

# HUBUNGAN KESEPIAN TERHADAP TERJADINYA *INTERNET ADDICTION* PADA MAHASISWA KEDOKTERAN ANGKATAN 2018 UNIVERSITAS TARUMANAGARA JAKARTA BARAT

Oleh:

Shelvy Yuliavita<sup>1</sup>, Arlends Chris<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta

<sup>2</sup> Bagian Pendidikan Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta

Korespondensi: [shelvy.405170081@stu.untar.ac.id](mailto:shelvy.405170081@stu.untar.ac.id)

## ABSTRAK

Kesepian merupakan sebuah perasaan dimana seseorang tidak merasakan kepuasan dalam hubungan sosialnya yang disertai dengan gejala tekanan psikologis terkait dengan perasaan kehilangan, dan perasaan tidak puas ketika tidak mendapatkan apa yang diharapkan dalam suatu hubungan. Intensitas pelajaran dan kesibukan di fakultas kedokteran menyulitkan mahasiswa untuk ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial sehingga mendorong mereka untuk menjadi *internet addiction* sebagai cara mengatasi kesepian yang dialaminya. Survei nasional 2019 pada remaja di Indonesia terdapat (9,6%) yang selalu merasa kesepian dalam satu tahun terakhir. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara kesepian terhadap terjadinya *internet addiction* pada mahasiswa kedokteran. Metode penelitian yang digunakan adalah analitik obeservasional dengan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan metode *non-random sampling* teknik *consecutive sampling* yang dilakukan dengan pengisian kuesioner UCLA-*Loneliness scale* untuk menilai kesepian dan *Internet Addiction Test* (IAT) untuk menilai *internet addiction*. Responden merupakan mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2018 sebanyak 154 orang. Data yang diperoleh, terdapat 102(66,2%) responden kesepian tinggi dan 97(63%) responden positif *internet addiction*. Hasil analisis *Chi-square* menunjukkan hasil yang signifikan ( $P=0,001$ ). Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kesepian terhadap terjadinya kejadian internet addiction pada mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2018.

*Kata-kata kunci:* Hubungan, Kesepian, *Internet Addiction*, Mahasiswa Kedokteran.

## ABSTRACT

Loneliness is a feeling that someone doesn't feel content in social relationships accompanied by symptoms of psychological pressure related to feelings of loss, and feelings of dissatisfaction when not getting what is expected in a relationship. The intensity of the lessons and activity at the faculty of medicine causes the students to be difficult to participate in social activities thus encouraging them to become addicted to the internet as a way to cope with the loneliness experienced. Result of National Survey 2019 showed (9.6%) adolescents in Indonesia has always felt lonely in the one past year. The research aims to find the presence or absence of the relationship between loneliness against occurrence internet addiction in medical students. this study used method analytic observational with design cross-sectional. The sample was taken by a non-random sampling method with consecutive sampling performed by answering the UCLA-Loneliness scale questionnaire to assess loneliness and the Internet Addiction Test (IAT) to assess internet addiction. The respondent was a medical student of the Tarumanagara University Force 2018 amount of 154 respondents. Data obtained, there are 102 (66,2%) Respondents who have High loneliness, and 97 (63%) respondents Positive internet addiction. Data were analyzed by Chi-square showed significant results ( $P = 0.001$ ). The conclusion of this research is there is a relationship between the loneliness against the occurrence of internet addiction in medical students of the University of Tarumanagara 2018.

*Keywords:* Relationship, Loneliness, Internet Addiction, Medical Students.

