



Pengaruh Konten Pornografi Terhadap Kesehatan Otak dan Mental dalam Perspektif Islam

¹Ria Amanda Putri, ²Aqeela Adhyanie Hernowo

^{1,2}Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Universitas Lambung Mangkurat
Banjarmasin, Indonesia

Email : 2410911320016@mhs.ac.id¹, 2410911220009@mhs.ac.id²

Korespondensi penulis : 2410911320016@mhs.ac.id

Abstract This study discusses the effects of pornographic content on brain and mental health from an Islamic perspective, by reviewing various scientific literature and the opinions of scholars. From a neurological perspective, pornography causes changes in brain structure, especially in areas that regulate self-control and decision-making, which are similar to the effects of addiction to addictive substances. In addition, impaired short-term memory function and decreased ability to focus are also common effects of pornography consumption. From a psychological perspective, continuous exposure to pornography increases the risk of depression, anxiety, and lowers self-esteem and satisfaction in interpersonal relationships. From an Islamic perspective, the majority of scholars consider pornography to be a prohibited behavior (haram) because it contradicts the principles of morality and self-purity. Pornography is seen as damaging a person's morals and spirituality, as well as disrupting the harmony of social relationships, especially in the context of marriage. Although there is a moderate view that acknowledges that the effects of pornography can vary, the majority of Islamic views agree that pornography consumption has more detrimental effects than benefits. Thus, from both a health and Islamic perspective, pornography is considered harmful to mental, emotional, and spiritual well-being, and should be avoided in order to maintain morality and brain health.

Keywords: Pornography, Brain and mental health, Islamic perspective

Abstrak Penelitian ini membahas pengaruh konten pornografi terhadap kesehatan otak dan mental dari perspektif Islam, dengan meninjau berbagai literatur ilmiah serta pendapat para ulama. Dari segi neurologis, pornografi menyebabkan perubahan struktur otak, khususnya di area yang mengatur kontrol diri dan pengambilan keputusan, yang mirip dengan dampak kecanduan pada zat adiktif. Selain itu, gangguan fungsi memori jangka pendek dan penurunan kemampuan fokus juga menjadi dampak umum akibat konsumsi pornografi. Di sisi psikologis, paparan pornografi secara terus-menerus meningkatkan risiko depresi, kecemasan, serta menurunkan harga diri dan kepuasan dalam hubungan interpersonal. Dari perspektif Islam, mayoritas ulama menganggap pornografi sebagai perilaku yang dilarang (haram) karena bertentangan dengan prinsip moralitas dan kesucian diri. Pornografi dipandang merusak akhlak dan spiritualitas seseorang, serta mengganggu keharmonisan hubungan sosial, khususnya dalam konteks pernikahan. Meskipun terdapat pandangan moderat yang mengakui bahwa dampak pornografi dapat bervariasi, mayoritas pandangan Islam sepakat bahwa konsumsi pornografi membawa dampak lebih banyak kerugian daripada manfaat. Dengan demikian, baik dari perspektif kesehatan maupun Islam, pornografi dianggap berbahaya bagi kesejahteraan mental, emosional, dan spiritual, sehingga harus dihindari demi menjaga moralitas dan kesehatan otak.

Kata kunci: Pornografi, Kesehatan otak dan mental, Perspektif Islam

1. PENDAHULUAN

Pornografi telah menjadi salah satu tantangan besar dalam masyarakat modern, terutama dengan meningkatnya akses terhadap konten tersebut melalui internet dan media digital. Di era di mana informasi mudah diakses, pornografi dapat ditemukan dengan cepat dan tanpa batasan yang ketat. Hal ini memunculkan berbagai kekhawatiran terkait dampak negatifnya, khususnya terhadap kesehatan otak dan mental. Dalam beberapa dekade terakhir, berbagai studi ilmiah dan diskusi publik menyoroti dampak konsumsi pornografi, baik dalam

jangka pendek maupun jangka panjang, terhadap perilaku individu serta kesejahteraan psikologis.

Konsumsi pornografi tidak hanya berdampak pada individu secara langsung, tetapi juga dapat mempengaruhi hubungan interpersonal dan dinamika sosial. Banyak penelitian menunjukkan bahwa individu yang terpapar pornografi secara berlebihan cenderung mengalami penurunan kepuasan dalam hubungan romantis, kecemasan yang meningkat, dan masalah dalam berkomunikasi. Selain itu, efek desensitisasi terhadap konten seksual dapat mengarah pada harapan yang tidak realistis tentang hubungan intim, yang pada gilirannya dapat menyebabkan ketidakpuasan dan permasalahan dalam kehidupan seksual.

