ABDIRA Volume 6 Nomor 4 Tahun 2026 Halaman 1454-1462
JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT
Research & Learning in Faculty of Education
ISSN: 2798-0847 (Printed); 2798-4591 (Online)

Bicara dari Hati: Membangun Keyakinan Diri Orang Tua dalam Komunikasi Seksualitas Bersama Remaja

Yohanes Budiarto[1]*, Carmella Zeldawn Priscilla[2], Sabrina Dewianti Lukman[3]

Program Magister Psikologi, Universitas Tarumanagara
e-mail: yohanesb@fpsi.untar.ac.id

Abstrak

Komunikasi seksualitas antara orang tua dan remaja merupakan salah satu faktor protektif bagi perkembangan seksual yang sehat, tetapi rasa canggung dan rendahnya keyakinan diri (self-efficacy) kerap menghalangi orang tua untuk memulai percakapan tersebut, khususnya dalam masyarakat dengan norma seksual yang restriktif seperti Indonesia. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan self-efficacy komunikasi seksualitas orang tua melalui pelatihan "Bicara dari Hati" yang dirancang berdasarkan empat sumber self-efficacy yaitu mastery experience, vicarious experience, verbal persuasion, dan physiological/affective states. Menggunakan desain quasi-experimental one-group pretest-posttest, pelatihan berdurasi 120 menit ini diikuti oleh 80 orang tua siswa SMP PN Cirebon (65% ibu, 35% ayah). Hasil uji paired sample t-test menunjukkan peningkatan skor self-efficacy yang signifikan, dari 22,98 (pretest) menjadi 30,45 (posttest), $t = 26{,}014$, $p < .001$, dengan effect size besar (Cohen's $d = 1{,}71$). Temuan ini mengindikasikan bahwa intervensi psikoedukatif yang berlandaskan teori Bandura efektif meningkatkan kesiapan psikologis orang tua untuk membicarakan seksualitas dengan anak remajanya, meski keberlanjutan perilaku di rumah masih perlu diverifikasi melalui evaluasi lanjutan.

Kata Kunci: *Komunikasi Seksualitas, Self-Efficacy Orang Tua, Remaja, Teori Bandura, Psikoedukasi.*

Abstract

Parent-adolescent sexual communication is a protective factor for healthy sexual development, yet awkwardness and low self-efficacy often prevent parents from initiating such conversations, particularly in societies with restrictive sexual norms such as Indonesia. This community service program aimed to improve parents' self-efficacy in sexual communication through the "Bicara dari Hati" (Speaking from the Heart) training, which was designed around four sources of self-efficacy: mastery experience, vicarious experience, verbal persuasion, and physiological/ affective states. Using a quasi-experimental one-group pretest-posttest design, the 120-minute training was attended by 80 parents of students at SMP PN Cirebon (65% mothers, 35% fathers). A paired sample t-test showed a significant increase in self-efficacy scores, from 22.98 (pretest) to 30.45 (posttest), $t = 26.014$, $p < .001$, with a large effect size (Cohen's $d = 1.71$). These findings indicate that a psychoeducational intervention grounded in Bandura's theory is effective in improving parents' psychological readiness to discuss sexuality with their adolescent children, although whether this change carries over into communication at home still needs to be verified through follow-up evaluation.

Kata Kunci: *Sexual Communication, Parental Self-Efficacy, Adolescents,*

Bandura's Theory, Psychoeducation.

PENDAHULUAN

Masa remaja awal merupakan periode perkembangan yang menentukan, ditandai oleh perubahan fisik, kognitif, sosial, dan emosional yang saling berkaitan. Pada rentang usia sekolah menengah pertama, remaja mulai semakin menyadari perubahan tubuhnya, relasi sosialnya, identitas dirinya, serta makna kedekatan interpersonal. Kajian pada remaja usia 10–14 tahun di Indonesia menunjukkan bahwa periode ini ditandai oleh munculnya rasa ingin tahu terhadap tubuh dan relasi, sementara pengetahuan serta komunikasi terkait kesehatan seksual dan reproduksi masih terbatas (Kågesten et al., 2021; Tristiana et al., 2023). Dengan demikian, pembahasan seksualitas remaja tidak semata soal biologis, melainkan bagian dari perkembangan psikologis yang berkaitan dengan rasa aman, harga diri, kemampuan mengambil keputusan, dan keterampilan interpersonal.