## PENDAHULUAN

Kesepian pada usia remaja dianggap sebagai sebuah masalah psikologis. Pada penelitian yang dilakukan oleh Nurulsani<sup>1</sup> dikatakan bahwa kesepian dapat terjadi berulang kali yang dapat menyebabkan timbulnya perasaan negatif dan pemikiran tidak logis yang umumnya lebih sering terjadi pada perempuan. Kesepian merupakan sebuah perasaan dimana seseorang tidak merasakan kepuasan dalam hubungan sosialnya yang disertai dengan adanya gejala tekanan psikologis terkait perasaan kehilangan, dan perasaan tidak puas ketika tidak mendapatkan apa yang diharapkan dalam suatu hubungan.<sup>1</sup> Kesepian dengan intensitas tinggi terjadi pada usia dewasa muda hingga usia paruh baya. Dalam penelitian Daniel<sup>2</sup> didapatkan data sampel usia 18 hingga 24 tahun dan yang mengalami kesepian sebanyak 43%. *International Conference on Current Issues in Education 2018 (ICCIE 2018)*<sup>1</sup> menganggap kesepian sebagai isolasi sosial yang berkontribusi penting dalam perbaikan psikologis terutama dalam masalah kesehatan. Beberapa faktor situasional yang mendasari terjadinya kesepian yaitu waktu, jarak, dan uang. Mahasiswa kedokteran hanya memiliki waktu yang sedikit untuk tidur hingga berteman sehingga beresiko mengalami kesepian.<sup>2</sup> Survei nasional dalam penelitian Karl<sup>3</sup> didapatkan kejadian kesepian di Swiss 31,7% yang terkadang merasa kesepian, 4,3% merasa cukup sering atau sangat sering kesepian, dan pada sampel remaja di Indonesia terdapat 9,6% yang selalu merasa kesepian. Permasalahan dalam penggunaan internet seperti *Internet Addiction Disorder (IAD)*, *Pathological Internet Use (PIU)*, *Problematic Internet Use*, *excessive Internet use*, *Internet dependence*, *compulsive computer use* dan *virtual addiction* dapat ditimbulkan oleh penggunaan internet dengan cara yang salah.<sup>4</sup> Intensitas pelajaran di fakultas kedokteran dan kesibukan yang menyulitkan mahasiswa untuk ikut berpartisipasi dalam kegiatan sosial mendorong mereka untuk menjadi *internet addiction* sebagai cara untuk mengatasi kesepian yang dialaminya.<sup>5</sup> *Internet addiction* juga dikaitkan dengan depresi, harga diri yang buruk, rasa malu, dan kepuasan hidup yang rendah.<sup>6</sup> Prevalensi kejadian *internet addiction* di tujuh wilayah dunia dalam penelitian Cecillia<sup>6</sup> didapatkan prevalensi global sebesar 6% dengan heterogenitas sedang. Prevalensi tertinggi terdapat pada wilayah

Timur Tengah sebesar 10,9%, dan yang terendah adalah wilayah Utara, Selatan serta Eropa Barat dengan total 2,6%. Survei yang dilakukan Nurulsani<sup>1</sup> pada mahasiswa di Hong Kong menunjukkan bahwa penggunaan Internet berlebihan yang tidak terkontrol akan meningkatkan perasaan kesepian dari waktu ke waktu. *Internet addiction* sering berkaitan dengan timbulnya gangguan kejiwaan yang komorbid seperti depresi, kecemasan, ADHD, gejala *obsesif-kompulsif*, permusuhan atau agresi dan tingginya pergaulan dari yang diharapkan. Proses perubahan ke penggunaan internet patologis masih ambigu dan tidak ada kriteria diagnostik yang diterima secara luas.<sup>5</sup> Penilaian kesepian individu menggunakan *UCLA-Loneliness Scale version-3*(UCLA-LS version-3) sedangkan *internet addiction* dinilai dengan *Young's Internet Addiction Test(IAT)*. Penelitian ini diharapkan dapat mengetahui ada tidaknya hubungan antara kesepian dengan *internet addiction*, agar dapat membantu menurunkan jumlah kejadian kesepian dan *internet addiction* terutama pada mahasiswa kedokteran.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan studi analitik observasional dengan desain *cross sectional* yaitu pengamatan sewaktu untuk menganalisis ada atau tidak adanya hubungan antara variabel yang diteliti. Sampel penelitian adalah Mahasiswa fakultas kedokteran yang berusia 17 – 25 tahun angkatan 2018 Universitas Tarumanagara, Jakarta Barat. Penelitian ini menggunakan *non-random sampling* dengan teknik *consecutive sampling*. Pengambilan data dilakukan pada bulan Januari hingga Maret tahun 2020, dengan menggunakan kuesioner *University of California, Los Angeles-loneliness scale* (UCLA-LS) *version 3* untuk mengukur tingkat kesepian dan *Internet Addiction Test* (IAT) untuk mengukur tingkat *internet addiction*. Data diolah dengan perangkat lunak analisis data SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*).

