

Studi Deskriptif Mengenai Adiksi Internet Pada Remaja di Kota Bandung

Teddy Ali Siregar, Stephani Raihana Hamdan

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi,
Universitas Islam Bandung,
Bandung, Indonesia
teddyalisiregar@gmail.com

Abstract—The use of the internet by adolescents can have both positive and negative impacts, this occurs because adolescents tend to be more easily influenced by the social environment without considering the effects that will be received when doing internet activities. There are 6 aspects that can be a predictor for someone when experiencing internet addiction, namely salience, excessive use, neglect work, anticipation, lack of control and neglect of social life. This study uses non-probability sampling with purposive sampling technique, the subject includes 51 people. The method used by researchers is a correlational method. Data collection using the Internet addiction test (IAT) questionnaire. The data obtained are in the form of ordinal data. The purpose of this study was to see a picture of internet addiction among adolescents in the city of Bandung. The results showed the percentage data of internet addiction, it can be said that as many as 22 people or as much as 43.1% had moderate category internet addiction, then 13 people or 25.5% had mild category internet addiction, and 11 people or as much as 21.6% have heavy category internet addiction, and 5 people or as much as 9.8% have normal category internet addiction. From these data it can be identified that most teenagers in Bandung have moderate internet addiction.

Keywords—Internet Addiction, Behavior, Adolescents

Abstrak—Penggunaan internet oleh remaja dapat memiliki dampak positif dan negatif, ini terjadi karena remaja cenderung lebih mudah dipengaruhi oleh lingkungan sosial tanpa mempertimbangkan efek yang akan diterima saat melakukan kegiatan internet. Terdapat 6 aspek yang dapat menjadi prediktor seseorang ketika mengalami adiksi internet yaitu salience, excessive use, neglect work, anticipation, lack of control dan neglect social life. Penelitian ini menggunakan non-probability sampling dengan teknik purposive sampling, subjek meliputi 51 orang. Metode yang digunakan peneliti merupakan metode korelasional. Pengumpulan data menggunakan kuisioner Internet addiction test (IAT). Data yang diperoleh berupa data ordinal. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran adiksi internet pada remaja di kota Bandung. Hasil penelitian menunjukkan data persentase dari adiksi internet dapat dikatakan bahwa sebanyak 22 orang atau sebanyak 43,1% mempunyai adiksi internet kategori sedang, kemudian 13 orang atau sebanyak 25,5% mempunyai adiksi internet kategori ringan, dan 11 orang atau sebanyak 21,6% mempunyai adiksi internet kategori berat, serta 5 orang atau sebanyak 9,8% mempunyai adiksi internet kategori normal. Dari data tersebut dapat diidentifikasi bahwa sebagian besar remaja di Kota Bandung mempunyai adiksi internet yang sedang.

Kata kunci—Adiksi internet. Perilaku, Remaja.

I. PENDAHULUAN

Pada proses perkembangannya, masa remaja

merupakan periode dimana individu akan meninggalkan masa anak-anak untuk menuju masa dewasa. Pada masa ini individu akan mengalami tantangan dalam proses perkembangan, baik dari dalam diri maupun dari luar terutama lingkungan sosial yang biasa kita kenal sebagai masa transisi (Prayitno,2006).

Teknologi membawa banyak perubahan dalam berbagai aspek kehidupan manusia. McLuhan menyebutkan bahwa, salah satu sifat teknologi itu adalah pervasive, yang berarti bahwa, teknologi tersebut ada di mana-mana dan menembus segala aspek kehidupan manusia. Salah satu aspek yang sangat berkembang dibantu dengan teknologi adalah informasi dan komunikasi (Putri,2017). Kemajuan teknologi yang seharusnya memudahkan manusia namun juga memiliki dampak negatif jika tidak dapat dikontrol dengan baik dalam penggunaannya salah satunya adalah mengalami kecanduan. Di Indonesia sendiri kecanduan internet telah masuk pada peringkat 5 besar negara paling kecanduan internet, yang dimana filipina menduduki puncak global pada urutan tersebut (Pernita,2019).. Menurut Young (2017) Adiksi atau Kecanduan adalah suatu kondisi di mana seseorang memiliki impuls yang tidak terkendali, yang sering disertai dengan kehilangan kontrol, menikmati penggunaannya secara berlebihan dan terus menggunakannya bahkan ketika kegiatan tersebut menyebabkan masalah.

