



KARYA ILMIAH SMA KOLESE DE BRITTO



ANALISIS PENGARUH PMO (PORN, MASTURBATION, ORGASM) TERHADAP PSIKOLOGI, FISILOGI, DAN PERILAKU DI LINGKUNGAN SISWA SMA KOLESE DE BRITTO

Athanasius Yuna Ananta^{a,1*}, Mario Edi Nugraha^{b,2}, Stanislas Kostka Aria Suta Sajanaloka^{c,3}, Y. B. Damar Wicaksono, S.Pd

^aSMA Kolese De Britto, Yogyakarta, Indonesia

^bSMA Kolese De Britto, Yogyakarta, Indonesia

¹ 17763@student.debritto.sch.id; 18009@student.debritto.sch.id; 178412@student.debritto.sch.id

*Athanasius Yuna Ananta

Kelas 11, SMA Kolese De Britto, Jogjakarta, Indonesia

Email: yunapl2020@gmail.com

Informasi artikel	ABSTRAK
Kata kunci: PMO Dampak Psikologi Dampak Fisiologi Dampak Perilaku Remaja	Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pola akses dan dampak pornografi, masturbasi, dan orgasme (PMO) terhadap siswa SMA Kolese De Britto. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang disebarkan kepada 90 siswa dari kelas 10, 11, dan 12. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa mengakses konten pornografi beberapa kali dalam seminggu, dengan durasi akses yang bervariasi. Dampak psikologis dari PMO sangat terasa, di mana 65,4% siswa mengalami dampak negatif, seperti merasa tidak percaya diri, menyesal, dan cemas. Di sisi fisiologis, beberapa siswa melaporkan gejala seperti rasa lelah dan sulit berkonsentrasi. Namun, sebagian besar siswa (80,8%) tidak merasa interaksi sosial mereka terpengaruh oleh PMO. Penelitian ini menyoroti pentingnya pemahaman yang lebih dalam mengenai PMO dan dampaknya terhadap kesehatan mental dan fisik siswa, serta perlunya edukasi yang lebih baik tentang risiko yang terkait dengan perilaku tersebut. Hasil ini memberikan wawasan bagi para pendidik dan orang tua untuk lebih memahami tantangan yang dihadapi remaja dalam era digital saat ini..
Keywords: PMO Psychological Impact physique Impact Behavior impact Adolescents	ABSTRACT This study aims to explore the access patterns and impact of pornography, masturbation, and orgasm (PMO) on high school students at Kolese De Britto. Data were collected through a questionnaire distributed to 90 students from grades 10, 11, and 12. The results indicate that the majority of students access pornography several times a week, with varying durations of access. The psychological impact of PMO is significant, with 65.4% of students reporting negative effects such as feelings of insecurity, regret, and anxiety. On the physiological side, some students reported symptoms like fatigue and difficulty concentrating.

However, most students (80.8%) did not feel their social interactions were affected by PMO. This study highlights the importance of a deeper understanding of PMO and its effects on students' mental and physical health, as well as the need for better education regarding the risks associated with such behaviors. The findings provide insights for educators and parents to better understand the challenges faced by adolescents in the current digital age.

© 2024 (). All Right Reserved

Pendahuluan

Di era digital saat ini, kemajuan teknologi informasi telah mengubah cara hidup masyarakat, terutama di kalangan remaja. Salah satu perkembangan signifikan adalah akses mudah ke berbagai jenis konten melalui internet, termasuk konten pornografi. Kecanduan pornografi, masturbasi dan onani (PMO) di kalangan remaja telah menjadi isu yang semakin mencemaskan, terutama di lingkungan sekolah seperti SMA Kolese De Britto. Kemudahan akses ke konten pornografi melalui internet dan perangkat seluler semakin memperburuk masalah ini, karena akses menjadi lebih mudah dibandingkan sebelumnya. Penelitian menunjukkan bahwa PMO dapat membawa dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan mental, perkembangan sosial, dan prestasi akademik remaja. Dampak-dampak ini mencakup penurunan kualitas konsentrasi, gangguan kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan, serta penurunan prestasi akademik yang berdampak pada masa depan mereka.

