

Studi Deskriptif Perilaku Adiksi Internet pada Remaja di Kota Bandung

Tria Nur Addienda, Farida Coralia

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi

Universitas Islam Bandung

Bandung, Indonesia

trianaddienda@gmail.com

Abstract— Adolescent in Bandung are indicated by internet addiction, symptoms such as obsessive thoughts about the internet, withdrawal, uncontrolled impulses, and an inability to stop using the internet (Young, 1999). Internet addiction or addiction can cause a decline in various aspects of adolescent life. In Bandung adolescents, it was found that there was a decrease in aspects of life related to the difficulty in controlling time to go online so that the teenagers always wanted to use the internet and they were stressed when they could not access the internet. This objective is to obtain data to provide a detailed description of adolescent internet addiction behavior in Bandung City and to obtain a description of the relationship between adolescents in Bandung who are indicated by internet addiction. The method used is descriptive method with 146 adolescents as many as subjects. The data was collected using the Internet Addiction Test (1998) which consists of 20 items and was constructed by Kimberly Young. Based on the calculation of the frequency, the results of this study indicate that the level of internet addiction among adolescents in Bandung is: 1) 5% of adolescents classified into the normal category. 2) As much as 31% of adolescents classified into the low internet addiction category. 3) 53% of adolescents classified into the medium internet addiction category. 4) 11% of adolescents classified into the category of heavy internet addiction. The most prominent dimension in Bandung youth is neglecting social life, meaning that teenagers prefer to use the internet more often than build relationships with their peers.

Keywords—Adolescent, Internet, Addiction

Abstrak—Remaja Kota Bandung terindikasi adiksi internet, adiksi atau kecanduan internet ditandai oleh gejala-gejala seperti pemikiran obsesif tentang internet, penarikan, impuls yang tidak terkontrol, dan ketidakmampuan untuk berhenti menggunakan internet (Young, 1999). Kecanduan atau adiksi internet dapat menimbulkan penurunan dalam berbagai aspek kehidupan remaja. Pada remaja Kota Bandung ditemukan terjadinya penurunan pada aspek kehidupan yang berkaitan dengan kesulitan mengontrol waktu untuk online sehingga para remaja menjadi selalu ingin menggunakan internet dan merasa stres ketika tidak bisa mengakses internet. Tujuan penelitian ini adalah memperoleh data untuk memberikan gambaran terkait perilaku adiksi internet remaja di Kota Bandung secara rinci dan diperolehnya gambaran karakteristik remaja Kota Bandung yang terindikasi adiksi internet. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif dengan jumlah subjek sebanyak 146 remaja. Pengumpulan data dilakukan menggunakan Internet Addiction Test (1998) yang terdiri dari 20 item dan dikonstruksi oleh Kimberly Young. Berdasarkan perhitungan distribusi frekuensi hasil

penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat adiksi internet pada remaja Kota Bandung adalah: 1) Sebesar 5% remaja masuk ke dalam kategori normal. 2) Sebesar 31% remaja masuk ke dalam kategori adiksi internet rendah. 3) Sebesar 53% remaja masuk ke dalam kategori adiksi internet sedang. 4) Sebesar 11% remaja masuk ke dalam kategori adiksi internet berat. Dimensi yang paling menonjol pada remaja Kota Bandung adalah neglect social life, artinya para remaja lebih sering memilih untuk menggunakan internet dibanding membangun relasi dengan teman sebayanya.

Kata Kunci—Remaja, Internet, Adiksi

I. PENDAHULUAN

Internet saat ini menjadi pusat dalam interaksi manusia, membentuk bagaimana orang berbagi pengalaman hidup mereka secara online, mengatur gerakan politik, dan berkomunikasi dengan anggota keluarga dan teman sebaya (Manda et al., 2019). Dengan segala kemudahan dan manfaat yang disediakan dalam internet, tentu masyarakat tidak akan lepas dengan problematika internet pula. Fenomena penggunaan internet yang berlebih dapat dikatakan sebagai penyalahgunaan internet atau biasa disebut dengan adiksi atau kecanduan internet (Shapira et al., 2003). Fenomena adiksi internet muncul di berbagai negara maju dan berkembang. Penelitian lebih lanjut terkait adiksi internet di negara-negara berkembang saat ini perlu dilakukan (Tang et al., 2018). Sebagai salah satu negara berkembang, Indonesia menjadi salah satu negara yang sudah terindikasi adiksi internet. Berdasarkan berita yang dimuat pada laman harian merdeka, setelah dilakukan penelitian terhadap responden Indonesia diperoleh hasil bahwa sebesar 55,34% responden mengalami adiksi internet pada tingkat sedang (Agustina, 2019).

