

Adiksi Internet pada Remaja

Ismalia Prambayu, Mulia Sari Dewi

Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta

ismaliaprambayu24@gmail.com, mulia.sari@uinjkt.ac.id

Abstract

Internet addiction has become a worrying phenomenon for Indonesian teenagers. This research was conducted to determine whether the psychological factors will influence internet addiction in adolescents. This research uses quantitative with multiple regression analysis method. The winning sample is 200 adolescents. The instrument collects data using a scale internet addiction scale that compiled by Griffiths (2005) and developed by Lemmens (2009), Parenting Authority Questionnaire (PAQ) developed by Buri (1991), Social Skill Inventory (SSI) developed by Riggio (1986), and A Rasch-Type Loneliness Scale compiled by De Jong Gierveld (2006). The results showed that there were significant differences in the parenting style, social skills, and loneliness on the tendency of internet addiction in adolescents.

Keywords: *Internet Addiction, Parenting Style, Emotional Skills, Loneliness*

Abstrak

Adiksi Internet menjadi salah satu fenomena yang mengkhawatirkan untuk remaja Indonesia. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor psikologis apakah yang memberikan pengaruh terhadap kecenderungan adiksi internet pada remaja. Sampel pada penelitian ini berjumlah 200 remaja dengan menggunakan metode analisis kuantitatif. Penelitian ini menggunakan alat ukur sebagai berikut, alat ukur adiksi internet yang dikembangkan oleh Lemmens (2009), *Parenting Authority Questionnaire* (PAQ) yang dikembangkan oleh Buri (1991), *Social Skill Inventory* (SSI) yang dikembangkan oleh Riggio (1986), dan *A Rasch-Type Loneliness Scale* yang disusun oleh De Jong Gierveld (2006). Berdasarkan hasil pengujian ditemukan pengaruh signifikan gaya pengasuhan, keterampilan sosial, dan kesepian terhadap kecenderungan adiksi internet pada remaja.

Kata Kunci: Adiksi internet, gaya pengasuhan, keterampilan sosial, kesepian

Pendahuluan

Internet (*Inter-Network*) adalah sekumpulan jaringan komputer yang menghubungkan situs akademik, pemerintahan, komersial, organisasi, maupun perorangan (Ramadhani, 2003). Beberapa aktivitas yang dapat dilakukan melalui internet seperti *surfing*, *emailing*, *downloading*, *social networking*, *blogging*, *navigating in virtual worlds*, *gaming*, *chatting*, dan lain-lain (Correa, 2010). Laporan dari Asosiasi Penyelenggara Jaringan Internet Indonesia (APJII, 2017), menemukan sebanyak 143.26 juta orang pengguna internet di Indonesia atau 54.68% dari seluruh penduduk Indonesia. Angka tersebut mengalami peningkatan sebanyak 11% dibandingkan tahun 2016.

Mudahnya akses internet membuat remaja Indonesia batasan usia remaja di Indonesia menurut Mappiare (1982) yaitu, remaja awal antara 12–18 tahun dan remaja akhir berkisar 18–22 tahun. Berdasarkan tugas perkembangan, masa remaja memiliki keinginan untuk menjalin hubungan baru dengan teman sebaya baik sesama maupun lawan jenis. Namun sisi lainnya, remaja memiliki sifat

yang rentan dan rasa ingin tahu tentang banyak hal yang cukup tinggi, terutama kaitannya dengan penggunaan internet yang jika berlebihan dan tanpa pengawasan dapat menjadi sebuah masalah bagi remaja (Hurlock, 1991).