Dalam konteks yang lebih luas, sudut pandang agama, khususnya Islam, memandang isu pornografi sebagai masalah moral dan spiritual yang signifikan. Dalam ajaran Islam, pornografi dianggap bertentangan dengan nilai-nilai kesucian dan etika yang dijunjung tinggi. Hal ini menciptakan tantangan bagi individu Muslim dalam menghadapi akses yang mudah terhadap konten pornografi dan mendorong perlunya pendekatan yang holistik untuk mengatasi masalah ini, termasuk pendidikan yang tepat dan dukungan komunitas yang kuat untuk menjaga kesehatan mental dan spiritual masyarakat.

Dari perspektif kesehatan otak, banyak penelitian menunjukkan bahwa paparan pornografi dapat menyebabkan perubahan neurologis. Paparan yang terus-menerus terhadap konten pornografi diketahui mengaktifkan sistem dopamin di otak, yang berperan dalam pembentukan kecanduan. Hal ini mirip dengan respons otak terhadap zat adiktif seperti narkoba. Selain itu, penelitian mengungkapkan bahwa kecanduan pornografi dapat menyebabkan pengurangan volume materi abu-abu di otak, yang bertanggung jawab atas pengambilan keputusan dan kontrol diri. Pengaruh jangka panjang dapat berupa kesulitan mengontrol impuls, perubahan pola pikir tentang hubungan interpersonal, hingga penurunan kemampuan untuk menikmati hal-hal yang lebih sederhana dalam kehidupan.

Konsumsi pornografi sering kali dikaitkan dengan dampak negatif pada kesehatan mental, di mana penelitian menunjukkan bahwa hal ini dapat meningkatkan risiko depresi, kecemasan, dan perasaan rendah diri, terutama pada individu yang mengalami kecanduan atau merasakan rasa bersalah setelah mengakses konten tersebut. Namun, pandangan mengenai pornografi tidak sepenuhnya disepakati dalam diskusi ilmiah. Ada beberapa pendapat yang lebih moderat, yang menyatakan bahwa konsumsi pornografi dalam dosis yang terkendali atau pada frekuensi yang rendah tidak selalu berakibat buruk pada kesehatan mental atau otak. Pendapat ini didukung oleh argumen bahwa tidak semua orang yang mengonsumsi pornografi akan mengembangkan kecanduan atau mengalami perubahan neurologis yang signifikan.

Bagi beberapa orang, pornografi dianggap sebagai bagian dari eksplorasi seksual yang tidak membahayakan, asalkan tidak dilakukan secara berlebihan dan tidak berdampak negatif pada kehidupan sehari-hari. Meski demikian, pandangan ini cenderung lebih jarang dibandingkan dengan pandangan yang menyoroti dampak negatifnya. Dari perspektif Islam, isu pornografi dilihat lebih luas dari sekadar masalah kesehatan otak dan mental. Islam memandang pornografi sebagai sesuatu yang bertentangan dengan nilai-nilai kesucian dan moralitas. Mayoritas ulama berpendapat bahwa pornografi adalah haram karena melibatkan penyebaran nafsu syahwat secara terbuka yang dapat merusak kesucian diri dan hubungan sosial.

Al-Qur'an menekankan pentingnya menjaga pandangan, melindungi kesucian diri, dan menjauhkan diri dari hal-hal yang dapat merusak moral dan spiritualitas. Dalam hal ini, pengaruh pornografi terhadap kesehatan otak dan mental dilihat sebagai akibat dari menjauhkan diri dari prinsip-prinsip yang diajarkan Islam. Pandangan ini didasarkan pada keyakinan bahwa konten yang merusak moralitas juga berpotensi merusak mental dan spiritual manusia.

