang jelas untuk menghadapi dorongan tersebut. Namun, tidak sedikit juga yang menyampaikan bahwa mereka gagal, karena kurang konsisten atau tergoda saat sedang stres atau bosan. Konselor tidak menghakimi, justru memberi penguatan bahwa proses perubahan memang tidak bisa instan. Mereka dibantu untuk mengantisipasi hambatan, seperti membuat jadwal harian, menghindari pemicu, dan mencari pengganti kegiatan yang lebih sehat. Di akhir sesi, peserta kembali menyusun rencana aksi pribadi untuk seminggu ke depan, lebih disesuaikan dengan situasi dan pengalaman sebelumnya.
- 5). Sesi kelima (*Look back*), pertemuan terakhir ini menjadi ruang refleksi dan evaluasi bagi seluruh peserta. Mereka diajak melihat kembali proses yang telah dilalui dari sesi pertama hingga sekarang. Mayoritas peserta merasakan adanya perubahan positif, baik dari cara berpikir maupun perilaku. Mereka merasa lebih kuat dalam mengendalikan diri, lebih peka terhadap pemicu PMO, dan mulai lebih menghargai tubuh serta waktu mereka. Beberapa peserta menyampaikan bahwa mereka sudah tidak melakukan PMO selama seminggu terakhir, yang sebelumnya hampir setiap hari. Suasana dalam sesi ini terasa hangat dan penuh penghargaan. Peserta saling memberi apresiasi dan dukungan. Konselor menutup sesi dengan menyampaikan bahwa perubahan adalah proses yang harus dijaga, bukan hasil yang berhenti di sini. Mereka diajak untuk tetap saling menguatkan walaupun layanan ini telah selesai.

Berdasarkan lima sesi layanan bimbingan kelompok yang telah dilaksanakan dengan pendekatan *Problem Solving* model *IDEAL*, dapat disimpulkan bahwa proses konseling berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif terhadap perubahan perilaku mahasiswa terkait PMO. Setiap sesi memberikan tahapan yang saling berkaitan dan saling memperkuat, dimulai dari mengenali masalah secara jujur (*Identify*), menyusun tujuan pribadi yang jelas (*Define*), mencari solusi yang sesuai dengan diri sendiri (*Explore*), menerapkan strategi dan menghadapi hambatan (*Act*), hingga melakukan refleksi dan evaluasi perubahan diri (*Look Back*). Mahasiswa yang semula merasa malu, takut, atau tidak tahu bagaimana menghadapi dorongan PMO, perlahan mulai terbuka, lebih memahami akar masalahnya, dan memiliki keberanian untuk mencoba strategi yang lebih sehat. Proses diskusi dalam kelompok juga memperkuat rasa kebersamaan dan memberikan dukungan emosional yang berarti. Pada sesi terakhir, mayoritas peserta menunjukkan peningkatan kesadaran diri, penurunan frekuensi PMO, serta kemauan untuk terus mempertahankan perubahan yang telah dimulai. Dengan demikian, layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *Problem Solving IDEAL* terbukti tidak hanya membantu mahasiswa mengenali dan menghadapi masalah perilaku PMO, tetapi juga mendorong mereka untuk tumbuh secara pribadi, psikologis, dan sosial.