Norma seksual di Indonesia cenderung restriktif sehingga percakapan tentang seksualitas kerap tertahan oleh rasa malu, rasa bersalah, dan ketidakpastian (Kågesten et al., 2021; Tristiana et al., 2023). Sekolah, keluarga, dan media dalam konteks budaya Indonesia sering menegaskan seksualitas sebagai tabu sebelum pernikahan sekaligus membatasi akses terhadap informasi yang akurat. Penelitian lintas budaya mengonfirmasi pola serupa: pembicaraan tentang seks dihindari karena rasa malu, ketakutan dinilai rendah, atau rasa bersalah bila melanggar norma yang berlaku (Alam et al., 2024; Jabareen & Zlotnick, 2023). Bahkan bila niat baik orang tua, guru, dan tokoh agama tidak diragukan, pendidikan seksualitas kerap diperlakukan sebagai alat untuk menekan hasrat seksual remaja, bukan untuk membangun kompetensi dan literasi diri, sehingga remaja lebih sering menerima larangan ketimbang dialog yang sehat (Jabareen & Zlotnick, 2023).

Sementara itu, keterpaparan remaja terhadap informasi seksual dari internet, media sosial, dan kelompok sebaya terjadi pada usia yang makin muda dan sering tanpa pendampingan orang dewasa yang dapat dipercaya. Tanpa komunikasi yang sehat di rumah, remaja cenderung mengisi kekosongan informasi itu dari sumber yang tidak akurat atau bahkan berisiko (Kostopoulou, 2023; Wurtele & Kenny, 2016). Minimnya edukasi yang tepat turut meningkatkan kemungkinan remaja mencoba perilaku seksual berisiko, seperti hubungan seksual pranikah tanpa perlindungan, kehamilan tidak diinginkan, dan penularan infeksi menular seksual, sementara paparan pornografi yang tidak disaring berpotensi menormalisasi kekerasan dan pelecehan seksual (FS et al., 2021). Risiko ini diperparah oleh perkembangan teknologi digital, yang menuntut intervensi yang turut melibatkan pendampingan orang tua dan pendidik untuk memoderasi risiko grooming, sexting berbahaya, dan konten eksploitatif (Finkelhor et al., 2021; Jeglic & Winters, 2023; Quayle & Newman, 2015; Wurtele & Kenny, 2016).

Kondisi tersebut juga dialami oleh mitra kegiatan ini. Kepala sekolah dan guru bimbingan dan konseling SMP PN Cirebon menyampaikan kekhawatiran terhadap penggunaan internet bermasalah oleh siswa terkait konten seksualitas, sementara siswa sendiri cenderung enggan mengomunikasikan isu tersebut kepada orang tua dan lebih memilih berkonsultasi dengan bagian bimbingan konseling. Keengganan ini bersumber dari

keyakinan siswa bahwa orang tua memandang seksualitas sebagai isu orang dewasa yang belum layak didiskusikan bersama anak. Di sisi lain, orang tua sendiri mengaku kebingungan tentang cara berkomunikasi yang tepat mengenai seksualitas anak remajanya. Berdasarkan analisis situasi tersebut, permasalahan mitra dapat dipahami melalui tiga dimensi yang saling terkait. Dimensi kognitif tercermin dari keterbatasan pengetahuan orang tua mengenai tahapan perkembangan seksual remaja yang normatif, sehingga mereka tidak yakin kapan dan bagaimana memulai komunikasi. Dimensi afektif-psikologis tampak pada rendahnya self-efficacy orang tua, yakni keyakinan bahwa diri mereka tidak mampu membicarakan seksualitas, disertai rasa malu dan kekhawatiran keliru bahwa membicarakan topik ini justru mendorong anak bereksperimen secara seksual. Dimensi perilaku terlihat dari minimnya keterampilan komunikasi yang konkret; bahkan orang tua yang cukup berpengetahuan sering tidak tahu cara memulai percakapan atau merespons pertanyaan anak tanpa panik.