Namun, ada pula beberapa ulama yang berpendapat bahwa meskipun pornografi dilarang, dampaknya dapat dikelola atau diminimalisir dalam konteks tertentu. Sebagian kecil ulama ini melihat bahwa dalam beberapa kasus, orang yang terpapar pornografi tidak langsung mengalami kerusakan mental atau spiritual yang signifikan, terutama jika orang tersebut memiliki kontrol diri yang kuat dan pemahaman yang baik tentang batasan-batasan moral yang harus dipegang teguh. Meski demikian, mereka tetap menganjurkan agar pornografi dihindari karena potensi bahayanya sangat besar, baik secara moral maupun kesehatan.

Diskusi mengenai pengaruh konten pornografi terhadap kesehatan otak dan mental dalam perspektif Islam menyoroti adanya perbedaan pandangan di kalangan ulama dan cendekiawan. Sebagian besar ulama menekankan larangan tegas terhadap pornografi karena dampaknya yang merusak, baik dari segi moralitas maupun kesehatan mental. Mereka berargumen bahwa konsumsi pornografi dapat mengarah pada penyimpangan perilaku, penurunan kualitas hubungan interpersonal, dan kerusakan nilai-nilai keluarga yang dianggap fundamental dalam ajaran Islam. Di sisi lain, terdapat pandangan yang lebih moderat di antara beberapa cendekiawan yang menyatakan bahwa dampak negatif dari pornografi tidak selalu terjadi secara universal. Menurut mereka, efek tersebut sangat bergantung pada situasi dan kontrol diri individu.

Dalam konteks ini, pornografi bisa dilihat sebagai bagian dari eksplorasi seksual yang tidak berbahaya jika dikonsumsi dengan bijaksana dan tidak berlebihan. Pandangan ini membuka ruang untuk diskusi lebih lanjut mengenai batasan dan konteks yang harus diperhatikan dalam konsumsi konten semacam itu. Perbedaan pandangan ini menunjukkan bahwa isu pornografi adalah masalah kompleks yang melibatkan aspek medis, moral, dan spiritual yang harus dipertimbangkan secara menyeluruh. Dalam upaya untuk memahami pengaruhnya, penting bagi individu untuk tidak hanya mempertimbangkan argumen religius, tetapi juga melihat bukti ilmiah mengenai dampak psikologis dan sosial yang ditimbulkan. Dengan demikian, pendekatan yang holistik dapat membantu menghasilkan kesimpulan yang lebih seimbang dan memadai mengenai pengaruh konten pornografi dalam konteks kesehatan mental dan spiritual.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur sebagai pendekatan utama untuk mengkaji pengaruh konten pornografi terhadap kesehatan otak dan mental dalam perspektif Islam. Metode ini dipilih untuk menganalisis secara mendalam berbagai sumber akademis, termasuk buku, artikel jurnal, fatwa ulama, dan penelitian sebelumnya yang relevan. Melalui kajian pustaka ini, penulis menggali berbagai pandangan tentang pengaruh pornografi dari sisi medis dan perspektif agama Islam, serta mengidentifikasi pro dan kontra dalam diskusi ini.

Tahapan penelitian ini dimulai dengan pengumpulan data sekunder dari berbagai sumber yang relevan. Sumber data utama yang digunakan mencakup penelitian ilmiah terkait dampak pornografi terhadap kesehatan otak dan mental, serta literatur Islam yang membahas hukum dan pandangan agama terhadap pornografi. Sumber-sumber Islam yang digunakan meliputi tafsir Al-Qur'an, hadis, dan pandangan ulama, baik dari literatur klasik maupun kontemporer. Penulis juga mengakses hasil penelitian psikologi dan neurologi dari berbagai jurnal ilmiah internasional untuk mendapatkan pemahaman tentang efek konten pornografi pada otak dan kesehatan mental manusia.

Selanjutnya, data yang telah dikumpulkan dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif-analitis. Penulis menganalisis data dengan mengelompokkan informasi berdasarkan tema-tema kunci, seperti dampak neurologis pornografi, efek psikologis terhadap kesehatan mental, serta pandangan Islam tentang pornografi. Setiap pandangan yang ditemukan dalam literatur dibandingkan dan dikritisi untuk melihat perbedaan pendapat, baik di kalangan ilmuwan kesehatan maupun para ulama. Dalam proses analisis, penulis juga memperhatikan

relevansi dan validitas sumber untuk memastikan bahwa data yang digunakan memiliki kualitas akademik yang tinggi dan dapat mendukung argumen yang diangkat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menyoroti pengaruh konten pornografi terhadap kesehatan otak dan mental, dengan tinjauan literatur yang mencakup berbagai penelitian ilmiah serta perspektif Islam. Berdasarkan kajian ini, pornografi tidak hanya berdampak pada aspek neurologis tetapi juga pada kondisi psikologis individu. Dalam perspektif Islam, pornografi dianggap sebagai ancaman bagi moralitas, dengan hukum yang umumnya tegas melarang keterlibatan dalam konsumsi maupun produksi konten pornografi. Namun, terdapat pula pandangan moderat yang mengakui bahwa efek pornografi dapat bervariasi tergantung pada situasi dan kondisi individu.