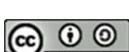


Penelitian ini melibatkan ukuran sampel sebesar 106 mahasiswa Prodi BKPI UINSU Angkatan 2023. Berdasarkan hasil penyebaran angket awal, diketahui bahwa sekitar 13,2% dari jumlah tersebut menunjukkan adanya kecenderungan terhadap perilaku PMO (*Porn, Masturbation, and Orgasm*). Dari populasi tersebut, peneliti menetapkan 14 mahasiswa sebagai sampel, yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, masing-masing berjumlah 7 orang. Sebelum intervensi dilakukan, seluruh responden pada kedua kelompok diberikan tes awal (pretest) untuk mengukur tingkat perilaku PMO menggunakan skala yang mencakup dua aspek utama, yaitu frekuensi masturbasi dan fantasi seksual. Hasil *pretest* menunjukkan bahwa semua responden berada pada kategori tinggi, menandakan bahwa perilaku PMO cukup kuat terjadi di kalangan mahasiswa. Kemudian, peneliti memberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan teknik *Problem Solving IDEAL* kepada kelompok eksperimen selama lima kali pertemuan. Teknik ini terdiri dari lima langkah, yaitu *Identify the problem, Define the goal, Explore possible strategies, Anticipate outcomes and act, dan Look back and learn*. Setelah intervensi selesai, peneliti kembali memberikan skala yang sama sebagai posttest untuk mengukur kembali kondisi perilaku PMO pada mahasiswa.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* model *IDEAL* efektif dalam mencegah perilaku PMO pada mahasiswa BKPI UINSU. Hal ini dibuktikan melalui uji statistik *Wilcoxon Signed Ranks* yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest pada kelompok eksperimen, dengan nilai signifikansi sebesar 0,018 ($< 0,05$). Sementara itu, kelompok kontrol yang tidak diberi layanan memiliki nilai signifikansi sebesar 0,916 ($> 0,05$), yang berarti tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Penurunan skor kecenderungan perilaku PMO pada kelompok eksperimen terjadi setelah mahasiswa mengikuti lima sesi layanan bimbingan kelompok dengan pendekatan *problem solving* model *IDEAL*. Layanan ini dirancang secara sistematis melalui lima tahapan sesuai dengan konsep *IDEAL*, yaitu *Identify, Define, Explore, Act, dan Look back*. Setiap sesi difokuskan untuk membantu mahasiswa mengenali masalah PMO, merumuskan pemicunya, mencari solusi alternatif, merancang tindakan nyata, dan mengevaluasi hasilnya secara berkelompok.

Perubahan signifikan yang hanya terjadi pada kelompok eksperimen menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan bimbingan kelompok dengan teknik *problem solving* model *IDEAL* memang berkontribusi positif dalam menurunkan kecenderungan perilaku PMO. Kelompok kontrol yang tidak menerima layanan menunjukkan hasil yang tidak signifikan, yang berarti tidak ada perubahan berarti meskipun diberi kuesioner pretest dan posttest yang sama. Model *IDEAL* terbukti mampu mendorong mahasiswa untuk menyadari masalahnya, menemukan jalan keluar, dan mengubah kebiasaannya melalui proses bertahap. Hal ini sejalan dengan teori pemecahan masalah dalam konseling yang menyatakan bahwa seseorang dapat mengatasi masalahnya jika dia dilatih untuk berpikir sistematis dan memiliki ruang untuk mengekspresikan perasaannya (Bransford, J., 1993).

Selain itu, keberhasilan pendekatan kelompok dalam layanan ini juga didukung oleh prinsip terapi kelompok yang menjelaskan bahwa interaksi antaranggota kelompok dapat menjadi sumber kekuatan psikologis yang kuat. Dalam suasana kelompok yang aman dan saling mendukung, mahasiswa merasa lebih termotivasi untuk terbuka,



mencurahkan pengalaman pribadi, serta mendengarkan pengalaman orang lain yang serupa. Hal ini menciptakan perasaan bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi permasalahan perilaku PMO. Dukungan emosional yang timbul dari dinamika kelompok tidak hanya menguatkan secara mental, tetapi juga memfasilitasi proses refleksi diri yang lebih mendalam. Mahasiswa belajar untuk melihat permasalahan mereka secara lebih objektif, menemukan solusi yang realistik, serta membangun rasa percaya diri dalam menerapkan perubahan positif dalam kehidupan sehari-hari.

Dengan demikian, hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Problem Solving* model *IDEAL* benar-benar membantu mahasiswa dalam mengurangi perilaku PMO. Tidak hanya menurunkan frekuensi masturbasi dan fantasi seksual, tetapi juga membuat mahasiswa lebih sadar, terbuka, dan percaya diri untuk berubah. Selama proses konseling, mahasiswa merasa didengar, dimengerti, dan tidak sendirian. Mereka menjadi lebih paham tentang diri sendiri, tahu kapan dan kenapa dorongan itu muncul, serta mulai punya cara yang lebih sehat untuk mengatasinya.