Survei APJII secara spesifik menjelaskan bahwa Jawa Barat merupakan daerah yang pengguna internetnya berkontribusi paling besar dibandingkan daerah lain di Indonesia (APJII, 2018). Tingginya angka penggunaan internet di Jawa Barat sejalan dengan masalah yang muncul terkait adiksi internet. Di Jawa Barat sudah teridentifikasi adanya adiksi internet, berdasarkan artikel pada laman iNews pada 16 Oktober 2019 Rumah Sakit Jiwa Provinsi Jawa Barat kedatangan banyak pasien anak yang mengalami kecanduan gawai, dari hasil pemeriksaan

yang telah dilakukan kepada para pasien anak dan remaja yang kecanduan gawai hasil diagnosis menunjukkan jika pasien mengalami adiksi game, adiksi aplikasi dan juga adiksi internet (Yuwono, 2019). Berdasarkan studi sebelumnya disebutkan bahwa pada remaja di Kota Bandung internet sudah menimbulkan permasalahan bagi kehidupan mereka, dimana para remaja menjadi terlalu banyak menghabiskan waktu untuk online, kekurangan waktu tidur, kesulitan untuk mengurangi kebiasaan online, merasa stres ketika tidak mengakses internet, selalu berpikir untuk online, sering menggunakan internet di banyak waktu luang dan sering membayangkan online ketika melakukan aktivitas lain (Mardiawan et al., 2017).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Bagaimana gambaran perilaku adiksi internet pada remaja di Kota Bandung?”. Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menggambarkan bagaimana adiksi internet pada remaja di Kota Bandung.

II. LANDASAN TEORI

Gangguan adiksi pada dasarnya adalah munculnya perilaku kompulsif yang ditunjukkan oleh individu. Perilaku kompulsif dimulai ketika suatu zat adiktif menginduksi kesenangan kepada pengguna, kemudian konsumsi berkelanjutan lebih didorong oleh kebutuhan untuk menghilangkan kecemasan yang ditimbulkan oleh ketidakhadiran zat adiktif (Young & Abreu, 2011).

Gangguan adiksi internet didefinisikan sebagai keasyikan, dorongan, atau perilaku yang berlebihan tentang penggunaan internet yang menyebabkan penurunan nilai dan timbulnya emosi negatif. Pecandu internet dapat menggunakan internet untuk waktu yang lama, mengisolasi diri dari bentuk kontak sosial lainnya, dan fokus hampir seluruhnya pada internet daripada peristiwa kehidupan yang lebih luas (Rosenberg & Feder, 2014).

Menurut Kimberly Young terdapat enam dimensi dalam adiksi internet (Kaya et al., 2016), yaitu:

1. *Salience*

Internet menjadi aktivitas paling penting dalam kehidupan seseorang dan cenderung mendominasi pemikiran, perasaan, dan perilakunya.

2. *Excessive use*

Tampak perilaku *online* yang berlebihan dan penggunaan kompulsif. Kadang-kadang tidak dapat mengontrol waktu *online* sehingga menyembunyikannya dari orang lain.

3. *Neglect work*

Karena jumlah waktu yang dihabiskan untuk *online* berlebihan maka individu menjadi defensif atau tertutup.

4. *Anticipation*

Individu selalu berpikir tentang *online* ketika tidak di depan komputer dan merasa terdorong untuk menggunakan internet saat *offline*.

5. *Lack of control*

Kesulitan mengatur waktu *onlinenya*, sering *online* lebih lama dari yang diharapkan, dan orang lain mungkin mengeluh tentang jumlah waktu yang dihabiskannya individu untuk *online*.