Fenomena yang marak terjadi adalah remaja yang menggunakan internet secara berlebihan dan dengan pengawasan orang tua yang tidak baik dapat memunculkan *internet addiction* pada anak terutama remaja. Kementerian Kominfo melaporkan dari 80% sampel anak-anak dan remaja di Indonesia memiliki kecenderungan untuk muncul perilaku kecanduan internet. Aktifitasnya adalah berkomunikasi secara online dengan teman, keluarga, maupun dengan guru untuk membicarakan hal terkait kegiatan sekolah. Aktivitas lainnya yaitu untuk mencari informasi tugas-tugas sekolah dan sebagai hiburan untuk diri sendiri. Namun, yang membuat miris dalam penelitian tersebut ditemukannya kelompok yang signifikan yaitu sebanyak 24% anak-anak dan remaja mengaku berhubungan dengan orang yang tidak dikenal melalui internet, 13% anak-anak dan remaja telah menjadi korban *cyberbullying*, dan 14% lainnya mengaku telah mengakses situs pornografi (unicef.org, 2014).

Hal lain yang dapat dilihat perilaku berlebihan dalam penggunaan internet Menurut Gross (2004), akan memberikan dampak negatif pada remaja seperti, gangguan psikologis dan fisik (kualitas waktu tidur yang rendah, kelelahan, daya tahan tubuh yang rendah), mengasingkan diri dari kehidupan sosial, dan kurangnya hubungan sosial di kehidupan nyata. Masalah lain yang muncul yaitu masalah dengan keluarga (melalaikan rutinitas sehari-hari dan menambah konflik didalam keluarga), lalu munculnya masalah akademis (turunnya nilai pelajaran, tidak masuk kelas, menolak kebiasaan belajar) serta masalah lainnya seperti *cyberbullying*, seksual predator dan terekspos dengan hal-hal yang bersifat pornografi.

Menurut Griffiths (2005), adiksi internet adalah penggunaan internet yang bersifat patologis, yang ditandai dengan ketidak mampuan individu untuk menggunakan waktu dalam menggunakan internet, dan merasa dunia maya lebih menarik daripada kehidupan dalam dunia nyata. Adiksi internet menjadi semacam kecanduan teknologi (seperti kecanduan komputer), dan bagian dari *behavioral addictions* (seperti perjudian kompulsif). Hal ini terjadi karena adiksi dapat menunjukkan kriteria seperti *salience, mood modification, tolerance, withdrawal, conflict*, dan *relapse*.

Salience menunjukkan keadaan dimana penggunaan internet menjadi aktivitas paling penting dalam kehidupan dan cenderung untuk mendominasi pikiran, perasaan, dan perilaku. *Mood modification* menunjukkan perubahan emosi setelah penggunaan internet yang digunakan untuk strategi koping atau sesuatu yang menenangkan. *Tolerance* menunjukkan peningkatan intensitas penggunaan internet untuk mencapai efek *mood modification*. *Withdrawal* menunjukkan perasaan atau efek secara fisik yang tidak menyenangkan (gemetar, *moody*) karena penggunaan internet dikurangi atau dihentikan. *Conflict* menunjukkan perselisihan yang terjadi antara pengguna internet dengan orang lain, diri sendiri, atau aktivitas lainnya. *Relapse* yang menunjukkan ketergantungan untuk kembali mengulangi penggunaan internet secara terus-menerus (Griffiths, 2005).

Dengan demikian internet yang semestinya memberikan dampak positif bagi remaja, ternyata juga dapat memberikan negatif yang menyebabkan mengalami remaja kecenderungan adiksi internet. Oleh karena itu, perlu diketahui hal-hal apa saja yang mempengaruhi adiksi internet pada remaja. Jika hal tersebut diketahui, maka dapat dilakukan pencegahan adiksi internet pada remaja. Selanjutnya dalam penelitian ini membahas beberapa hal yang telah diteliti berpengaruh terhadap adiksi internet.

Selama periode masa perkembangan remaja, orang tua yang berada pada lingkungan terdekat yaitu keluarga. Keluarga memegang peranan penting dalam memberikan pengawasan dan pengelolaan waktu luang remaja. Hasil penemuan dari *Technological Educational Institute* (TEI) di Heraklion menemukan bahwa gaya pengasuhan orang tua menentukan resiko adiksi internet pada remaja. Dari hasil penelitian tersebut diketahui bahwa remaja yang memiliki orang tua yang tegas, *unaffected*, dan menuntut, lebih mungkin memiliki anak yang adiksi terhadap internet. Sebaliknya, gaya pengasuhan yang hangat, *caring*, dan orang tua yang bersifat melindungi berasosiasi rendahnya risiko adiksi internet. Penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa gaya pengasuhan yang salah dapat mendidik anak menjadi pemurung, dan mengalami kesulitan dalam membuat pertemanan, serta dapat meningkatkan resiko kecanduan internet (dailymail.co.uk, 2014). Berdasarkan penelitian tersebut, salah satu faktor yang menjadi fokus dalam penelitian ini yaitu mengenai pengaruh gaya pengasuhan terhadap kecenderungan adiksi internet pada remaja.