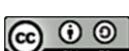
Layanan ini tidak hanya memberi dampak dalam waktu singkat, tapi juga membentuk cara berpikir dan kebiasaan yang lebih baik ke depannya. Mahasiswa jadi lebih mampu mengendalikan diri, menjaga waktu, dan memanfaatkan hari-harinya dengan kegiatan yang lebih positif. Selain itu, mereka juga mulai membangun komitmen untuk menjaga perubahan yang sudah dimulai.

Di tengah era digital yang penuh godaan, apalagi dengan mudahnya akses ke konten pornografi, layanan seperti ini sangat penting ada di kampus. Teknik *Problem Solving* *IDEAL* terbukti bisa menjadi salah satu cara yang tepat untuk membantu mahasiswa menghadapi tantangan perilaku seperti PMO. Layanan ini tidak hanya menyelesaikan masalah, tapi juga menjadi tempat yang aman bagi mahasiswa untuk belajar dan bertumbuh bersama. Oleh karena itu, pendekatan ini bisa dijadikan sebagai salah satu alternatif dalam layanan konseling yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa saat ini.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok dengan teknik *Problem Solving model IDEAL* terbukti efektif dalam menurunkan perilaku PMO (*Porn, Masturbation, and Orgasm*) pada mahasiswa BKPI UINSU. Efektivitas layanan ini terlihat dari adanya penurunan skor perilaku PMO yang signifikan pada kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan melalui lima sesi bimbingan kelompok, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan intervensi. Hasil uji statistik menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,018 ($< 0,05$) pada kelompok eksperimen, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara nilai pretest dan posttest. Sementara itu, kelompok kontrol menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,317 ($> 0,05$), yang menandakan tidak terdapat perubahan yang signifikan.

Pelaksanaan layanan ini melalui lima tahapan teknik *Problem Solving IDEAL* (Identify, Define, Explore, Anticipate, Look back) membantu mahasiswa dalam mengenali masalah pribadi terkait perilaku PMO, menentukan tujuan perubahan, mengeksplorasi strategi alternatif, mengambil tindakan, dan merefleksikan hasil. Melalui dinamika kelompok, mahasiswa memperoleh dukungan sosial, saling berbagi pengalaman, serta membangun