Ketiadaan komunikasi yang sehat justru membuka ruang bagi misinformasi, tekanan teman sebaya, dan perilaku seksual berisiko (Kostopoulou, 2023). Sebaliknya, penelitian keluarga dan kesehatan remaja secara konsisten menunjukkan bahwa kualitas komunikasi seksualitas dalam keluarga berkaitan erat dengan perilaku seksual remaja yang lebih aman. Meta-analisis atas lebih dari 50 penelitian dengan ribuan partisipan menunjukkan bahwa remaja yang melaporkan komunikasi terbuka dengan orang tua cenderung lebih konsisten menggunakan kondom dan kontrasepsi (Widman et al., 2016), dan intervensi berbasis orang tua terbukti meningkatkan penggunaan kondom pada remaja (Widman et al., 2019). Bertolak dari kesenjangan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk meningkatkan self-efficacy komunikasi seksualitas orang tua melalui pelatihan berbasis teori self-efficacy (Schunk & DiBenedetto, 2020), sekaligus menjadikan orang tua mitra sejajar sekolah dalam pendampingan psikologis dan moral remaja. Program ini juga sejalan dengan peta jalan penelitian dan pengabdian terkait parenting dan keberfungsian keluarga, serta mendukung SDG 4.7 yang mendorong pembelajar memperoleh pengetahuan dan keterampilan terkait kesetaraan gender, budaya damai, dan gaya hidup sehat.

METODE

Program ini menggunakan pendekatan quasi-experimental dengan desain one-group pretest-posttest untuk mengevaluasi efektivitas intervensi secara kuantitatif. Ketercapaian kegiatan diukur menggunakan Skala Self-Efficacy Komunikasi Seksualitas Orang Tua yang dikembangkan berdasarkan teori self-

efficacy dalam kerangka teori sosial-kognitif (Schunk & DiBenedetto, 2020) dan dimensi komunikasi seksual orang tua-remaja dari Quinn-Nilas et al. (2016). Skala ini terdiri atas 10 butir pernyataan dengan format respons Likert empat poin (1 = Sangat Tidak Setuju hingga 4 = Sangat Setuju), sehingga rentang skor total berkisar antara 10 hingga 40. Validitas isi diperiksa melalui expert judgment, sedangkan reliabilitas diuji menggunakan koefisien Alpha Cronbach yang menunjukkan hasil memadai.

Partisipan kegiatan adalah 80 orang tua siswa SMP PN Cirebon (65% ibu, n = 52; 35% ayah, n = 28), sebagian besar berusia 35–50 tahun dengan latar belakang pendidikan SMA hingga perguruan tinggi. Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi tiga tahap. Pada tahap persiapan, tim pelaksana berkoordinasi dengan pihak sekolah, menyusun materi pelatihan, serta menyiapkan instrumen pretest dan posttest. Pada tahap pelaksanaan, kegiatan diawali dengan pengisian pretest, dilanjutkan pemaparan materi oleh narasumber mengenai perkembangan seksualitas remaja, hambatan komunikasi yang umum dihadapi orang tua, dan strategi membangun percakapan yang terbuka, kemudian ditutup dengan workshop praktik berupa simulasi percakapan, diskusi kelompok kecil, dan bermain peran. Pada tahap evaluasi, peserta mengisi posttest dengan instrumen yang sama serta lembar umpan balik kualitatif. Kegiatan berlangsung selama 120 menit secara luring pada 22 Mei 2026. Data pretest dan posttest dianalisis menggunakan uji paired sample t-test pada program statistik JASP, dan besar pengaruh intervensi dihitung dengan Cohen's d.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan dan Profil Peserta

Pelatihan "Bicara dari Hati: Membangun Keyakinan Diri Orang Tua dalam Komunikasi Seksualitas bersama Remaja" terlaksana secara luring pada Jumat, 22 Mei 2026, di Aula St. Matius-Markus, GBM Cirebon, dengan alur: (1) pretest, (2) pemaparan materi, (3) workshop praktik berupa simulasi percakapan, (4) diskusi kelompok kecil, (5) bermain peran, dan (6) posttest disertai lembar umpan balik. Kegiatan dibuka oleh Kepala SMP PN Cirebon yang menyampaikan urgensi pendampingan orang tua di tengah tantangan digital dan perkembangan seksualitas remaja masa kini. Materi difokuskan pada empat aspek: pemahaman tahapan perkembangan seksualitas remaja yang normatif, identifikasi hambatan psikologis dan budaya dalam komunikasi seksualitas, strategi membangun percakapan terbuka berbasis empati, serta praktik merespons pertanyaan anak tanpa rasa panik.