Penelitian oleh Owens et al. (2012) menunjukkan bahwa paparan pornografi pada usia dini dapat mempengaruhi perkembangan otak remaja, meningkatkan risiko kecanduan, dan mempengaruhi perilaku seksual mereka di kemudian hari. Data global menunjukkan bahwa sekitar 70% remaja Laki-laki di usia sekolah telah terpapar konten pornografi, (Bevill & Associates) dengan prevalensi yang hampir sama di Indonesia. Data ini menunjukkan bahwa masalah PMO adalah isu yang luas dan memerlukan perhatian serius di lingkungan pendidikan. Dampak psikologis dari kecanduan PMO sangat signifikan, mencakup berbagai aspek kesehatan mental: a) Gangguan Kesehatan Mental: Penelitian oleh Doidge (2007) mengindikasikan bahwa remaja yang sering mengonsumsi konten pornografi berisiko lebih tinggi mengalami gangguan kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan tidur.

b) Perkembangan Sosial dan Perilaku: Remaja yang terlibat PMO mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial dan penurunan motivasi dalam kegiatan akademik. Studi oleh Brown dan L'Engle (2009) menemukan bahwa remaja yang mengonsumsi konten pornografi menunjukkan tingkat agresi yang lebih tinggi dan kesulitan dalam membentuk hubungan interpersonal yang sehat. Data Ilmiah tentang Pengaruh PMO yang dikumpulkan oleh The National Center on Sexual Exploitation (NCOSE), sekitar 47% pengguna internet muda di Amerika Serikat pertama kali melihat pornografi sebelum usia 13 tahun (Owens et al., 2012). Hal ini relevan dengan situasi di Indonesia, di mana penetrasi internet di kalangan remaja terus meningkat. Penelitian dari Universitas Indonesia (Putri et al., 2020) menunjukkan remaja yang sering mengakses konten pornografi memiliki nilai akademis yang lebih rendah dibandingkan dengan rekan-rekan mereka yang tidak terlibat dalam aktivitas tersebut. Dampak Jangka Panjang Kecanduan PMO meliputi: a) Kesulitan dalam menjalin hubungan yang sehat di masa dewasa (Owens et al., 2012); b) Keterlibatan dalam distribusi konten pornografi ilegal dapat menimbulkan masalah hukum termasuk kriminalisasi dan dampak sosial yang luas (Livingstone & Smith, 2014). Untuk mengatasi masalah ini secara efektif, pendekatan holistik diperlukan, melibatkan keluarga, sekolah, dan nilai-nilai agama. Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam dampak PMO pada siswa SMA Kolese De Britto dan mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi psikologis dan perilaku di lingkungan sekolah. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan program intervensi yang efektif, serta membantu siswa, guru, orang tua, dan pihak sekolah dalam merancang strategi pencegahan dan penanganan yang tepat. Dengan pendekatan yang komprehensif, melibatkan semua pihak

terkait, diharapkan masalah PMO di kalangan remaja dapat diminimalkan, sehingga mendukung perkembangan mereka yang lebih sehat, baik dari segi psikologis, perilaku, maupun akademis

Kajian Literatur

1 PMO (Porn, Masturbate, Orgasm)

1.1 Pornografi

Pornografi berasal dari kata Yunani pornographos (porne = prostitusi, graphein = menulis). Berdasarkan UU No. 44 Tahun 2008, pornografi mencakup gambar, tulisan, suara, atau video yang mengandung kecabulan dan melanggar norma kesusilaan (Afriliani et al., 2023).

1.2 Masturbasi

Masturbasi adalah aktivitas seksual sendiri dengan tangan atau benda untuk merangsang alat kelamin. Jika dilakukan obsesif, dapat mengurangi kenikmatan hubungan intim (Karen & Flower, 2006).

1.3 Orgasme

Orgasme adalah puncak gairah seksual yang dapat terjadi melalui berbagai rangsangan. Hal ini berbeda untuk setiap individu tergantung kondisi fisiologis dan kesehatan.

2 Pengertian Siswa

Siswa adalah individu yang terdaftar resmi untuk belajar. Masa remaja adalah masa transisi dengan perubahan fisik, kognitif, dan psikososial (Sarwono, 2007; Piaget, 2008).

3 Ciri-Ciri Kecanduan PMO

Gugup saat berkomunikasi.

Malas, enggan belajar atau bersosialisasi. Suka menyendiri dan terlalu sering menggunakan gadget. Mudah marah, cemas, pelupa, dan sulit konsentrasi (Haidar & Apsari, 2020).