Berdasarkan hasil wawancara prasurvey dengan 10 remaja yang aktif menggunakan internet di Bandung, subjek mengatakan bahwa aktivitas menggunakan internet sudah menjadi bagian dari gaya hidup. Mereka mengatakan setiap hari pasti akan menggunakan fasilitas internet seperti untuk bermain *game* yang sifatnya *online*, *streaming* film, dan aktif di media sosial. Oleh karena penggunaannya yang praktis di zaman sekarang, separuh waktu setiap harinya mereka akan gunakan untuk mengakses internet atau dunia maya.

Subjek yang mengakses internet dapat menghabiskan waktu lebih dari 2 jam pada setiap sesi. Tidak sedikit dari mereka baru akan mengerjakan tugas sekolah ataupun kuliah ketika waktu sudah mendekati *deadline* bahkan ada beberapa yang sampai mengabaikan tugasnya, karena menurut mereka jauh lebih menyenangkan menghabiskan waktu saat mengakses hiburan di internet.

Beberapa dari mereka juga bercerita dapat membeli paket internet lebih dari sekali dalam sebulan. Penggunaan internet dengan sistem kuota, mereka habiskan untuk digunakan pada berbagai aplikasi, *game*, dan media sosial

yang mereka miliki seperti *instagram*, *whatsapp*, *facebook*, *youtube*, dan *line*. Mereka beranggapan apabila tidak menggunakan internet maka akan ketinggalan informasi dan membuat mereka merasa tidak nyaman.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut beberapa remaja tampak memiliki kontrol yang kurang baik dalam menggunakan internet, dimana media internet yang sering digunakan adalah bermain *game online*, menonton *youtube*, *update* status di *instastory*, *whatsapp* atau *twitter* serta *facebook*. maka hal ini mendorong peneliti untuk melakukan penelitian mengenai Adiksi Internet pada remaja di kota Bandung dengan rumusan masalah “Bagaimana gambaran adiksi internet pada remaja di Kota Bandung?”.

Maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai adiksi internet pada remaja di Kota Bandung.

II. LANDASAN TEORI

A. Adiksi

Kecanduan atau adiksi adalah penyakit kompleks, pada bagian otak, yang memanifestasikan dirinya melalui penggunaan zat secara kompulsif, juga dengan konsekuensi yang merugikan (APA, 2013).

Menurut Arthur T Hovart dalam Kusumadewi (2009) mengatakan kecanduan adalah berbagai kegiatan atau penggunaan zat atau substansi yang dilakukan berulang dan berpotensi menjadi dampak negatif. Hovart juga menjelaskan bahwa terdapat berbagai macam adiksi seperti judi, pengeluaran berlebihan, mencuri, aktivitas seksual dan hal-hal lainnya. Salah satu perilaku yang terdapat didalamnya ada adiksi internet.

Berdasarkan pendapat diatas maka dapat dikatakan adiksi mencakup 2 hal yaitu adiksi terhadap zat ataupun perilaku yang merupakan suatu keadaan dimana individu melakukan kegiatan ataupun penggunaan zat tertentu secara berulang dan memiliki potensi untuk memberikan dampak buruk secara fisik ataupun psikologis bagi individu tersebut.

B. Adiksi Internet

Young (2010) berpendapat bahwa kecanduan internet merupakan sebuah sindrom pada individu yang ditandai dengan menghabiskan sejumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan internet dan tidak mampu mengontrol penggunaannya saat mereka sedang *online*. Pengguna internet terbagi menjadi 2 kelompok yaitu *Non Dependent*, yaitu pengguna internet secara normal dan *Dependent*, yaitu pengguna internet yang adiktif.

Young (1996) membagi adiksi internet menjadi enam aspek, yaitu:

1. *Saliency*

Saliency adalah pikiran-pikiran yang berlebihan terhadap internet, hingga berkhayal atau berfantasi mengenai internet ketika sedang tidak mengakses internet.

2. *Excessive use*

Penggunaan internet yang terlalu berlebihan biasanya dikaitkan dengan hilangnya pengertian tentang penggunaan waktu atau pengabaian kebutuhan-kebutuhan dasar dalam kehidupannya. Individu biasanya menyembunyikan waktu online (waktu yang digunakan untuk mengakses internet) dari keluarga atau orang terdekat.

3. *Neglect to work*

Individu memilih aktivitas internet dan mengabaikan pekerjaannya sehingga kinerja dan produktivitasnya menurun.