Peserta berjumlah 80 orang tua dengan komposisi 65% ibu (n = 52) dan 35% ayah (n = 28). Distribusi ini mencerminkan dominasi peran ibu dalam aktivitas sekolah, tetapi sekaligus menunjukkan bahwa partisipasi ayah masih perlu ditingkatkan, mengingat peran ayah yang signifikan dalam pembentukan identitas seksual dan norma relasi remaja laki-laki (Kågesten et al., 2021). Mayoritas peserta berusia 35–50 tahun dengan latar belakang pendidikan SMA hingga perguruan tinggi.



Gambar 1. Sambutan Kepala Sekolah

Perubahan Self-Efficacy Komunikasi Seksualitas Orang Tua

Hasil uji paired sample t-test menggunakan JASP menunjukkan bahwa skor rata-rata self-efficacy komunikasi seksualitas orang tua pada pretest adalah 22,98 (SD = 4,00), yang mengindikasikan tingkat keyakinan diri pada kategori sedang-rendah. Setelah pelatihan, skor rata-rata posttest meningkat menjadi 30,45 (SD = 4,71), dengan selisih rata-rata (mean difference) sebesar 7,47 poin. Uji statistik menghasilkan $t = 26{,}014$ dengan $p < .001$, yang berarti terdapat perbedaan signifikan antara skor pretest dan posttest, sedangkan effect size Cohen's d sebesar 1,71 tergolong besar. Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan "Bicara dari Hati" memberikan dampak yang kuat terhadap peningkatan self-efficacy komunikasi seksualitas orang tua. Peningkatan tampak konsisten pada seluruh dimensi yang diukur, meliputi keyakinan untuk memulai percakapan mengenai tubuh dan pubertas, menjelaskan konsep relasi yang sehat dan setara, merespons pertanyaan anak tanpa rasa malu atau marah, mengelola emosi diri saat membahas topik sensitif, dan memberikan informasi yang akurat sesuai tahapan perkembangan anak.

Umpan balik kualitatif memperkuat data kuantitatif tersebut. Peserta melaporkan bahwa sesi simulasi percakapan dan bermain peran menjadi bagian paling berharga karena memberikan pengalaman langsung dalam menghadapi situasi nyata. Sebagian peserta mengaku sebelum pelatihan merasa bingung memulai percakapan dan khawatir anak akan bertanya hal-hal yang tidak terduga, namun setelah workshop mereka merasa memiliki "peta jalan" percakapan yang lebih jelas. Sejumlah ayah bahkan menyatakan bahwa pelatihan ini membuka kesadaran baru bahwa komunikasi seksualitas bukan tugas eksklusif ibu, melainkan tanggung jawab bersama kedua orang tua.

Peningkatan Self-Efficacy dalam Perspektif Teori Bandura

Temuan ini sejalan dengan teori self-efficacy yang menjadi landasan desain intervensi. Teori ini mengidentifikasi empat sumber utama pembentukan self-efficacy: mastery experience, vicarious experience, verbal persuasion, dan physiological/affective states (Schunk & DiBenedetto, 2020). Pelatihan "Bicara dari Hati" mengintegrasikan keempat sumber tersebut secara sistematis. Mastery experience diaktualisasikan melalui sesi workshop praktik berupa simulasi

percakapan dan bermain peran, tempat peserta secara aktif mempraktikkan dialog dalam skenario yang mendekati situasi nyata; sumber ini dipandang sebagai yang paling kuat memengaruhi self-efficacy (Byars-Winston et al., 2017) karena keberhasilan menyelesaikan tugas komunikasi dalam simulasi meningkatkan keyakinan diri peserta untuk melakukannya di rumah, sebagaimana tercermin pada peningkatan skor dimensi "merespons pertanyaan anak tanpa panik".