Dampak Pornografi terhadap Kesehatan Otak

Penelitian-penelitian dalam bidang neurologi menunjukkan bahwa konsumsi konten pornografi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap struktur dan fungsi otak. Salah satu dampak utama yang ditemukan adalah aktivasi berlebihan dari sistem dopamin di otak. Dopamin adalah neurotransmitter yang berperan dalam regulasi kenikmatan dan motivasi. Ketika seseorang mengonsumsi pornografi, dopamin dilepaskan dalam jumlah besar, yang menciptakan rasa senang atau puas. Namun, dengan paparan yang terus-menerus, otak mulai menurunkan sensitivitas terhadap dopamin, memerlukan rangsangan yang lebih besar untuk merasakan kepuasan yang sama. Fenomena ini dikenal sebagai toleransi, yang merupakan salah satu ciri khas dari kecanduan.

Studi ini menemukan bahwa orang yang sering mengonsumsi pornografi mengalami perubahan struktur otak, terutama penurunan volume materi abu-abu di area korteks prefrontal, yang bertanggung jawab atas pengambilan keputusan dan kontrol diri. Temuan ini menunjukkan pola yang mirip dengan yang terjadi pada individu yang kecanduan narkoba atau alkohol. Perubahan ini menunjukkan dampak signifikan terhadap kemampuan seseorang dalam mengontrol dorongan impulsif, yang dapat berimplikasi pada perilaku mereka dalam kehidupan sehari-hari.

Akibatnya, individu yang mengonsumsi pornografi secara berlebihan sering kali mengalami kesulitan dalam mengontrol kebiasaan menonton pornografi dan mengalami penurunan kemampuan untuk fokus pada tugas-tugas yang memerlukan perhatian. Penurunan fungsi ini dapat mengganggu berbagai aspek kehidupan, termasuk produktivitas di tempat kerja atau sekolah, serta hubungan sosial dan emosional. Dengan demikian,

pemahaman mengenai dampak negatif ini penting untuk meningkatkan kesadaran akan risiko yang terkait dengan konsumsi konten pornografi secara berlebihan

Selain perubahan struktur otak, pornografi juga mengganggu fungsi memori jangka pendek. Menurut sebuah penelitian, orang yang sering menonton pornografi cenderung mengalami gangguan dalam memori kerja, yakni kemampuan untuk menyimpan dan memproses informasi sementara. Hal ini disebabkan karena otak mereka lebih sibuk memproses rangsangan visual dari konten pornografi, sehingga mengurangi kapasitas kognitif untuk tugas lain. Dalam jangka panjang, gangguan memori ini dapat memengaruhi kemampuan belajar dan daya ingat individu.

Dampak Pornografi terhadap Kesehatan Mental

Dari sisi kesehatan mental, konsumsi pornografi secara signifikan terkait dengan meningkatnya risiko depresi, kecemasan, dan perasaan rendah diri. Individu yang kecanduan pornografi sering kali merasa bersalah atau malu setelah menonton konten tersebut, terutama jika konsumsi tersebut bertentangan dengan nilai-nilai moral atau keyakinan agama mereka. Hal ini menciptakan siklus emosional negatif, di mana perasaan bersalah dan kecanduan saling memperburuk satu sama lain. Orang yang terpapar pornografi dalam jangka panjang cenderung mengalami penurunan harga diri dan merasa lebih terasing secara sosial. Mereka juga cenderung memiliki pandangan yang tidak realistis terhadap hubungan intim dan seksualitas, yang dapat merusak hubungan interpersonal.