kesadaran dan komitmen untuk mengubah kebiasaan negatif secara mandiri. Perubahan perilaku PMO yang ditunjukkan oleh peserta kelompok eksperimen mencakup dua aspek utama, yakni frekuensi melakukan masturbasi dan intensitas fantasi seksual, yang keduanya mengalami penurunan setelah layanan diberikan. Hasil ini menunjukkan bahwa model intervensi berbasis kelompok dengan pendekatan kognitif-problem solving tidak hanya mampu mengatasi perilaku yang bersifat kompulsif, tetapi juga memberikan pengaruh positif terhadap pengendalian diri dan kesehatan psikologis mahasiswa.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa layanan bimbingan kelompok teknik *Problem Solving IDEAL* efektif digunakan sebagai salah satu pendekatan preventif dan intervensi dalam membantu mahasiswa menurunkan perilaku PMO dan mengelola dorongan seksual secara lebih sehat, rasional, dan bertanggung jawab.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, I., & Supriyati, Y. (2022). Desain Kuasi Eksperimen Dalam Pendidikan: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 2476–2482. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3800>
- Arib, M. F., Rahayu, M. S., Sidorj, R. A., & Afgani, M. W. (2024). Experimental Research Dalam Penelitian Pendidikan. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 5497–5511.
- Arifin, P. A. S. (2023). Gambaran Perilaku Masturbasi/Onani Pada Mahasiswa di Perguruan Tinggi Kota Medan. *Jurnal Kesehatan*, 1(2), 296–308.
- Asbari, M., & Isnawati, B. (2024). Pornografi dan Pengasuhan Anak: Menganalisis Dampak Media Digital terhadap Peran Keluarga dan Perkembangan Anak. *Journal Of Information Systems And Management*, 03(01), 53–57. <https://jisma.org>
- Bransford , J., B. S. S. (1993). *The IDEAL Problem Solver : A Guide for Imp.*
- Dessy, M. (2023). Hubungan Perilaku Pornografi, Masturbasi dan Orgasme (PMO) Dengan Konsentrasi Belajar Remaja. *Skripsi - Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang*.
- Gaol, S., Hararap, T., Sianipar, S., Ringo, Y., & Widiastuti, M. (2023). Studi Kasus Pada Peserta Didik Kecanduan Remaja Menonton Pornografi. *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 2(1), 1–6. <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>
- Harahap, A. C. P. (2021). *Dasar- Dasar Bimbingan dan Konseling*. Diandra.
- Hunaifi, N., Mauliana, P., Firmansyah, R., Komalasari, Y., Sulastriningsih, R. D., & Dewi, S. W. K. (2024). Dampak Media Sosial Terhadap Interaksi Remaja Di Era Digital. *Artikel Faiha, Fikriyyah* 2B-(1), 5(3), 161–174.
- Ilham, R. N., & Kurniawan, A. (2021). Pemetaan Faktor Determinan Perilaku Masturbasi Berlebihan pada Individu Dewasa Awal. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 734–745. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.26872>
- Jamco, J. C. S., & Balami, A. M. (2022). Analisis Kruskal-Wallis untuk Mengetahui Konsentrasi Belajar Mahasiswa Berdasarkan Bidang Minat Program Studi Statistika FMIPA UNPATTI. *Jurnal Matematika, Statistika Dan Terapannya*, 1(1), 39–44.
- Melia Rahma Syafitri, Mochamad Rafianto Syahputra, Muhamad Yudha Nugraha, & Iqlima Pratiwi. (2023). PMO dan Kaitannya dengan Otak dan Perilaku: Sebuah Kajian Literatur. *Flourishing Journal*, 3(4), 125–132. <https://doi.org/10.17977/um070v3i42023p125-132>
- Morshe Everly Lumansik, Friedrich Feliks Bimbanauang, J. E. L. (2024). Kajian Etis Terhadap Pemuda Yang Kecanduan Porn , Masturbate , Orgasm (PMO) Di Jemaat Gmim Tasik Wangurer Wilayah Bitung Viii. *Jurnal Sejarah, Pendidikan Dan Humaniora*, 8(2), 1310–1319. <https://doi.org/10.36526/js.v3i2.4119>
- Nurhayati, D. (2024). *Implementasi Layanan Kelompok Dengan Teknik Self Control Dalam Mencegah Dampak Pornografi Pada Peserta Didik Kelas VIII di SMP Negeri 2 Labuhan*



Meringgai Lampung Timur.

- Soesana, A., Subakti, H., Karwanto, K., Kuswandi, S., Sastri, L., Falani, I., Aswan, N., Hasibuan, F., & Lestari, H. (2023). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Yayasan Kita Menulis.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Pt. Alfabet.
- Tanjung, A., Siregar, N. H., & Munthe, A. R. (2023). Kajian tentang uji hipotesis penelitian perbandingan menggunakan statistika non parametrik dalam penelitian statistik sosial. *Jurnal Bakti Sosial*, 2(1), 87–97.
- Trimawartinah. (2020). Bahan Ajar Statistik Non Parametrik. In *Uhamka*. Uhamka.
- Wajdi, F., Seplyana, D., Juliastuti, Rumahlewang, E., Fatchiatuzahro, Halisa, N. N., Rusmalinda, S., Kristiana, R., Niam, M. F., Purwanti, E. W., Melinasari, S., & Kusumaningrum, R. (2024). Metode Penelitian Kuantitatif. In *Jurnal Ilmu Pendidikan* (Vol. 7, Issue 2).
- Wulandari, A. A. (2020). Layanan Informasi Dengan Menggunakan Media Visual Untuk Meningkatkan Pemahaman Siswa Tentang Resiko Perilaku Seksual Pra Nikah. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 3(2).