4 Psikologi

Psikologi adalah ilmu tentang perilaku manusia yang berbasis observasi untuk memahami dan meningkatkan mekanisme aktivitas manusia (Atkinson, 1983; Moskowitz & Orgel, 1969).

5 Faktor Penyebab Kecanduan PMO

Pertemanan: Pengaruh teman berperan besar dalam membentuk perilaku negatif.

Lingkungan: Dukungan lingkungan dapat memperkuat perilaku PMO.

Media Sosial: Konten pornografi mudah diakses dan memicu rasa penasaran.

Teknologi: Kemajuan teknologi mempermudah akses konten negatif.

Keluarga: Kurangnya perhatian dan pendidikan agama meningkatkan risiko kecanduan.

Kondisi Psikis: Keluarga tidak harmonis dapat mendorong pelarian ke aktivitas negatif.

Kontrol Diri Lemah: Ketidakmampuan mengelola emosi meningkatkan kerentanan.

6. Dampak PMO

Mendorong remaja meniru tindakan seksual.

Membentuk nilai dan perilaku negatif.

Sulit konsentrasi dan terganggu jati diri.

Merasa minder dan tidak percaya diri.

Berperilaku seksual menyimpang hingga kriminalitas (Donald et al., 2004).

7. Kehidupan Berkelanjutan

Gaya hidup berkelanjutan mengintegrasikan konsumsi bertanggung jawab, pengurangan limbah, efisiensi energi, dan partisipasi dalam ekonomi sirkular. Fokusnya adalah mendukung keberlanjutan lingkungan, sosial, dan ekonomi (Liu et al., 2023).

Metode

Penelitian ini dilakukan terhadap siswa SMA Kolese De Britto yang berusia 15-18 tahun dengan fokus pada pengalaman mereka terkait PMO (Pornografi, Masturbasi, dan Orgasme). Objek penelitian adalah dampak PMO pada siswa, mencakup aspek fisiologis, psikologis, dan perilaku. Ruang lingkup penelitian mencakup sekolah dan kos siswa SMA Kolese De Britto, dengan metode survei menggunakan kuesioner Google Form yang diisi oleh sekitar 120 responden. Hasil survei akan dianalisis secara kualitatif berdasarkan wawancara dan data kuesioner untuk menggambarkan pola pengalaman siswa terhadap PMO.

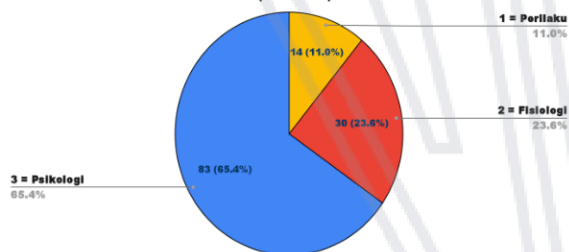
Pengumpulan data dilakukan melalui survei online dan wawancara langsung dengan siswa kelas sepuluh hingga dua belas. Tahapan analisis data meliputi editing untuk memeriksa kelengkapan jawaban, tabulasi untuk mengelompokkan data ke dalam tabel, dan analisis kualitatif untuk menyederhanakan data. Prosedur penelitian mencakup menentukan subjek dan objek, mempelajari objek penelitian, melakukan wawancara, menyebarkan kuesioner, serta menghubungkan data survei dan wawancara untuk menarik kesimpulan.

Hasil penelitian diproses melalui langkah-langkah terstruktur, dimulai dari memahami subjek dan objek penelitian, mengumpulkan data melalui wawancara dan survei, hingga mendeskripsikan temuan dalam kesimpulan. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan memberikan gambaran yang mendalam mengenai pengaruh PMO pada siswa SMA Kolese De Britto.

Hasil dan pembahasan

Data dalam penelitian ini adalah jawaban responden atas pertanyaan yang diajukan dalam kuesioner google form. Kuesioner diajukan kepada siswa SMA Kolese De Britto, mulai dari kelas 10, 11 dan 12 dari masing-masing angkatan peneliti mengambil 30 sampel untuk diolah menjadi data dan pembahasan. Dalam kuesioner ini terdapat sekitar 10 pertanyaan yang harus dijawab secara jujur untuk memudahkan peneliti melengkapi data dan pembahasan. Dari 10 pertanyaan tersebut sudah kami klasifikasikan menjadi sebuah grafik.