Kecanduan pornografi juga berdampak negatif pada hubungan suami-istri. Pria atau wanita yang terlibat dalam konsumsi pornografi sering kali merasa kurang puas dengan hubungan mereka di dunia nyata. Hal ini disebabkan oleh perbandingan yang tidak realistis antara apa yang mereka lihat dalam konten pornografi dengan kenyataan hubungan intim dalam kehidupan nyata. Ketidakpuasan ini sering kali berujung pada masalah dalam komunikasi, keintiman, dan komitmen dalam hubungan, serta peningkatan risiko perselingkuhan. Dalam jangka panjang, pengaruh ini dapat merusak hubungan yang sehat dan stabil, serta meningkatkan angka perceraian.

Perspektif Islam tentang Pornografi

Dari perspektif Islam, pornografi dilarang keras karena dianggap bertentangan dengan prinsip-prinsip moral dan etika yang dijunjung tinggi dalam ajaran agama. Islam memandang pornografi sebagai salah satu bentuk perilaku yang tidak bermoral yang dapat merusak jiwa dan spiritualitas individu. Dalam Al-Qur'an, terdapat ayat-ayat yang memerintahkan umat Muslim untuk menjaga pandangan dan memelihara kesucian diri,

seperti dalam Surah An-Nur ayat 30-31, yang secara eksplisit melarang tindakan yang dapat membangkitkan nafsu syahwat di luar pernikahan yang sah.

Sebagian besar ulama menganggap pornografi haram karena merusak kesucian diri dan hubungan sosial. Mereka percaya pornografi mendorong perilaku seksual menyimpang dan menghancurkan nilai-nilai kesucian dalam pernikahan. Dalam perspektif Islam, dampak negatif pornografi terhadap kesehatan otak dan mental merupakan konsekuensi pelanggaran ajaran agama, menjauhkan individu dari kebajikan dan mendekatkannya pada kerusakan moral dan spiritual.

Namun, ada pula pandangan yang lebih moderat di kalangan ulama yang berpendapat bahwa meskipun pornografi dilarang, dampaknya bisa bervariasi tergantung pada kondisi individu. Sebagian kecil ulama ini mengakui bahwa beberapa individu mungkin tidak langsung mengalami kerusakan psikologis atau neurologis yang signifikan akibat konsumsi pornografi, terutama jika mereka memiliki kontrol diri yang kuat dan pemahaman yang baik tentang batasan moral. Pandangan ini mencerminkan nuansa dalam diskusi mengenai pornografi, yang tidak selalu hitam-putih.

Meskipun ada pandangan moderat ini, para ulama tetap menganjurkan umat Muslim untuk menjauhkan diri dari konten pornografi karena potensi bahayanya yang sangat besar, baik secara moral maupun psikologis. Mereka menekankan pentingnya kesadaran akan risiko yang mungkin timbul dari paparan konten semacam itu dan mendorong individu untuk memelihara nilai-nilai agama serta menjaga kesehatan mental. Dalam konteks ini, meskipun beberapa orang mungkin dapat mengelola dampak negatif, tetap ada ancaman yang perlu diperhatikan oleh seluruh umat Muslim

Pro dan Kontra Terhadap Dampak Pornografi

Dalam literatur kesehatan dan agama, diskusi mengenai pengaruh pornografi memunculkan pandangan pro dan kontra. Sebagian besar ahli kesehatan dan ulama sepakat bahwa dampak pornografi, terutama jika dikonsumsi dalam jangka panjang, sangat negatif. Mereka mengkhawatirkan potensi kerusakan pada kesehatan mental, perilaku sosial, dan hubungan interpersonal yang dapat ditimbulkan oleh paparan konten pornografi. Pendapat ini didasarkan pada penelitian yang menunjukkan hubungan antara konsumsi pornografi dengan peningkatan kecanduan dan penurunan kepuasan dalam hubungan intim.

Namun, ada beberapa pandangan kontra yang menyatakan bahwa dampak negatif dari pornografi tidak selalu terjadi pada semua orang. Beberapa individu dianggap mampu mengontrol konsumsi mereka tanpa mengalami kecanduan atau dampak psikologis yang serius. Dalam konteks ini, pandangan ini menekankan pentingnya faktor-faktor seperti

kontrol diri dan pemahaman pribadi mengenai batasan moral dalam menghadapi konsumsi konten semacam itu.