## **HASIL PENELITIAN**

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan 154 responden. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan dan berumur 19 tahun.

**Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian**

	<b>N = 154 (%)</b>	<b>Mean (SD)</b>	<b>Med (Min;Max)</b>
<b>Usia</b>		19,43 (0,76)	19,00 (18;22)
18 tahun	8 (5,2)		
19 tahun	87 (56,5)		
20 tahun	47 (30,5)		
21 tahun	9 (5,8)		
22 tahun	3 (1,9)		
<b>Jenis Kelamin</b>			
Laki-laki	46 (29,9)		
Perempuan	108 (70,1)		

Berdasarkan Tabel 2 dilakukan uji hipotesis *chi-square* didapatkan hubungan bermakna antara kesepian dan *internet addiction* dengan nilai ( $P=0,001$ ), *Prevalence Ratio* 1,63 dan Interval Kepercayaan 95% didapatkan rentang 1,1 sampai 2,2.

**Tabel 2. Hubungan Kesepian terhadap terjadinya Internet Addiction**

		<b>Status <i>Internet Addiction</i></b>				<b>Total (%)</b>	<b>Nilai <i>P</i></b>	<b>PR (IK)</b>
		<b>Positif</b>		<b>Negatif</b>				
		<b>N</b>	<b>%</b>	<b>N</b>	<b>%</b>			
<b>Status Kesepian</b>	Kesepian Tinggi	74	48,1	28	18,2	102(66,2)	0,001	1,63 (1,1 - 2,2)
	Kesepian Rendah	23	14,9	29	18,8	52(33,8)		
	<b>Total</b>	97	63	57	37	154(100)		

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis uji statistik didapatkan hubungan bermakna antara kesepian dan *internet addiction* dengan nilai  $P = 0,001$ . Data responden yang mengalami kesepian tinggi maupun positif *internet addiction* sebanyak 74 (48,1%) responden, yang mengalami kesepian rendah dan negatif *internet addiction* sebanyak 29 (18,8%) responden dari total 154 responden. Hasil PR menunjukkan bahwa responden yang mengalami kesepian tinggi berkemungkinan positif

mengalami *internet addiction* dengan kemungkinan 1,63 kali dibandingkan dengan yang mengalami kesepian rendah.

Griffiths, Kelleci, Guler, Sezer, dan Golbasi (dalam Demir, 2016)<sup>7</sup> mengatakan bahwa individu yang mengalami perasaan kesepian tinggi memiliki resiko yang lebih tinggi untuk mengalami *internet addiction*. Individu yang mengalami kesepian akan mencari berbagai cara untuk menghindari dan mengimbangi kesepian mereka. Penggunaan internet awalnya digunakan individu hanya sebagai solusi kesepian mereka namun hal tersebut dapat berubah menjadi kecanduan akibat penggunaan yang berlebihan dan melebihi waktu serta dapat memberikan masalah ketika internet tidak tersedia. Bozoglan et al dan Ceyhan & Ceyhan (dalam Ezoë Satoko, 2013)<sup>8</sup> kesepian merupakan variabel paling penting terkait *internet addiction* dimana penggunaan internet dapat menyebabkan kesepian dengan membuat individu mengisolasi diri dan kehilangan kontak dari dunia nyata