6. *Neglect social Life*

Relasi yang dilakukan secara *online* digunakan untuk mengatasi masalah situasional atau untuk mengurangi ketegangan mental dan stres.

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

	Kategori				Total
	Normal	Rendah	Sedang	Berat	
Frekuensi	7	46	77	16	146
%	5%	31%	53%	11%	100%

TABEL 1. TINGKAT ADIKSI INTERNET REMAJA KOTA BANDUNG

Pada penelitian ini data yang digunakan berasal dari 146 responden remaja Kota Bandung yang berusia 15-19 tahun dan memiliki kesesuaian dengan kriteria subjek yang terindikasi adiksi internet. Berdasarkan hasil pengolahan data terdapat 5% remaja Kota Bandung yang masuk ke dalam kategori normal, artinya terdapat remaja yang tidak terindikasi adiksi internet. Berdasarkan hasil pengolahan data pula dapat terlihat banyak remaja Kota Bandung yang mendapatkan skor adiksi internet dari rentang 50-79 yaitu sebesar 53%, artinya tingkat adiksi internet remaja di Kota Bandung masuk ke dalam kategori adiksi internet sedang.

Kategori	Dimensi					
	<i>Excessive Use</i>	<i>Neglect Social Life</i>	<i>Neglect Work</i>	<i>Anticipation</i>	<i>Salience</i>	<i>Lack Of Control</i>
Normal	F 37	F 36	F 54	F 47	F 36	F 37
%	25%	25%	37%	32%	25%	25%
Rendah	F 46	F 38	F 25	F 36	F 42	F 57
%	32%	26%	17%	25%	29%	39%
Sedang	F 27	F 44	F 32	F 39	F 33	F 16
%	18%	30%	22%	27%	22%	11%
Berat	F 36	F 28	F 35	F 24	F 35	F 36
%	25%	19%	24%	16%	24%	25%
Total	146	146	146	146	146	146

TABEL 2. TINGKAT ADIKSI INTERNET PERDIMENSI

Remaja Kota Bandung yang masuk ke dalam kategori adiksi internet rendah mereka lebih sering menampilkan perilaku pada dimensi *lack of control* dimana ia kesulitan untuk menahan diri agar tidak menggunakan internet, namun dimensi lain seperti *salience*, *excessive use*, *neglect work*, *anticipation* dan *neglect social life* lebih jarang ditampilkan. Berdasarkan uraian tersebut maka dapat

digambarkan bahwa para remaja Kota Bandung dengan kategori adiksi internet rendah masih dapat melakukan kegiatan sehari-harinya dengan baik walaupun dirinya kesulitan mengontrol untuk tidak berlebihan ketika menggunakan internet.

Pada remaja dengan kategori adiksi internet sedang mereka lebih sering menampilkan perilaku pada dimensi *neglect Social life* artinya para remaja selalu lebih sering memilih untuk menggunakan internet dibandingkan membangun relasi sosial dengan teman sebayanya. Namun perilaku dari dimensi lain seperti *salience, excessive use, neglect work, lack of control* dan *anticipation* lebih jarang ditampilkan. Berdasarkan uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa dimensi yang paling menonjol pada remaja Kota Bandung adalah *neglect social life*. Artinya para remaja Kota Bandung lebih memilih untuk menggunakan internet dan mencari teman dalam internet dibandingkan membangun relasi sosial dengan teman sebaya di dunia nyata. Hal ini dapat terjadi karena ketika membangun relasi dalam internet para remaja tidak membutuhkan kemampuan sosial, sehingga para remaja memilih untuk mengambil cara yang tidak perlu mengeluarkan usaha yang lebih besar untuk mencari teman (Cerniglia et al., 2016)