Pandangan pro-pornografi, meskipun lebih jarang ditemui, biasanya berargumen bahwa pornografi dalam jumlah yang terbatas dan dikonsumsi secara sporadis tidak selalu merusak. Dalam pandangan ini, pornografi dianggap sebagai bentuk eksplorasi seksual yang tidak berbahaya, terutama jika konsumsi tersebut tidak berlebihan dan tidak mengganggu kehidupan sehari-hari. Namun, pandangan ini lebih banyak didukung oleh sebagian kecil psikolog daripada oleh para ahli agama, karena Islam secara keseluruhan memandang pornografi sebagai sesuatu yang merusak moral dan spiritual manusia.

Secara keseluruhan, hasil kajian literatur ini menunjukkan bahwa pornografi memiliki dampak buruk yang nyata terhadap kesehatan otak dan mental, terutama ketika dikonsumsi secara terus-menerus atau dalam jangka panjang. Pandangan agama, khususnya Islam, dengan tegas melarang konsumsi pornografi karena dianggap merusak moralitas, kesucian diri, dan kesejahteraan spiritual individu. Meskipun ada beberapa pendapat yang lebih moderat dalam memandang dampak pornografi, baik dari segi kesehatan maupun agama, mayoritas pandangan mengakui bahwa pornografi membawa lebih banyak kerugian daripada manfaat.

Pembahasan ini menunjukkan bahwa pornografi adalah masalah kompleks yang memengaruhi berbagai aspek kehidupan, baik dari segi kesehatan, psikologis, maupun spiritual. Banyak individu yang terpapar konten pornografi mengalami gangguan mental, penurunan kualitas hubungan sosial, dan kecenderungan terhadap perilaku menyimpang. Oleh karena itu, penting untuk memahami konsekuensi dari konsumsi pornografi dan dampaknya terhadap kesehatan secara keseluruhan.

Dari perspektif Islam, perlindungan terhadap kesucian diri dan moralitas adalah prioritas utama. Segala bentuk konsumsi konten yang dapat merusak prinsip-prinsip ini dianggap berbahaya dan harus dihindari. Dengan demikian, pendekatan yang holistik dan berbasis pada nilai-nilai agama sangat diperlukan untuk mencegah dampak negatif pornografi, serta untuk menjaga kesehatan mental dan spiritual individu.

4. SIMPULAN

Kesimpulannya, pornografi memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan otak dan mental, yang didukung oleh berbagai penelitian ilmiah. Dampak neurologis berupa perubahan struktur otak, terutama di area yang mengatur kontrol diri dan pengambilan keputusan, menunjukkan adanya risiko kecanduan dan gangguan kognitif. Di sisi psikologis, pornografi berpotensi menyebabkan perasaan bersalah, kecemasan, serta depresi, yang pada akhirnya merusak kualitas hubungan interpersonal dan kehidupan sosial. Dengan paparan yang terus-menerus, konsumsi pornografi dapat menciptakan siklus ketergantungan yang berbahaya, baik dari segi mental maupun emosional.

Dalam perspektif Islam, pornografi jelas dianggap haram karena bertentangan dengan prinsip-prinsip moral dan spiritual yang dijunjung tinggi. Islam memandang pornografi sebagai perusak moralitas yang dapat menjauhkan seseorang dari kebajikan dan keseimbangan spiritual. Meskipun ada pandangan moderat yang mengakui bahwa dampak pornografi dapat berbeda pada setiap individu, mayoritas ulama sepakat bahwa bahaya pornografi jauh lebih besar daripada manfaatnya, sehingga umat Muslim dianjurkan untuk menjauhi segala bentuk konten yang merusak kesucian diri dan hubungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfaridzi, G. R., Putri, E. M., & Sulistiasih, S. (2024). Sosial media effect terhadap mental health adolescent di tengah transformasi digital: Studi komprehensif tentang psikologis dan risiko terkait. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(3), 202-222.
- Altin, M., De Leo, D., Tribbia, N., Ronconi, L., & Cipolletta, S. (2024). Problematic pornography use, mental health, and suicidality among young adults. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(9), 1228.
- Aprilia, L. (2023). Peran bimbingan dan konseling Islam dalam mengatasi pornografi dan seks bebas pada remaja. *Religion: Jurnal Agama, Sosial, dan Budaya*, 2(5), 1105-1127.
- Ayu, P., Pawennei, M., & Abbas, I. (2024). Perlindungan hukum terhadap korban tindak pidana penyebaran konten pornografi balas dendam. *Journal of Lex Philosophy (JLP)*, 5(2), 611-628.
- Blinka, L., Ševčíková, A., Dreier, M., Škařupová, K., & Wölfling, K. (2022). Online sex addiction: A qualitative analysis of symptoms in treatment-seeking men. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 907549.
- Ezebuilo, H. C. (2023). Sexuality and human nature: An African perspective. *Ochendo: An African Journal of Innovative Studies*, 4(1).

