

Hubungan adiksi internet dan kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2017

Edlin Gisela¹, Arlends Chris^{2,*}

¹ Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

² Bagian Histologi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

*korespondensi email:arlendsc@fk.untar.ac.id

ABSTRAK

Sekarang ini internet berkembang dengan pesat, bahkan memicu pada suatu adiksi baru yang disebut adiksi internet. Adiksi internet adalah penggunaan internet secara berlebihan. Adiksi internet dapat menyebabkan berbagai gangguan psikologis seperti kecemasan. Kecemasan merupakan suatu gangguan psikologis berupa perasaan takut yang berlebihan. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara adiksi internet dan kecemasan. Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan metode potong lintang. Responden dari penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2017. Responden diminta untuk mengisi 2 kuesioner, yaitu kuesioner *Internet Addiction Test* untuk mengukur tingkat adiksi internet dan *Beck Anxiety Inventory* untuk mengukur tingkat kecemasan. Dari 132 responden yang terdiri dari 44 mahasiswa laki-laki dan 88 mahasiswa, 47 (35.6%) responden tidak mengalami adiksi internet, 61 (46.2%) mengalami adiksi internet tingkat *mild*, 23 (17.4%) mengalami adiksi internet tingkat *moderate*, dan 1 (0.8%) mengalami adiksi internet tingkat *severe*. Sedangkan untuk kecemasan 50 (37.9%) responden mengalami kecemasan *minimal*, 24 (18.2%) mengalami kecemasan tingkat *mild*, 9 (29.5%) tingkat *moderate*, dan 19 (14.4%) mengalami kecemasan tingkat *severe*. Hasil analisa data tidak ditemukan adanya hubungan bermakna secara statistik tetapi hubungan positif kuat secara epidemiologi antara adiksi internet dan kecemasan (p value >0.005; PR 1.274).

Kata kunci: adiksi internet, kecemasan

PENDAHULUAN

Manusia merupakan makhluk sosial yang memerlukan komunikasi satu sama lain. Luas wilayah dapat menjadi penghambat komunikasi, namun internet mampu menembus batasan wilayah tersebut. Selain sebagai alat komunikasi, internet digunakan sebagai sarana hiburan, belajar, mengembangkan bisnis dan juga sebagai sumber penghasilan. Seiring dengan berkembangnya zaman internet dapat

dengan mudah diakses oleh berbagai perangkat seperti laptop, telepon genggam, dan lain sebagainya. Karena kemudahan dan manfaatnya, maka pengguna internet terus meningkat. Hal ini dibuktikan oleh data yang dipaparkan oleh *Internet World Stats* pada tahun 2012. Dari tahun 2000 sampai 2012 terjadi peningkatan jumlah pengguna internet sebesar 266%.¹ Pada tahun 2011, *China Internet Network*

Information Center (CNNIC) menyatakan bahwa 420 juta penduduk dari satu miliar lebih penduduk adalah pengguna internet, dimana 58% berusia 10-29 tahun.² Sedangkan di Indonesia disebutkan bahwa terjadi peningkatan jumlah pengguna internet dari 20.000.000 pada tahun 2000 menjadi 30.000.000 penduduk pada tahun 2009.³

Penggunaan internet berlebihan dapat memicu pada suatu fenomena yang disebut adiksi internet. Adiksi internet adalah penggunaan internet tidak terkontrol yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari. Fenomena ini terjadi hampir di berbagai negara, khususnya negara yang perkembangan dan persebaran teknologinya baik.⁴ Prevalensi adiksi internet bervariasi di berbagai belahan dunia. Roberto Poli memaparkan bahwa 5% penduduk Turki, 6.44% penduduk Cina, 4.3% penduduk Korea Selatan, 10.8% penduduk Taiwan, 4.3% penduduk Hungaria, dan 5.01% penduduk Italia menderita adiksi internet.⁵ Penggunaan internet dalam waktu lama dapat berpengaruh pada permasalahan psiko-sosial seperti depresi, antisosial, permasalahan tidur, kecemasan, bahkan dapat mempengaruhi sistem imun.⁶ Penelitian yang dilakukan oleh Elona Hasnjaji di Universitas Tirana menemukan bahwa 55% dari 256 pengguna internet mengalami kecemasan

tingkat berat sehingga penelitian tersebut menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara adiksi internet dan kecemasan.⁷ Data di atas mendorong peneliti untuk melakukan penelitian mengenai gambaran serta hubungan adiksi internet dan kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2017.