Yao & Zhong (dalam Juan Hou, 2019)<sup>9</sup> terdapat lingkaran setan antara kesepian dan *internet addiction*. Kesepian dapat menyebabkan munculnya *internet addiction*, individu yang terobsesi dengan internet berkemungkinan memiliki komunikasi yang kurang dengan dunia luar, yang mengarah pada emosi interpersonal yang semakin merasa terasingkan sehingga dapat meningkatkan kesepian. Young (dalam Ardic, 2013)<sup>5</sup> mengatakan bahwa sosial media merupakan resiko utama penyebab kecanduan karena adanya kesempatan untuk mendapatkan dukungan sosial, perubahan identitas dan gairah seksual, sehingga individu akan mengembangkan *internet addiction* untuk memenuhi kebutuhan sosial interpersonal dan menjadikannya cara alternatif ketika tidak mendapat dukungan dari orang-orang di sekitar mereka.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan data yang diperoleh dari sampel mahasiswa fakultas kedokteran Angkatan 2018 Universitas Tarumanagara, Jakarta Barat. Data kesepian didapatkan mahasiswa yang mengalami kesepian tinggi berjumlah 102 responden

dengan persentase 66,2%, sedangkan yang mengalami kesepian rendah sebanyak mahasiswa dengan persentase 33,8%. Data *internet addiction* didapatkan mahasiswa yang dapat mengontrol penggunaan internet sebanyak 57 (37) mahasiswa sedangkan yang sering bermasalah dalam frekuensi penggunaan internet dengan total 88 (57,1%) dan yang mendapat masalah signifikan akibat internet sebanyak 9 (5,8%) mahasiswa.

Dari data tersebut didapatkan, mahasiswa yang mengalami kesepian tinggi maupun positif *internet addiction* sebanyak 74 mahasiswa dengan persentase 48,1%, yang mengalami kesepian rendah dan negatif *internet addiction* sebanyak 29 mahasiswa dengan persentase 18,8% dari total 154 mahasiswa. Hasil nilai  $P = 0,001$ , sehingga terdapat hubungan bermakna antara kesepian dan *internet addiction*.

## **SARAN**

Saran kepada responden adalah dilakukan pencegahan dengan cara bersosialisasi secara langsung dan mengontrol penggunaan internet untuk membantu menurunkan tingkat kejadian kesepian serta *internet addiction*. Peneliti selanjutnya perlu melakukan penelitian lanjutan untuk menghindari bias perancu dan mempelajari hubungan faktor tersebut seperti kurangnya dukungan sosial nyata, sosial budaya, akademik serta segi keluarga yang dapat mempengaruhi terjadinya *internet addiction* yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

1. Latief N S A, Retnowati E. Loneliness and self-esteem as predictors of internet addiction in adolescents. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, Atlantis Press. 2019;326
2. Perlman D, Peplau L A. Loneliness. *Encyclopedia of Mental Health*. 1998;1
3. Peltzer K, Pengpid S. Loneliness correlates and associations with health variables in the general population in Indonesia. *International Journal of Mental Health Systems*. 2019;13:24
4. Poli R. Internet addiction update: diagnostic criteria, assessment and prevalence. *Neuropsychiatry*. 2017;7(1):04 – 08
5. Ardic C, Inecikli S, Hotipoglu C. Loneliness and internet addiction in doctors and medical students: a cross-sectional study. *International Journal of Research in Medical Sciences*. 2018 May;6(5):1502-8

6. Cheng C, Li Y L. Internet addiction prevalence and quality of (real) life: A meta-analysis of 31 nations across seven world regions. *Cyberpsychology Behavior and Social Networking*. 2014;17:12
7. Demir Y, Kutlu M. The Relationship between loneliness and depression: Mediation role of internet addiction. *Educational Process: International Journal*. 2016;5(2):97-105
8. Ezoë S, Toda M. Relationships of loneliness and mobile phone dependence with Internet addiction in Japanese medical students. *Preventive Medicine*. 2013;3(6):407-12
9. Hou J, Jiang Y, Chen S, Hou Y, Wu J, Fan N, et al. Cognitive mechanism of intimate interpersonal relationships and loneliness in internet-addicts: An ERP study. *Addictive Behaviors Reports*. 2019;10:100209