Gaya pengasuhan atau *parenting style* menurut Baumrind (1966) merupakan suatu interaksi antara orang tua dan anak, interaksi tersebut diterapkan orang tua dalam upaya untuk memberikan kontrol selama masa perkembangan agar anak dapat hidup selaras dengan lingkungannya. Gaya pengasuhan mencakup tiga jenis yaitu *authoritarian*, *authoritative*, dan *permissive* (Aunola et al., 2000). Ketiga jenis gaya pengasuhan tersebut memiliki ciri khas masing-masing dan memberikan efek yang berbeda terhadap perilaku remaja.

Faktor lain yang juga dapat mempengaruhi kecenderungan adiksi internet pada remaja yaitu adanya keterampilan sosial. Keterampilan sosial atau *social skill* sangat penting bagi remaja untuk lebih mudah berbicara serta mengungkapkan setiap masalah dan perasaan yang dihadapi, sehingga dapat menemukan penyelesaian yang baik dan tidak merugikan diri sendiri maupun orang lain. Keterampilan sosial menurut Riggio (2004) adalah sekelompok keterampilan yang digunakan untuk melakukan *decoding*, mengirim dan mengatur informasi yang masuk secara verbal dan non verbal dalam rangka memfasilitasi interaksi sosial yang positif dan adaptif.

Selanjutnya faktor lain yang dapat mempengaruhi kecenderungan adiksi internet pada remaja adalah kesepian. Kesepian atau *loneliness* merupakan perasaan tidak menyenangkan terhadap situasi yang dialami individu berdasarkan pengalaman subjektif dimana jumlah hubungan yang ada dengan orang lain lebih kecil dari yang diharapkan atau kedekatan dengan seseorang yang diharapkan tidak sesuai dengan kenyataan yang terjadi (De Jong Giervel & Tilburg, 2006).

Penelitian yang dilakukan Moody (2001) menemukan bahwa, penggunaan internet yang tinggi berkaitan dengan tingginya tingkat *emotional loneliness* namun disertai dengan rendahnya *social loneliness*, sedangkan penelitian Caplan (2003) menemukan bahwa individu yang merasa kesepian dapat mengembangkan keinginan untuk berinteraksi sosial secara *online* yang jika berlebihan dapat menyebabkan kecenderungan adiksi internet.

Metode

Populasi yang akan dituju adalah remaja. Sedangkan sampel sebesar 200 remaja usia 12 sampai dengan 22 tahun. Metode sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* dengan teknik *accidental sampling*. Teknik ini merupakan penetapan sampel berdasarkan siapa saja yang secara kebetulan bertemu dapat digunakan sebagai sampel, jika orang yang kebetulan ditemui itu cocok dengan populasi dan sampel penelitian ini. Adapun karakteristik sampel penelitian ini yaitu remaja dengan usia 12–22 tahun dan mengakses internet setiap harinya menggunakan gadget (*handphone, ipad, tablet, smartphone*), *netbook*, atau komputer.

Penelitian ini menggunakan *multiple regression analysis* yang terdiri dari 1 DV dan 11 IV. Adiksi internet menjadi dependen variabel. Gaya pengasuhan, keterampilan sosial dan kesepian menjadi independen variabel. Dimensi dari gaya pengasuhan terdiri dari *authoritarian*, *authoritative*, *permissive*. Dimensi keterampilan sosial terdiri dari *emotional expressivity*, *emotional sensitivity*, *emotional control*, *social expressivity*, *social sensitivity*, *social control*. Dimensi kesepian terdiri dari *emotional loneliness* dan *social loneliness*.