METODE PENELITIAN

Desain studi yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi analitik dengan pendekatan potong lintang. Studi ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara (FK Untar) pada bulan Februari-April 2019. Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa FK Untar angkatan 2017.

Perkiraan besar sampel ditentukan dengan menggunakan rumus dua proporsi independen. Pengambilan sampel dengan cara *non-consecutive random sampling*.

Pengukuran skala adiksi internet menggunakan kuesioner *Internet Addiction Test by Young*. Kuesioner ini pertama kali dikenalkan oleh Young pada tahun 1996. Kuesioner ini terdiri dari 20 pertanyaan yang berkaitan dengan sejauh mana penggunaan internet berpengaruh pada rutinitas sehari-hari, pola tidur, kehidupan sosial, produktivitas, serta perasaan tertentu. Hasilnya akan menentukan apakah seseorang termasuk dalam

kategori normal (skor 0-30), pengguna internet rata-rata yang tidak dikategorikan sebagai pecandu internet dan memiliki kontrol penuh dalam penggunaannya/tingkat *mild* (skor 31-49), mengalami masalah umum yang sering terjadi akibat penggunaan internet yang berlebihan/tingkat *moderate* (skor 50-79), atau memiliki masalah yang serius dan signifikan akibat dari penggunaan internet/tingkat *severe* (skor 80-100). Kuesioner ini memiliki angka Cronbach $\alpha=0.89$, dan nilai validitas $r=0.20$.⁸

Untuk mengukur tingkat kecemasan peneliti menggunakan instrumen *Beck Anxiety Inventory* (BAI). Kuesioner BAI pertama kali diperkenalkan oleh Aaron Temkin Beck dan Robert A Steer pada tahun 1998. Kuesioner ini menjabarkan 21 gejala kecemasan, seperti tidak bisa relax, susah bernafas, dsb. Hasilnya akan menentukan apakah seseorang tergolong kecemasan *minimal* (skor 0-7), *mild* (skor 8-15), *moderate* (skore 16-25), dan *severe* (skor 26-31).⁹ Data kemudian dianalisis menggunakan perangkat lunak.

HASIL PENELITIAN

Dari total 132 responden didapatkan distribusi jenis kelamin laki-laki sebanyak 44 (33,3%) orang dan perempuan sebanyak 88 (66,7%) orang. Usia responden beragam, dimulai dari usia 17 tahun

sebanyak 1 (0,8%) orang, 18 tahun berjumlah 14 (10,6%) orang, 19 tahun sebanyak 71 (53,8%) orang, 20 tahun sebanyak 41 (31,1%) orang dan yang berumur 21 tahun sebanyak 5 (3,8%) orang. Berdasarkan tingkat kecemasan, mayoritas responden mengalami kecemasan tingkat minimal sebanyak 50 (37,9%) orang dan adiksi internet tingkat ringan/*mild* sebanyak 61 (46,2%) orang. Pengguna internet terbanyak adalah untuk *Online Messenger* sebanyak 125 (94,7%) dari 132 orang. Penggunaan terbanyak selanjutnya adalah untuk multimedia sebanyak 100 (75,8%) orang, sosial media serta informasi dan pembelajaran 99 (75%) orang, dan online shopping 97 (73,5%) orang. (Tabel 1)

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	Jumlah (%)	Mean;SD	Median (Min;Max)
Usia		19,27;0,7	19,00 (17;21)
• 17 tahun	1 (0,8%)		
• 18 tahun	14 (10,6%)		
• 19 tahun	71 (53,8%)		
• 20 tahun	41 (31,1%)		
• 21 tahun	5 (3,8%)		
Jenis kelamin			
• Laki-laki	44 (33,3%)		
• Perempuan	88 (66,7%)		
Tingkat kecemasan			
• Minimal	50 (37,9%)		
• <i>Mild</i>	24 (18,2%)		
• <i>Moderate</i>	9 (29,5%)		
• <i>Severe</i>	19 (14,4%)		
Tingkat adiksi internet			
• Normal	47 (35,6%)		
• <i>Mild</i>	61 (46,2%)		
• <i>Moderate</i>	23 (17,4%)		
• <i>Severe</i>	1(0,8%)		