Vicarious experience dibangun melalui studi kasus dan contoh percakapan orang tua-remaja yang efektif, sehingga peserta menyaksikan model yang mirip dengan diri mereka berhasil mengelola percakapan sulit; Schunk dan DiBenedetto (2020) menjelaskan bahwa observasi terhadap model semacam ini dapat meningkatkan keyakinan bahwa individu juga mampu melakukan hal serupa. Verbal persuasion disampaikan oleh narasumber dan fasilitator melalui penguatan positif selama sesi praktik, di mana setiap upaya peserta untuk memulai percakapan, meskipun masih ragu, diberi apresiasi dan koreksi yang membangun; persuasi verbal yang realistis dan berbasis kemampuan aktual individu dinilai dapat memperkuat self-efficacy, terutama ketika diikuti pengalaman keberhasilan (Schunk & DiBenedetto, 2020). Adapun physiological and affective states dikelola melalui teknik relaksasi dan reframing kognitif sebelum sesi praktik; dengan menormalisasi kecemasan yang lazim dirasakan orang tua terhadap topik seksualitas, pelatihan membantu peserta mengubah interpretasi kecemasan dari "tanda bahaya" menjadi "tanda kepedulian", sejalan dengan penekanan Schunk dan DiBenedetto (2020) bahwa pengelolaan keadaan afektif negatif menjadi prasyarat penting bagi peningkatan self-efficacy.

Komunikasi Seksualitas Orang Tua-Remaja dalam Konteks Budaya Indonesia

Temuan dari peserta relevan dengan penelitian terdahulu mengenai komunikasi seksualitas dalam keluarga Indonesia. Lestari (2019) dalam studi kasus di Salatiga menemukan bahwa komunikasi pendidikan seksualitas orang tua-remaja dapat dilakukan tanpa waktu khusus, dengan memanfaatkan momentum sehari-hari sehingga terjalin keakraban. Pelatihan "Bicara dari Hati" memperkuat temuan tersebut dengan membekali orang tua keterampilan konkret untuk mengenali dan memanfaatkan momentum semacam itu, misalnya ketika menonton televisi bersama, mengantar anak ke sekolah, atau saat anak mengajukan pertanyaan secara spontan. Dalam konteks budaya yang restriktif seperti Indonesia, hambatan utama komunikasi seksualitas bukanlah ketiadaan kasih sayang, melainkan ketiadaan keterampilan dan keyakinan diri (Jabareen & Zlotnick, 2023), sementara orang tua cenderung mengandalkan larangan dan ancaman ketimbang dialog terbuka (Harahap & Daulay, 2023). Pelatihan ini menunjukkan indikasi awal bahwa komunikasi seksualitas yang terbuka tidak perlu bertentangan dengan nilai keagamaan atau budaya, selama disampaikan dengan bahasa yang sesuai usia dan dilandasi empati, meskipun klaim pergeseran paradigma ini masih memerlukan pembuktian melalui data perilaku jangka panjang, bukan sekadar skor sikap pascapelatihan.

Implikasi bagi Perlindungan Remaja dari Paparan Konten Seksual Daring

Peningkatan self-efficacy orang tua memiliki implikasi bagi perlindungan remaja dari paparan konten seksual daring yang tidak difilter. Penelitian oleh Kostopoulou (2023), Wurtele dan Kenny (2016), serta Finkelhor et al. (2021) secara konsisten menunjukkan bahwa remaja yang tidak memperoleh informasi akurat dari orang tua cenderung mengisi kekosongan tersebut melalui internet, yang kerap menampilkan representasi seksualitas yang tidak realistis dan berisiko. Widman et al. (2016, 2019) menegaskan bahwa komunikasi seksual yang terbuka antara orang tua dan remaja merupakan faktor protektif yang signifikan, karena remaja dengan komunikasi terbuka cenderung lebih konsisten menggunakan kondom dan kontrasepsi, dan intervensi berbasis orang tua terbukti meningkatkan penggunaan kondom. Dengan demikian, peningkatan self-efficacy orang tua dalam pelatihan ini idealnya dipahami bukan sekadar sebagai perubahan skor psikologis, melainkan sebagai investasi awal bagi kesehatan seksual dan reproduksi remaja, meskipun mata rantai antara self-efficacy dan perilaku aktual di rumah belum diuji langsung dalam kegiatan ini. Quinn-Nilas et al. (2016) mengidentifikasi dimensi kunci dalam komunikasi seksual orang tua-remaja, yaitu frekuensi, kualitas, dan kenyamanan percakapan; pelatihan ini secara spesifik menyasar ketiga dimensi tersebut melalui motivasi pemanfaatan momentum, strategi empati dan bahasa yang tidak menghakimi, serta pengelolaan emosi dan reframing kognitif.