Pada remaja dengan kategori adiksi internet berat perilaku yang lebih sering ditunjukkan berasal dari dimensi *excessive use* dan *lack of control* dimana mereka lebih lama memunculkan perilaku online yang berlebihan sehingga tidak dapat mengontrol waktu online dan lebih sering merasakan kesenangan ketika menggunakan internet. Dari ketiga kategori tingkat adiksi internet, dimensi *neglect of work, anticipation* dan *salience* adalah dimensi yang paling kurang menonjol. Artinya perilaku remaja yang sering merasa asyik dengan internet sehingga menunjukkan hilangnya minat dalam kegiatan lain karena lebih memilih untuk online, sering menunggu kapan dirinya bisa online dan merasakan emosi negatif ketika tidak menggunakan internet serta sering mengabaikan tugas-tugas sekolahnya dan menjadi tidak produktif untuk mengerjakan tugas sehari-hari di rumah maupun sekolah tidak dominan muncul pada ketiga tingkat adiksi remaja di Kota Bandung.

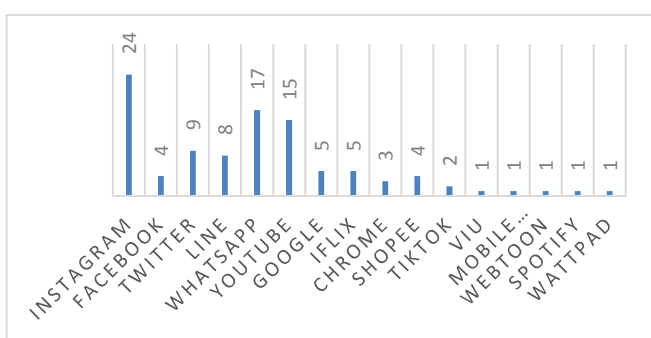


Diagram 1. Presentase Platform Yang Sering Digunakan

Berdasarkan diagram 2 dapat dikatakan bahwa aplikasi yang paling banyak digunakan oleh remaja Kota Bandung

adalah Instagram, Whatsapp, Youtube.

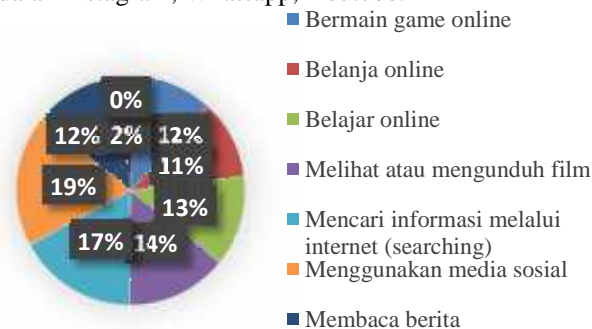


Diagram 2. Presentase Kegiatan Paling Sering Dilakukan

Tiga kegiatan yang paling sering dilakukan oleh remaja Kota Bandung ketika menggunakan internet adalah untuk menggunakan media sosial, untuk mencari informasi (*searching*) dan untuk melihat atau mengunduh film. Jika dilihat berdasarkan kategori adiksi internet, ketiga kelompok kategori menunjukkan bahwa aktivitas yang paling sering dilakukan ketika mengakses internet adalah menggunakan sosial media, artinya baik dilihat secara keseluruhan maupun berdasarkan masing-masing kategori kegiatan yang paling sering dilakukan di internet adalah menggunakan sosial media. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya dimana memang *ditemukan* remaja yang terindikasi adiksi internet lebih banyak menghabiskan waktunya untuk menggunakan sosial media. Lamanya waktu yang digunakan untuk membuka sosial media inilah yang membentuk kebiasaan pada remaja, sehingga perilaku ini repetitif muncul di keseharian remaja (Li et al., 2015).

Menurut Li Wen, dkk (2015) para remaja menjadikan media sosial sebagai satu hal yang penting dalam hidup mereka. Sosial media dianggap sebagai rutinitas harian yang harus selalu mereka lakukan, dimana hal tersebut menjadi satu kebiasaan yang dimulai sejak bangun tidur. Para remaja cenderung akan langsung membagikan ide atau opini yang muncul dalam dirinya ke dalam sosial media. Sosial media juga digunakan sebagai sarana penghubung remaja dengan teman-temannya. Selain itu para remaja juga menyatakan bahwa sosial media mereka gunakan untuk kebutuhan pencarian informasi terkait tugas-tugas sekolah yang mereka miliki. Berdasarkan uraian tersebut maka dapat dikatakan bahwa internet dapat memberikan berbagai pilihan yang dibutuhkan remaja, sehingga remaja akan secara terus-menerus menggunakan internet untuk waktu yang tidak bisa ditentukan (Li et al., 2015).