4. *Anticipation*

Internet digunakan sebagai strategi *coping* dari masalah, yaitu sarana untuk melarikan diri atau mengabaikan permasalahan yang terjadi di kehidupan nyata. Akibatnya, lama kelamaan aktivitas internet menjadi aktivitas yang paling penting dalam hidup sehingga mendominasi pikiran, perasaan, dan perilaku.

5. *Lack of control*

Ketidakmampuan mengontrol diri dalam menggunakan internet mengakibatkan bertambahnya waktu yang digunakan ketika online, baik dalam bentuk durasi waktu maupun frekuensi.

6. *Neglect social life*

Individu banyak menggunakan waktunya untuk melakukan aktivitas yang ada kaitannya dengan internet, akan mengurangi aktivitasnya yang tidak berkaitan dengan internet. Individu secara sengaja mengabaikan kehidupan sosialnya, mengurangi kegiatan rekreasi atau sosial demi mengakses internet.

C. Hubungan Remaja dan Adiksi Internet

Di era globalisasi saat ini, perkembangan remaja banyak yang tidak sesuai dengan tugas-tugas perkembangannya. Ini disebabkan karena banyak faktor, salah satunya kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi (Ameliola & Nugraha, 2013). Teknologi informasi yang sering digunakan oleh remaja seperti telepon seluler, video call, media sosial dan berbagai situs penghubung seperti facebook yang sangat membantu sebagai alat multifungsi, karena multifungsi tersebut remaja banyak menggunakan teknologi secara positif maupun negatif (Ma'rifatul Laili & Nuryono, 2015).

Penggunaan internet oleh remaja dapat memberikan dampak positif maupun negatif, hal ini terjadi karena remaja cenderung mudah terpengaruh oleh lingkungan sosial tanpa mempertimbangkan efek yang akan diterima saat melakukan aktivitas internet (Dharmawan, 2012).

Tidak sedikit remaja terkena dampak negatif dari penggunaan internet, salah satu dampaknya remaja menjadi sangat tergantung pada pengaksesan internet untuk mencapai kepuasan dengan menghabiskan waktu berlalu-lalu, sehingga remaja mengalami kecanduan (Fauziawati, 2015).

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah hasil penelitian kuantitatif deskriptif mengenai Adiksi Internet pada remaja di kota Bandung dengan menggunakan alat ukur kuesioner *Internet addiction test (IAT)* yang telah dimodifikasi oleh Dr. Rakhmad (2018) berdasarkan versi Bahasa Inggris IAT Dr. Young (1996). Didapat hasil sebagai berikut :

Kategori	Frekuensi	Persentase
Normal	5	9,8%
Ringan	13	25,5%
Sedang	22	43,1%
Berat	11	21,6%
Total	51	100%

Gambar 1. Hasil Persentase Gambaran Adiksi Internet

Berdasarkan hasil pengukuran, didapat hasil frekuensi dan data persentase dari adiksi internet dapat dikatakan bahwa sebanyak 22 orang atau sebanyak 43,1% mempunyai adiksi internet kategori sedang, kemudian 13 orang atau sebanyak 25,5% mempunyai adiksi internet kategori ringan, dan 11 orang atau sebanyak 21,6% mempunyai adiksi internet kategori berat, serta 5 orang atau sebanyak 9,8% mempunyai adiksi internet kategori normal. Dari data tersebut dapat diidentifikasi bahwa sebagian besar remaja di Kota Bandung mempunyai adiksi internet yang sedang.

Setelah dihitung pada setiap aspek dari adiksi internet, dapat diketahui bahwa 2 dari ke-6 aspek adiksi internet yang dimiliki oleh remaja di Kota Bandung berada pada kategori sedang yaitu *neglect work* dan aspek *anticipation*, kemudian 2 aspek berada pada kategori ringan yaitu *saliency* dan *neglect social life*, 1 aspek pada kategori berat yaitu *lack of control*, dan 1 aspek pada kategori sedang dan berat yaitu *excessive use*.