Persentase respon Siswa SMA Kolese De Britto terhadap pengaruh PMO terhadap kehidupan mereka



*diagram 10. respon siswa

KLASIFIKASI PENGARUH	
Terhadap Perilaku	Muncul rasa malas, kecanduan,
Terhadap Fisik	Lemas, ngantuk, gampang lupa, mudah lelah, pusing
Terhadap Psikologi	Tidak percaya diri, merasa menyesal, merasa Puas, Takut

*tabel 4.1 klasifikasi pengaruh PMO

Dari data di atas terlihat bahwa dampak dari aktivitas PMO itu memiliki pengaruh paling besar terhadap psikis dari siswa De Britto yaitu dengan persentase 69.4%, diikuti oleh pengaruh fisik sebanyak 25.5%, dan perilaku dengan 5.1%. Maka dari data yang kamu peroleh dapat disimpulkan bahwa 69.4% siswa De Britto yang

melakukan PMO memiliki gangguan pada psikis mereka.

Aktivitas PMO memiliki dampak pada fisik, psikis dan perilaku sosial pada siswa SMA Kolese De Britto, seperti pada tabel responden diatas, bahwa sebagian besar siswa De Britto mengalami pengaruh pada psikis mereka setelah melakukan PMO, lalu pada fisik dan terakhir perilaku sosial. Berikut adalah tabel klasifikasi pengaruh PMO pada Psikis, fisik dan perilaku sosial :

Perilaku	Responden
Tidur	2
Malas	2
Menjadi kebiasaan	4

*tabel pengaruh pada psikologi

Pada jawaban pengaruh psikologi PMO terhadap fisik seseorang. Dapat dilihat bahwa 10 siswa De Britto merasa takut, 30 jawaban yang merasa bersalah/menyesal, 21 merasa biasa saja, 29 merasa puas, dan 2 jawaban yang tertarik pada lawan jenis setelah melakukan PMO. Dari data tersebut, dapat dilihat bahwa jawaban lebih dominan ke arah bersalah dengan jumlah jawaban 30. Walaupun begitu, terdapat pula jawaban kedua terbanyak yang mendekati jumlah jawaban terbanyak pertama. Jawaban terbanyak kedua adalah jawaban puas dengan jumlah jawaban 29

Nomer	Fisik	Responden	Persentase
1	Lelah	24	18.32061069
2	Segar	1	0.7633587786
3	Ingin buang air kecil	1	0.7633587786
4	Pelupa/kinerja otak menurun	5	3.816793893

*tabel pengaruh pada fisiologi

Tabel diatas merupakan jawaban 30 responden yang merasa PMO berpengaruh pada fisik mereka. Dari sebanyak 30 siswa De Britto yang mengisi terdapat beberapa jawaban yang kemudian diklasifikasi menjadi sebuah tabel. Dari data klasifikasi pengaruh perilaku PMO

terhadap fisik seseorang, dapat dilihat bahwa 24 siswa De Britto merasa lelah setelah melakukan aktivitas PMO, ada 5 orang yang menjadi pelupa, dan bahkan mengalami penurunan kinerja otak akibat melakukan aktivitas PMO, lalu ada 1 orang yang justru merasa fisiknya lebih bugar, dan 1 lagi merasa ingin kencing. Dari sini, peneliti juga menemukan teori baru, bahwa ternyata PMO bisa membuat seseorang merasa segar bugar. Yang cukup unik adalah ada seseorang yang ingin buang air kecil setelah melakukan PMO. Dari dampak yang terjadi mayoritas merasa bahwa PMO memiliki dampak yang cenderung negatif dan merugikan diri sendiri, seperti lelah dan penurunan kinerja. Hal ini tentunya berbahaya jika terus-menerus dilakukan, karena akan berpengaruh pada penurunan stamina, dan kesehatan tubuh.