Keterbatasan dan Keberlanjutan Program

Beberapa keterbatasan metodologis perlu diakui secara eksplisit. Pertama, desain one-group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol tidak memungkinkan penarikan kesimpulan kausal yang kuat, karena peningkatan skor berpotensi dipengaruhi oleh efek pengukuran berulang, regresi ke rerata, maupun faktor pematangan yang tidak terkait langsung dengan intervensi. Kedua, evaluasi keberlanjutan jangka panjang belum dilakukan, sehingga belum diketahui apakah peningkatan self-efficacy ini bertahan dan benar-benar diterjemahkan menjadi perilaku komunikasi aktual di rumah, bukan sekadar perubahan sikap yang terukur segera setelah pelatihan. Ketiga, partisipasi ayah yang masih minoritas (35%) mengindikasikan perlunya strategi rekrutmen khusus agar keterlibatan ayah lebih proporsional, mengingat perannya yang penting dalam pembentukan identitas seksual remaja laki-laki. Untuk keberlanjutan program, sekolah disarankan mengintegrasikan modul pelatihan ini ke dalam program peningkatan peran orang tua yang diadakan secara berkala, serta membentuk komunitas belajar orang tua (parent support group) sebagai wadah berbagi pengalaman dan memperkuat mastery experience secara berkelanjutan.

SIMPULAN

Berdasarkan pelaksanaan dan hasil evaluasi kegiatan, dapat disimpulkan beberapa hal berikut. (1) Pelatihan "Bicara dari Hati: Membangun Keyakinan Diri Orang Tua dalam Komunikasi Seksualitas bersama Remaja" berhasil dilaksanakan sesuai rencana pada 22 Mei 2026 di SMP PN Cirebon dan diikuti oleh 80 orang tua

siswa (65% ibu, 35% ayah). (2) Intervensi psikoedukatif berbasis empat sumber self-efficacy (Schunk & DiBenedetto, 2020) terbukti meningkatkan skor self-efficacy komunikasi seksualitas orang tua secara signifikan dan dengan effect size besar, dari 22,98 pada pretest menjadi 30,45 pada posttest ($t = 26{,}014$, $p < .001$, Cohen's $d = 1{,}71$). (3) Umpan balik kualitatif peserta mengonfirmasi bahwa sesi simulasi percakapan dan bermain peran menjadi komponen yang paling berkontribusi terhadap peningkatan keyakinan diri, sejalan dengan prinsip mastery experience dalam teori Bandura. (4) Terlepas dari hasil yang positif, desain one-group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol membatasi kekuatan simpulan kausal, sehingga interpretasi hasil perlu dilakukan secara hati-hati.

Untuk penelitian dan kegiatan pengabdian selanjutnya, disarankan agar desain evaluasi menyertakan kelompok kontrol atau kelompok pembanding, dilengkapi dengan pengukuran tindak lanjut (follow-up) beberapa minggu hingga bulan setelah pelatihan untuk menguji retensi self-efficacy dan translasinya ke perilaku komunikasi aktual di rumah. Strategi rekrutmen yang lebih intensif juga diperlukan untuk meningkatkan partisipasi ayah, mengingat perannya yang khas dan penting dalam pembentukan norma relasi remaja. Selain itu, integrasi modul pelatihan ke dalam program parenting sekolah secara berkala serta pembentukan komunitas belajar orang tua dapat menjadi strategi keberlanjutan yang memperkuat dampak intervensi dalam jangka panjang.