Peneliti menggolongkan tingkat kecemasan yang terdiri dari 4 kriteria menjadi 2, yaitu kecemasan *minimal-mild* (skor BAI<8) dan *moderate-severe* (skor BAI>8) sedangkan untuk variabel adiksi internet digolongkan menjadi *internet addiction non problematic use* (skor IAT<50) dan *internet addiction problematic use* (skor IAT>50).³¹ Hasil

studi memperlihatkan hubungan tidak bermakna secara statistik antara adiksi internet dengan kecemasan, tetapi secara epidemiologi didapatkan PR 1,274. Hal ini berarti personal dengan adiksi internet akan mengalami gangguan kecemasan 1,274 kali lebih besar dibandingkan dengan yang tidak mengalami adiksi internet.

Tabel 2. Hubungan antara adiksi internet dengan kecemasan

	Kategori		Total	<i>p-value</i>	PR
	Kecemasan <i>moderate-severe</i>	Kecemasan <i>normal-mild</i>			
<i>Internet addiction problematic use</i>	17	6	23		
<i>Internet addiction non problematic use</i>	64	45	109	0.124	1.274
Total	81	51	132		

PEMBAHASAN

Pada studi ini didapatkan distribusi tingkat kecemasan mahasiswa yang diukur dengan kuesioner BAI. Peringkat tertinggi terletak pada mahasiswa dengan tingkat kecemasan minimal sebesar 37.9%. Hasil ini serupa dengan studi oleh Jessica et al.¹⁰ dan Haryono.¹¹ Jessica et al.¹⁰ menyatakan dengan menggunakan kuesioner BAI 66,7% mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2014 dan 2016 mengalami kecemasan ringan. Hasil yang sama juga didapatkan pada studi Haryono¹¹ terhadap 281 mahasiswa

Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura dengan kuesioner BAI. Pada tingkat adiksi terhadap internet memperlihatkan dari 132 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2017 mayoritas responden yaitu sebanyak 61 orang (46.2%) mengalami adiksi internet tingkat *mild* dan hanya 1 (0.8%) orang yang mengalami adiksi internet tingkat *severe*. Hasil studi ini serupa dengan studi oleh Simanjuntak¹² terhadap 100 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera

dan dilaporkan bahwa 66 responden yang mengalami adiksi internet, mayoritas mengalami adiksi internet tingkat *mild* yaitu sebanyak 47 (71.2%) orang.

Hasil studi ini memperlihatkan tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistika antara adiksi internet dan kecemasan namun, adiksi internet merupakan faktor resiko dari kecemasan ($p > 0.05$). Hasil ini serupa dengan hasil studi oleh Andry¹³ dan Simanjuntak.¹² Andry mengemukakan bahwa tidak terdapat hubungan antara adiksi internet dan kecemasan ($r = 0.065$ dan $p > 0.05$). Pada studi didapatkan $r = 0.065$ yang berarti terdapat korelasi yang lemah antara adiksi internet dan kecemasan. Sedangkan Simanjuntak³⁴ melaporkan bahwa dari 100 responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera 72.5% nya mengalami adiksi internet namun 76.9% nya tidak mengalami kecemasan.

Tidak ada hubungan bermakna antara adiksi internet dan kecemasan mungkin disebabkan karena mayoritas responden menderita adiksi ringan sehingga gejala kecemasan belum terlihat.¹² Terdapat faktor lain yang dapat ditimbulkan dari adiksi internet seperti depresi, kesepian, dan sikap obsesi kompulsif.¹³ Meskipun tidak berhubungan namun didapatkan bahwa adiksi internet merupakan faktor resiko dari kecemasan. Hal ini mungkin

disebabkan seseorang yang menggunakan internet secara berlebihan menghabiskan waktu mereka pada dunia *online* sehingga mengalami kecemasan saat dihadapkan pada dunia nyata. Seseorang yang terbiasa hidup pada dunia *online* akan mengalami kecemasan saat tidak ada internet.¹⁴