Perilaku	Responden
Tidur	2
Malas	2
Menjadi kebiasaan	4

*tabel pengaruh terhadap perilaku sosial

Pernyataan bahwa perilaku Siswa SMA Kolese De Britto tidak terdampak PMO dapat semakin diperkuat dengan adanya grafik dan klasifikasi jawaban dari siswa SMA Kolese De Britto mengenai pengaruh pmo terhadap kehidupan mereka. Dapat dilihat bahwa dari grafik persentase tersebut, hanya 8,8% atau 11 respon yang terdampak perilakunya sedangkan respon lainnya lebih dominan ke arah Fisiologi sebanyak 24% dan Psikologi sebanyak 66,4%. Dari 8,8% jawaban yang mengarah ke terdampaknya perilaku dari PMO, terdapat 2 jawaban yang mengatakan bahwa aktivitas PMO membuat pelaku PMO menjadi suka Tidur/kebiasaan tidur. Lalu 2 jawaban yang mengatakan bahwa PMO membuat pelakunya berperilaku malas. Terdapat pula 1 jawaban mengarah ke perilaku yang paling banyak muncul, yaitu jawaban bahwa aktivitas PMO yang menjadi kebiasaan pelakunya dengan jumlah 4 jawaban.

Dari semua data yang telah kami dapatkan, dapat disimpulkan bahwa PMO memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan siswa dan pada gaya hidup berkelanjutan, seperti kecanduan PMO yang membuat perkembangan diri remaja terhambat, sulit untuk mengatur manajemen waktu sehingga banyak hal bisa dilakukan menjadi terhambat

hanya karena PMO, dan memiliki pengaruh buruk pada kualitas hidup remaja secara keseluruhan, terhadap fisik, psikis, interaksi, dan perilaku sosial hal itu memicu tindakan-tindakan menyimpang yang justru membunuh karakter serta tidak mendukung perkembangan remaja

Simpulan

Penelitian terhadap siswa SMA Kolese De Britto menunjukkan bahwa aktivitas PMO (Pornografi, Masturbasi, dan Orgasme) memberikan dampak bervariasi pada aspek fisiologis, psikologis, dan perilaku. Secara fisiologis, efek yang paling dominan adalah rasa lelah (18,32%), disusul mudah lupa (5%), frekuensi buang air kecil meningkat (0,76%), dan merasa segar (0,76%). Secara psikologis, dampak utama adalah perasaan bersalah (22,9%) dan puas (22,13%), diikuti oleh rasa gelisah (7,6%), merasa biasa saja (16%), dan tertarik pada lawan jenis (1,5%). Pada aspek perilaku, dampak mencakup tidur (1,53%), malas (1,52%), dan menjadikan PMO kebiasaan (3%). Sebagian siswa (20,8%) merasa sulit menghentikan PMO, namun mayoritas (48%) tidak mengalami kesulitan. Secara keseluruhan, pengaruh terbesar terdapat pada aspek psikologis (66,4%), diikuti fisiologis (24,8%), dan perilaku (8,8%), berdasarkan hasil survei online.

Ucapan terima kasih

Dengan rasa syukur dan bahagia, Peneliti menyampaikan terima kasih kepada Tuhan atas selesainya karya ilmiah berjudul "Menelusuri Dampak PMO (Pornografi, Masturbasi, dan Orgasme) terhadap Kesejahteraan Psikologis dan Perilaku Sosial Remaja SMA Kolese De Britto". Karya ini ditulis sebagai syarat kenaikan kelas XI di SMA Kolese De Britto, Yogyakarta.

Karya ilmiah ini diselesaikan berkat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Penulis menghargai semua dukungan yang diterima, termasuk kata penyemangat dan motivasi dari guru yang bersangkutan.

Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Tuhan Yang Maha Esa, yang telah membimbing dan menyertai kami dalam proses pembuatan karya ilmiah ini.
2. Bapak FX. Catur Supatmono, S.Pd., M.Pd. selaku kepala SMA Kolese De Britto yang selalu

mendukung proses penulisan hingga karya ilmiah ini dapat terselesaikan.

3. Bapak Y. B. Damar Wicaksono, S.Pd. selaku Guru Pembimbing yang telah memberi bimbingan dan mendukung dengan penuh kesabaran, murah hati, serta memberi tambahan pengetahuan pada peneliti dalam proses pengerjaan karya ilmiah ini.
4. Teman-teman dan para guru SMA Kolese De Britto yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu, memberi semangat, dan motivasi saat berjalannya proses penulisan karya ilmiah ini.
5. Orang tua, kakak, dan adik para penulis yang telah mendukung penulisan karya ilmiah ini baik secara finansial, moral, maupun secara langsung.
6. Peneliti lampau yang terkutip yang sudah menyediakan jurnalnya untuk publik sehingga penulis dapat membaca dan menggunakan jurnal tersebut untuk mendukung penulisan Karya Ilmiah.