DAFTAR PUSTAKA

Alam, P., Lin, L., Thakkar, N., Thaker, A., & Marston, C. (2024). Socio-sexual norms and young people's sexual health in urban Bangladesh, India, Nepal and Pakistan: A qualitative scoping review. PLOS Global Public Health, 4(2). https://doi.org/10.1371/journal.pgph.0002179

Byars-Winston, A., Diestelmann, J., Savoy, J. N., & Hoyt, W. T. (2017). Unique effects and moderators of effects of sources on self-efficacy: A model-based meta-analysis. *Journal of Counseling Psychology, 64*(6), 645–658. https://doi.org/10.1037/cou0000219

Finkelhor, D., Walsh, K., Jones, L., Mitchell, K., & Collier, A. (2021). Youth internet safety education: Aligning programs with the evidence base. Trauma, Violence, and Abuse, 22(5). https://doi.org/10.1177/1524838020916257

FS, A., MIA, A. K., & Daud, F. (2021). A systematic review of immersive social media activities and risk factors for sexual boundary violations among adolescents. IIUM Medical Journal Malaysia, 20(1). https://doi.org/10.31436/IMJM.V20I1.1766

Harahap, R. K., & Daulay, A. A. (2023). Toxic parenting and its impact on children's language ethics. Counsenesia Indonesian Journal of Guidance and Counseling, 4(1), 41–52. https://doi.org/10.36728/cijgc.vi.2534

Jabareen, R., & Zlotnick, C. (2023). Levels and sources of adolescents' sexual knowledge in traditional societies: A cross-sectional study. Nursing and Health Sciences, 25(1). https://doi.org/10.1111/nhs.12999

Jeglic, E. L., & Winters, G. M. (2023). The role of technology in the perpetration of childhood sexual abuse: The importance of considering both in-person and

online interactions. Children, 10(8). https://doi.org/10.3390/children10081306

Kågesten, A. E., Pinandari, A. W., Page, A., Wilopo, S. A., & van Reeuwijk, M. (2021). Sexual wellbeing in early adolescence: A cross-sectional assessment among girls and boys in urban Indonesia. Reproductive Health, 18(1). https://doi.org/10.1186/s12978-021-01199-4

Kostopoulou, E. (2023). Impact of COVID-19 on adolescent sexual life and attitudes: Have we considered all the possible secondary effects of the pandemic? European Journal of Pediatrics, 182(6). https://doi.org/10.1007/s00431-023-04878-5

Lestari, W. (2019). Model komunikasi pendidikan seksualitas orang tua pada remaja. IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology, 1(1). https://doi.org/10.18326/ijip.v1i1.55-80

Quayle, E., & Newman, E. (2015). The role of sexual images in online and offline sexual behaviour with minors. Current Psychiatry Reports, 17(6). https://doi.org/10.1007/s11920-015-0579-8

Quinn-Nilas, C., Milhausen, R. R., Breuer, R., Bailey, J., Pavlou, M., DiClemente, R. J., & Wingood, G. M. (2016). Validation of the Sexual Communication Self-Efficacy Scale. Health Education and Behavior, 43(2). https://doi.org/10.1177/1090198115598986

Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and social cognitive theory. *Contemporary Educational Psychology, 60*, 101832. https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2019.101832

Tristiana, R. D., Pratiwi, I. N., Wulansari, D., Yusuf, A., & Sulistyono, R. E. (2023). Adolescences experience of gender-based violence: A qualitative study. International Journal of Public Health Science, 12(2). https://doi.org/10.11591/ijphs.v12i2.22614

Widman, L., Choukas-Bradley, S., Noar, S. M., Nesi, J., & Garrett, K. (2016). Parent-adolescent sexual communication and adolescent safer sex behavior: A meta-analysis. JAMA Pediatrics, 170(1). https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2015.2731

Widman, L., Evans, R., Javidi, H., & Choukas-Bradley, S. (2019). Assessment of parent-based interventions for adolescent sexual health: A systematic review and meta-analysis. *JAMA Pediatrics, 173*(9), 866–877. https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2019.2324

Wurtele, S. K., & Kenny, M. C. (2016). Technology-related sexual solicitation of adolescents: A review of prevention efforts. Child Abuse Review, 25(5). https://doi.org/10.1002/car.2445