Dimensi	Kategori								Total	
	Normal		Ringan		Sedang		Berat			
	F	%	F	%	F	%	F	%	F	%
<i>Saliency</i>	8	15,7	18	35,3	16	31,4	9	17,6	51	100
<i>Excessive use</i>	3	5,9	12	23,5	18	35,3	18	35,3	51	100
<i>Neglect work</i>	11	21,6	15	29,4	17	33,3	8	15,7	51	100
<i>Anticipation</i>	9	17,6	5	9,8	26	51,0	11	21,6	51	100
<i>Lack of control</i>	9	17,6	13	25,5	12	23,5	17	33,3	51	100
<i>Neglect social life</i>	13	25,5	3	5,9	25	49,0	10	19,6	51	100

Gambar 2. Hasil Rekapitulasi Gambaran Aspek Adiksi Internet

1. *Saliency*

Pada aspek *saliency*, sebagian besar remaja di Kota Bandung mempunyai *saliency* yang ringan dapat diartikan bahwa, remaja di Kota Bandung dapat memanfaatkan internet untuk hal-hal yang positif dalam rangka membantu tugas-tugas di sekolah. Mereka tidak memiliki pemikiran yang berlebihan atas keberadaan internet sehingga tidak mengganggu aktifitas lain dan menyebabkan dampak negatif bagi kehidupan mereka.

2. *Excessive use*

Pada aspek *excessive use* sebagian besar remaja di Kota Bandung mempunyai *excessive use* yang sedang dan berat sehingga dapat diartikan bahwa, Sebagian besar remaja di Kota Bandung telah mengabaikan kebutuhan-kebutuhan dasar karena penggunaan waktu yang berlebihan dalam mengakses internet. Selanjutnya kebiasaan mengabaikan tugas sekolah demi mengakses internet akan membuat remaja terbiasa dengan menurunnya prestasi sekolah. Begitu juga ketika mengakses internet menjadi sarana untuk melarikan diri dari permasalahan dalam kehidupan sehari-harinya akan mendominasi pikiran remaja dan bahkan perilakunya untuk selalu mengakses internet sebagai strategi *coping* dari masalah. Bukannya menyampaikan permasalahannya dan meminta saran kepada orang-orang sekitarnya, akan membuat remaja terbiasa mengabaikan kehidupan sosialnya. Hal tersebut karena remaja merasa mengakses internet sebagai alternatif terbaik menjadi sarana untuk melupakan masalahnya. Faktor terakhir dan terpenting yang membuat remaja sulit menghentikan kebiasaan mengakses internet dan menjadi kecanduan adalah ketidakmampuannya dalam mengendalikan dirinya.

3. *Neglect work*

Pada aspek *neglect work*, sebagian besar remaja di Kota Bandung mempunyai *neglect work* yang sedang, hal ini menunjukkan Sebagian besar remaja di Kota Bandung mengabaikan aktifitas seperti sekolah dan kegiatan lain sehingga mengakibatkan prestasi remaja tersebut cenderung akan menurun.

4. *Anticipation*

Pada aspek *anticipation*, sebagian besar remaja di Kota Bandung mempunyai *anticipation* yang sedang, hal ini menunjukkan sebagian besar remaja di Kota Bandung menggunakan internet sebagai sarana untuk melarikan diri atau mengabaikan permasalahan yang terjadi di kehidupan nyata. Akibatnya, lama kelamaan aktivitas internet menjadi aktivitas yang paling penting dalam hidup sehingga mendominasi pikiran, perasaan, dan perilaku mereka.

5. *Lack of control*

Pada aspek *lack of control* sebagian besar remaja di Kota Bandung mempunyai *lack of control* yang berat hal ini menunjukkan Beberapa remaja di Kota Bandung mengalami kesulitan dalam mengarahkan dirinya dan membagi waktu akibat mengakses internet melalui social media, browsing, maupun menonton youtube secara berlebihan tanpa

mengenal waktu, sehingga tidak dapat membagi waktunya dengan baik dan pada akhirnya mengganggu kegiatan lain diluar internet.

6. *Neglect social life*

Pada aspek *neglect social life*, sebagian besar remaja di Kota Bandung mempunyai *neglect social life* yang sedang hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di Kota Bandung mengurangi aktivitasnya di luar aktivitas yang berkaitan dengan internet, sehingga menarik diri dari kehidupan sosialnya. Seseorang menggunakan hubungan online untuk mengatasi masalah situasional dan mengurangi ketegangan mental dan stres.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian deskriptif yang telah dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran adiksi internet pada remaja di Kota Bandung, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Sebagian besar remaja di Kota Bandung yaitu sebanyak 22 atau sekitar 43,1% remaja memiliki adiksi internet pada kategori sedang.
2. Aspek paling banyak dimiliki oleh Sebagian besar remaja di Kota Bandung berada pada aspek *anticipation* yaitu sebanyak 26 orang atau sekitar 51% pada taraf sedang.
3. Sebagian besar remaja di Kota Bandung yang memiliki adiksi internet pada taraf berat memiliki kesamaan paling banyak pada aspek Excessive use yaitu sebanyak 18 orang atau sekitar 35,3%.
4. Sebagian besar remaja di Kota Bandung yang memiliki adiksi internet pada taraf ringan memiliki kesamaan paling banyak pada aspek Salience yaitu sebanyak 18 orang atau sekitar 35,3%.

V. SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah akan dikemukakan saran yang dapat dipertimbangkan bagi para remaja di Kota Bandung, yakni :

1. Bagi remaja di Kota Bandung yang mengalami adiksi internet agar dapat mencari kegiatan lain seperti mengikuti organisasi yang di senangi, meluangkan waktu berkumpul dengan keluarga, mengurangi waktu sedikit demi sedikit ketika sedang mengakses internet dan berinteraksi dengan teman atau lingkungan yang lebih positif agar dapat terhindar dari dampak negatif yang dapat ditimbulkan oleh kecanduan dalam mengakses internet.
2. Bagi Sebagian besar remaja di Kota Bandung yang memiliki permasalahan terkait adiksi dalam penggunaan internet khususnya terkait aspek *anticipation* yang dimana banyak remaja menjadikan internet sebagai sarana untuk melarikan diri dari permasalahan di kehidupan nyata maka perlu untuk melatih diri agar dapat

berpikir logis dan rasional. Berpikir secara logis akan mempengaruhi pola pikir yang kamu miliki dan mengarahkan kita agar dapat menemukan penyelesaian masalah dengan cara yang positif.

3. Bagi remaja di Kota Bandung yang memiliki permasalahan dalam mengakses internet secara berlebihan terkait aspek *Excessive internet use* maka perlu untuk menerapkan atau melatih strategi *self-management* agar dapat menempatkan diri pada situasi yang menghambat tingkah laku seperti kenakalan remaja ataupun dalam hal penggunaan internet secara berlebihan yang mengakibatkan pengabaian aktivitas lain dalam hidup sehingga menimbulkan masalah.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ameliola, S., & Nugraha, H. D. (2013). Perkembangan Media Informasi dan Teknologi Terhadap Anak dalam Era Globalisasi. The 5th International Conference on Indonesian Studies: "Ethnicity and Globalization"ity and Globalization", 362–371.
- [2] American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (5th). Arlington: American Psychiatric Association.
- [3] Dharmawan, P. E.; H., A. (2012). Dampak Sosial-Ekonomi Masuknya Pengaruh Internet dalam Kehidupan Remaja di Pedesaan. Bogor: Departemen Sains Komunikasi Dan Pengembangan Masyarakat, Fakultas Ekologi manusia, IPB.
- [4] J. Rakhmat, Psikologi Komunikasi. (Edisi Revisi). Bandung: Simbiosis Rekatama Media, 2018.
- [5] Kusumadewi, T. n. (2009). Hubungan antara kecanduan game online terhadap keterampilan sosial pada remaja. Jurnal Universitas Indonesia, 8-13.
- [6] Ma'rifatul Laili, F. &. (2015). Penerapan Konseling Keluarga Untuk Mengurangi Kecanduan Game Online Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 21 Surabaya. Jurnal BK, 5(1), 65–72.
- [7] Pernita Hestin Untari. (2019, 2 3). Oketechno. Retrieved 11 26, 2019, from Okezone.tv: <https://techno.okezone.com/read/2019/02/01/207/2012466/indonesia-masuk-5-besar-negara-paling-kecanduan-internet>
- [8] Prayitno, E. (2006). Psikologi Perkembangan Remaja. Padang: Angkasa Raya.
- [9] Putri, Dian W., et al. "Perilaku Bermedia Digital Dalam Pelaksanaan Tridharma Perguruan Tinggi Dikalangan Dosen Unisba." Mediator: Jurnal Komunikasi, vol. 10, no. 1, 2017, pp. 11-24.
- [10] Young, K. S. (2010). Internet Addiction: The Emergence Of A New Clinical Disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1(3), 237-244.
- [11] Young, K. 1996. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244. <http://doi.org/doi:10.1089/cpb.1998.1.237>
- [12] Young, K.S. (2017). Internet Addiction Test. Stoelting: Wheat Lane