Referensi

- Afriliani, C., Azzura, N. A., & Sembiring, J. R. B. (2023, 5 31). Harmony:jurnal pembelajaran IPS dan PKN. *Faktor Penyebab dan Dampak dari Kecanduan Pornografi di Kalangan Anak Remaja Terhadap Kehidupan Sosialnya*, 8(1), 7-14. Retrieved 9 22, 2024, from <https://journal.unnes.ac.id/sju/harmony/issue/view/2667>
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.C., Smith, E.E., Bem, D.J dan Nolen Hoeksema. (1996). *Hilgard's Introduction to Psychology*. Harcourt Brace College Publisher: New York.
- Brown, J. D., & L'Engle, K. L. (2009). X-Rated: Sexual Attitudes and Behaviors Associated With U.S. Early Adolescents' Exposure to Sexually Explicit Media. *Communication Research*, 36(1), 129-151.
- Crooks, Robert and Karla Baur. (1983). *Our Sexuality*. Menlo Park: The Benjamin/Cummings Publishing Company, Inc.,
- Doidge, N. (2007). *The Brain That Changes Itself: Stories of Personal Triumph from the Frontiers of Brain Science*. Penguin.
- Faturoni, R. (Ed.). (2023, Agustus 23). *Perancangan Informasi Mengenai Bahaya Dampak Negatif Porno, Masturbasi, Orgasme (Pmo) Melalui Media Video Edukasi*. elibrary.unikom.ac.id. Retrieved November 11, 2024, from <https://elibrary.unikom.ac.id/id/ep rint/8859/>
- Haidar, G., & Apsari, N. C. (2020, Juli). PORNOGRAFI PADA KALANGAN REMAJA. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(1), 136. 10.24198/jppm.v7i1.27452
- Karen & Flowers, R. (2006). *Seksualitas Manusia*. Alih Bahasa: Elianson Sinaga. Bandung: Indonesia Publishing House.
- Liu, C., et al. (2023). Sustainable Living: An Interdisciplinary and Transdisciplinary Challenge for Researchers, Decision Makers and Practitioners. *MDPI Sustainability*,
- Livingstone, S., & Smith, P. K. (2014). Annual Research Review: Harm Experienced by Child Users of Online and Mobile Technologies: The Nature, Prevalence and Management of Sexual and Aggressive Risks in the Digital Age. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 55(6), 635-654.
- Muskowizt, M.J & Orgel, A.R. (1969) : *General Psychology*, Houghton, Mifflin Company, New York

- Niman, S., Arianto, A. B., Parulian, T. S., & Saputra, A. H. (2024). MASTURBASI DAN GUILTY FEELING PADA REMAJA. *Jurnal Ilmiah Keperawatan IMELDA*, 10(1), 35-41.
- Owens, E. W., Behun, R. J., Manning, J. C., & Reid, R. C. (2012). The Impact of Internet Pornography on Adolescents: A review of the research. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 19(1-2), 99-122.
- Putri, A. S., Sari, D. P., & Saputra, H. (2020). Pengaruh Paparan Pornografi terhadap Prestasi Belajar Remaja di Indonesia. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(2), 112-121.
- Ramadhani Destira, R. (2024). Apa Itu Orgasme. *CiputraHospital.com*. https://ciputrahospital.com/apa-itu-orgasme/#Pengertian_Orgasme
- Ramdhani, M.S., et al. (2023). Pornografi pada Remaja: Faktor Penyebab dan Dampaknya. *Flourishing Journal*. 2(8):553–558.
- Syafitri, M. R., Syahputra, M. R., Nugraha, M. Y., & Pratiwi, I. (2023, July). PMO dan Kaitannya dengan Otak dan Perilaku: Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Flourishing*, 3(4), 125–132. 10.17977/um070v3i42023p125-132
- Vargas-Merino, J. A., et al. Sustainable Consumption: Conceptualization and Characterization of the Complexity of “Being” a Sustainable Consumer. *MDPI Sustainability*, 2023.
- Yadnya, I.D.G., & Warastuti, Diah. (2023). Dampak Penggunaan Media Sosial terhadap Perilaku Konsumtif dan Persepsi Diri Remaja di Jakarta: Studi Mengenai Interaksi Online, Pengaruh Endorsement, dan Dampak Psikologis. *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science*. 1(05):250-260