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Mayoritas remaja Kota Bandung masuk ke dalam tingkat adiksi internet sedang.
2. Tingkatan adiksi internet berat lebih banyak *ditemukan* pada remaja laki-laki dibandingkan

dengan remaja perempuan.

3. Dimensi yang paling menonjol muncul pada remaja Kota Bandung adalah *neglect social life* dimana para remaja lebih memilih untuk *online* dibandingkan dengan membangun relasi sosial dengan teman sebaya.
4. Alasan yang melatarbelakangi remaja Kota Bandung menggunakan internet secara intens adalah rasa bosan.
5. *Platform* yang paling sering digunakan oleh remaja Kota Bandung adalah *platform-platform* sosial media dan hiburan, seperti Instagram, WhatsApp dan Youtube.

V. SARAN

1. Bagi orang tua dengan remaja yang terindikasi adiksi internet berat, diharapkan untuk mendatangi profesional yang berhak menangani sehingga perilaku adiksi internet pada anak dapat ditangani.
2. Bagi orang tua dengan remaja yang pada dimensi *neglect social Life* berat, diharapkan dapat memfasilitasi aktivitas yang dapat membangun relasi dengan teman sebaya secara *offline* sehingga para remaja dapat membangun kemampuan berelasi lebih maksimal.
3. Bagi instansi terkait seperti sekolah dan dinas terkait yang menangani masalah kesejahteraan anak dan institusi terkait perlindungan hak-hak anak Kota Bandung agar segera merancang tindakan yang tepat agar remaja yang belum terindikasi adiksi ataupun remaja yang sudah terindikasi masih dalam tingkat rendah tidak terindikasi adiksi internet semakin parah.
4. Bagi penelitian selanjutnya dapat meneliti faktor-faktor psikologis lain yang berhubungan dengan adiksi internet, seperti kesepian dan relasi interpersonal.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Agustina, A. (2019, Januari 22). Asyik Main Internet Berlebihan, Dosen ITB: Waspada Terkena Adiksi Internet. Bandung, Jawa Barat, Indonesia.
- [2] APJII. (2018). Penetrasi & Profil Perilaku Pengguna Internet Indonesia. APJII.
- [3] Berte, D. Z., Mahamid, F. A., & Affouneh, S. (2019). Internet Addiction and Perceived Self-Efficacy Among University Students. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s11469-019-00160-8>
- [4] Cerniglia, L., Zoratto, F., Cimino, S., Laviola, G., Ammaniti, M., & Adriani, W. (2016). Internet Addiction in adolescence: Neurobiological, psychosocial and clinical issues. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 11. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.12.024>
- [5] Chen, Y., Kang, Y., Gong, W., He, L., Jin, Y., Zhu, X., & Yao, Y. (2016). Investigation on Internet addiction disorder in adolescents in Anhui, People's Republic of China. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 12, 2233–2236. <https://doi.org/10.2147/NDT.S110156>
- [6] ElSalhy, M., Miyazaki, T., Noda, Y., Nakajima, S., Nakayama, H., Mihara, S., Kitayuguchi, T., Higuchi, S., Muramatsu, T., & Mimura, M. (2019). Relationships between internet addiction and clinicodemographic and behavioral factors. *Neuropsychiatric Disease and Treatment*, 15, 739–752. <https://doi.org/10.2147/NDT.S193357>
- [7] Kaya, F., Delen, E., & Young, K. S. (2016). Psychometric properties of the Internet Addiction Test in Turkish. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(1), 130–134. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.042>
- [8] Li, W., O'Brien, J. E., Snyder, S. M., & Howard, M. O. (2015). Characteristics of Internet Addiction/Pathological Internet Use in U.S. university students: A qualitative-method investigation. *PLoS ONE*, 10(2), 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0117372>