- Ilham, D. M., Saepudin, A., & Surbiantoro, E. (2022, August). Implikasi pendidikan dari Al-Quran surat An-Nur ayat 30-31 tentang perintah menjaga pandangan terhadap pendidikan akhlak. In Bandung Conference Series: Islamic Education (Vol. 2, No. 2, pp. 596-605).
- İzci, F., Sağlam, N. G. U., & Ergelen, M. (2022). Neurobiology and genetics of behavioral addictions: A brief review. *Bağımlılık Dergisi*, 23(2), 233-241.
- Jannah, M. (2021). Konsep bimbingan konseling Islam dalam meningkatkan moral remaja. *IDEALITA: Jurnal Pendidikan Dan Sosial Keagamaan*, 1(1), 64-85.
- Lubis, M., & Handayani, D. O. D. (2022). The relationship of personal data protection towards internet addiction: Cyber crimes, pornography and reduced physical activity. *Procedia Computer Science*, 197, 151-161.
- Privara, M., & Bob, P. (2023). Pornography consumption and cognitive-affective distress. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 211(8), 641-646.
- Ramadani, W., & Sianturi, R. U. (2022). Kebijakan hukum pidana dalam menanggulangi LGBT. *Aufklarung: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(4), 387-393.
- Ramadhani, F. E., & Khotimah, K. (2023). Memahami kecerdasan emosional dan spiritual melalui lensa Islam. *MERDEKA: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(2), 1-17.
- Reichert, R. A., Calixto, F., da Silva, A. M. B., Martins, G. D. G., Barbugli, B. C., Scatena, A., & Andrade, A. L. M. (2021). Digital games, shopping, sex, and other addictions: Neuropsychological and behavioral correlates. In *Drugs and Human Behavior: Biopsychosocial Aspects of Psychotropic Substances Use* (pp. 443-458). Cham: Springer International Publishing.
- Rosburg, T., Pflueger, M. O., Mokros, A., Boillat, C., Deuring, G., Spielmann, T., & Graf, M. (2021). Indirect and neuropsychological indicators of pedophilia. *Sexual Abuse*, 33(5), 579-605.
- Rothman, E. F. (2021). *Pornography and public health*. Oxford University Press.
- Salsabila, A. N., & Nissa, S. K. (2024). Memahami dampak psikologis dari kekerasan seksual yang terjadi di lingkup perguruan tinggi, tempat kerja, keluarga dan lainnya: Perspektif dalam konteks sosial. *Afeksi: Jurnal Psikologi*, 3(3), 113-130.
- Saras, T. (2023). *Dopamin: Molekul kesenangan dan kekuatan motivasi*. Tiram Media.
- Setyawati, R., Hartini, N., & Suryanto, S. (2020). The psychological impacts of internet pornography addiction on adolescents. *Humaniora*, 11(3), 235-244.
- Sharpe, M., & Mead, D. (2021). Problematic pornography use: Legal and health policy considerations. *Current Addiction Reports*, 1-12.
- Singh, A. (2024). Impact of pornography on executive functioning, depression, and aggression. *Educational Administration: Theory and Practice*, 30(4), 9031-9047.

- Solly, J. E., Hook, R. W., Grant, J. E., Cortese, S., & Chamberlain, S. R. (2022). Structural gray matter differences in problematic usage of the internet: A systematic review and meta-analysis. *Molecular Psychiatry*, 27(2), 1000-1009.
- Vaillancourt-Morel, M. P., Rosen, N. O., Willoughby, B. J., Leonhardt, N. D., & Bergeron, S. (2020). Pornography use and romantic relationships: A dyadic daily diary study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(10-11), 2802-2821.
- Wéry, A., Canale, N., Bell, C., Duvivier, B., & Billieux, J. (2020). Problematic online sexual activities in men: The role of self-esteem, loneliness, and social anxiety. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2(3), 217-226.