Meskipun secara statistik tidak didapatkan hubungan bermakna tetapi hasil studi ini secara epidemiologi menunjukkan hubungan positif kuat antara adiksi internet dengan kecemasan ($PR = 1,274$). Hasil ini serupa dengan hasil studi Azad¹⁴ dan Mussarat et al.¹⁵ Azad melaporkan bahwa terdapat hubungan positif antara adiksi internet dan kecemasan. Semakin banyak waktu yang diluangkan untuk menggunakan internet maka semakin besar pula resiko kecemasan yang ditimbulkan.¹⁴ Mussarat et al melakukan studi terhadap 300 mahasiswa di Universitas Sargodha, Pakistan dan ditemukan korelasi positif lemah antara adiksi internet dan kecemasan ($\gamma = .308$ dan $p < .001$).¹⁵

KESIMPULAN

Pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2017 ditemukan 47 (35.6%) tidak mengalami adiksi internet, 61 (46.2%) mengalami adiksi internet tingkat *mild*, 23 (17.4%) mengalami adiksi internet tingkat

moderate, dan 1 (0.8%) mengalami adiksi internet tingkat severe.

Berdasarkan tingkat kecemasan ditemukan 50 (37.9%) orang mengalami kecemasan *minimal*, 24 (18.2%) orang mengalami kecemasan tingkat *mild*, 9 (29.5%) orang tingkat *moderate*, dan 19 (14.4%) orang tergolong mengalami kecemasan tingkat *severe*. Tidak ditemukan hubungan bermakna antara adiksi internet dan kecemasan dengan *p-value* >0.05, tetapi secara epidemiologi ditemukan hubungan positif kuat dengan PR = 1,274.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed RR, Hanif M, Meenai YA. Relationship between demographic and internet usage. *Journal of Information Engineering and Applications*. 2015;5(10):32-8.
- Dong G, Lu Q, Zhou H & Zhao X. Precursor or sequela: Pathological disorders in people with internet addiction disorder. *PLoS One*. Feb 2011;6(2):1-5.
- Wahyuni, S. Prevalensi internet addiction pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara [skripsi]. Medan: Universitas Sumatera Utara; 2011.
- Shaw M & Black DW. Internet addiction: definition, assessment, epidemiology and clinical management. *CNS Drugs*. 2008;22(5):353-65.
- Poli R. Internet Addiction Update: diagnostic criteria, assessment and prevalence. *Neuropsychiatry*. 2017;7(1):4-8.
- Reed P, Vile R, Osborne LA, Romano M & Truzoli R. Problematic internet usage and immune function. *PLoS One*. Aug 2015;10(8):1-16.
- 7.Hasmujaj E. Internet addiction and anxiety among students of University of Tirana. *European Journal of Education Studies*. 2016;2(4):1-12.
- Young KS & Abreu CN. *Internet Addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.; 2010.
- Nagori N, Vala A, Bharat P, Ratnani I, Vasava K. Association of anxiety and quality of life with internet addiction among medical students. *NJIRM*. 2016;7(5):9-13.
- Saputera JD, Saputera MD, Chris A. Perbedaan prestasi akademik berdasarkan tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Jurnal Muara Sains, Teknologi, Kedokteran, dan Ilmu Kesehatan*. April 2018;2(1):11-7.
- Haryono A. Hubungan karakteristik mahasiswa dengan tingkat gejala anxietas pada program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura angkatan 2006, 2007, 2008, dan 2009 [skripsi]. Pontianak: Universitas Tanjungpura; 2011.
- Simanjuntak Y. Hubungan internet adiksi dengan anxietas pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara [skripsi]. Medan: Universitas Sumatera Utara; 2017.
- Ramadana AK. Hubungan adiksi internet dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala [skripsi]. Banda Aceh: Universitas Syiah Kuala; 2015.
- Musa MAH, Vahedi M. Study of the relationship between internet addiction and anxiety: determination of the extent of internet addiction and anxiety among Iranian Students. *J Appl Environ Biol Sci*. 2014;4(2):201-9.
- Azher M, Khan RB, Salim M, Bilal M, Hussain A, Haseeb M. Relationship between internet addiction and anxiety among students of University Sargodha. *International Journal of Humanities and Social Science*. Jan 2014;4(1):288-93.