- [9] Maharani, D. A., Prasajo, Ra. A., Hasanuddin, M. O., & Mahayana, D. (2018). Mengujian Internet Addiction Test (IAT) ke Responden Indonesia. *INA-RXiV*, December. <https://doi.org/10.31227/osf.io/7ag4w>
- [10] Manda, T. D., Jamu, E. S., Mwakilama, E. P., & Maliwichi-Senganimalunje, L. (2019). Addiction in South and East Africa. In *Internet Addiction and Mental Health among College Students in Malawi*. <https://doi.org/10.1007/978-3-030-13593-5>
- [11] Mardiwani, O., Mubarak, A., Utami, A. T., Abdurroyyan, A. M., & Fauziani, R. I. (2017). Kontribusi Interpersonal Competence Terhadap Internet Addiction Pada Remaja Dan Dewasa Awal Di Kota Bandung. <http://repository.unisba.ac.id:8080/xmlui/handle/123456789/18649>
- [12] Priyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif (T. Chandra (ed.)). ZIFATAMA PUBLISHING.
- [13] Rosenberg, K. P., & Feder, L. C. (2014). *Behavioral Addictions: Criteria, Evidence, and Treatment*.
- [14] Santika, M. G. (2015). Relationship between FoMO (Fear of Missing out) and Internet Addiction on Teenagers in SMAN 4 Bandung. <http://repository.upi.edu/17265/>
- [15] Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazowitz, M., Gold, M. S., & Stein, D. J. (2003). Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17(4), 207–216. <https://doi.org/10.1002/da.10094>
- [16] Shek, D. T. L., & Yu, L. (2013). Internet addiction in Hong Kong adolescents: Profiles and psychosocial correlates. *Adolescence and Behavior Issues in a Chinese Context*, 11(2), 47–64. <https://doi.org/10.1515/ijdh-2012-0023>
- [17] Sutrisna, G. S. (2016). Studi Deskriptif Mengenai Adiksi Internet Pada Mahasiswa Di Universitas "X" Kota Bandung. <https://repository.maranatha.edu/21857/>
- [18] Tang, C. S. K., Wu, A. M. S., Yan, E. C. W., Ko, J. H. C., Kwon, J. H., Yogo, M., Gan, Y. Q., & Koh, Y. Y. W. (2018). Relative risks of Internet-related addictions and mood disturbances among college students: a 7-country/region comparison. *Public Health*, 165(December), 16–25. <https://doi.org/10.1016/j.puhe.2018.09.010>
- [19] We Are Social & Hootsuite. (2019). Digital 2019. We Are Social & Hootsuite.
- [20] West, R., & Brown, J. (2013). *Theory of Addiction*.
- [21] Wu, C. Y., Lee, M. B., Liao, S. C., & Chang, L. R. (2015). Risk factors of internet addiction among internet users: An online questionnaire survey. *PLoS ONE*, 10(10), 1–11. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0137506>
- [22] Wu, X., Chen, X., Han, J., Meng, H., Luo, J., Nydegger, L., & Wu, H. (2013). Prevalence and Factors of Addictive Internet Use among Adolescents in Wuhan, China: Interactions of Parental Relationship with Age and Hyperactivity-Impulsivity. *PLoS ONE*, 8(4). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0061782>
- [23] Younes, F., Halawi, G., Jabbour, H., Osta, N. El, Karam, L., Hajj, A., & Khabbaz, L. R. (2016). Internet addiction and

relationships with insomnia, anxiety, depression, stress and self-esteem in university students: A cross-sectional designed study. *PLoS ONE*, 11(9), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0161126>

[24] Young, Kimberly, S. (2004). Internet Addiction: A New Clinical Phenomenon and Its Consequences. 48(4), 402–415. <https://doi.org/10.1177/0002764204270278>

[25] Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1(3), 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>

[26] Young, K. S. (1999). Internet addiction: evaluation and treatment. *Bmj*, 319(Suppl S4), 9910351. <https://doi.org/10.1136/sbmj.9910351>

[27] Young, K. S., & Abreu, C. N. de. (2010). *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. Wiley.

Young, K. S., & Abreu, C. N. de. (2011). *INTERNET ADDICTION*. John Wiley & Sons, Inc.