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda dengan adiksi internet sebagai variabel terikat. Alat ukur adiksi internet dalam penelitian ini menggunakan alat ukur berasal dari dimensi adiksi internet yang dikemukakan oleh Ghriffiths (2005), kemudian dikembangkan oleh Lemmens (2009), terdiri dari 6 dimensi yaitu *salience*, *mood modification*, *tolerance*, *withdrawal symptoms*, *conflict*, dan *relapse*.

Alat ukur gaya pengasuhan menggunakan 30 item yang dikembangkan oleh Buri (1991). Sedangkan untuk mengukur keterampilan sosial menggunakan *Social Skill Inventory* (SSI) milik Riggio (2014) untuk mengukur. Alat ukur kesepian milik De Jong Gierveld (2006). Dengan total 10 item.

Hasil

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa perolehan R^2 sebesar 0.254 atau 25.4%. Artinya, proporsi varians dari adiksi internet yang dijelaskan oleh gaya pengasuhan, keterampilan sosial, dan kesepian dalam penelitian ini adalah sebesar 24.9%. Sedangkan 74.6% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian ini.

Tabel 1
R Square

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of The Estimate
1	.504	.254	.210	8.06334

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa nilai Sig pada kolom paling kanan adalah sebesar 0.000. Dengan demikian diketahui bahwa nilai Sig. < 0.05, maka hipotesis nihil mayor yang menyatakan tidak ada pengaruh yang signifikan dari variabel gaya pengasuhan, keterampilan sosial, dan kesepian terhadap adiksi internet ditolak. Artinya, ada pengaruh yang signifikan dari variabel gaya pengasuhan, keterampilan sosial, dan kesepian terhadap adiksi internet pada remaja.

Tabel 2
ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4163.532	11	378.503	5.822	.000
	Residual	12223.285	188	65.017		
	Total	25144.435	199			

Langkah terakhir adalah melihat koefisien regresi atau nilai bobot pengaruh. Jika nilai Sig. < 0.05 maka koefisien regresi tersebut signifikan yang berarti bahwa variabel bebas tersebut memiliki dampak yang signifikan terhadap ide bunuh diri. Adapun besarnya koefisien regresi dari masing-masing variabel bebas terhadap variabel terikat dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3
Koefisien Regresi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	37.023	12.662		2.924	.004
Authoritarian	.184	.078	.175	2.364	.019*
Authoritative	-.027	.084	-.025	-.317	.752
Permissive	.258	.081	.226	3.171	.002*
Victimization	.065	.093	.055	.698	.486
Emotional Expressivity	-.156	.082	-.135	-1.910	.058
Emotional Control	-.030	.084	-.026	-.356	.722
Social Expressivity	.049	.089	.042	.544	.587
Social Sensitivity	.268	.076	.242	3.525	.001*
Social Control	-.294	.082	-.270	-3.589	.000*
Emotional Loneliness	-.142	.082	-.117	-1.737	.084
Social Loneliness	.083	.085	.073	.984	.326

Dari hasil di atas dijelaskan bahwa dari sebelas *independent variable* terdapat empat variabel yang berpengaruh secara signifikan terhadap adiksi internet, yaitu *authoritarian*, *permissive*, *social sensitivity* dan *social control*. Sedangkan, lima variabel lainnya tidak memiliki pengaruh secara signifikan terhadap adiksi internet.

Diskusi

Terdapat tiga variabel pada gaya pengasuhan yaitu *authoritarian* dan *permissive* berpengaruh signifikan dan positif terhadap adiksi internet, sedangkan variabel *authoritative* tidak berpengaruh signifikan dan memiliki nilai koefisien negatif. Artinya, dapat dijelaskan bahwa variabel yang memiliki nilai positif, yaitu *authoritarian* dan *permissive* memiliki pengaruh signifikan terhadap kecenderungan adiksi internet. Sedangkan *authoritative* tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecenderungan adiksi internet.

Penelitian ini bertujuan melihat tingkat ide bunuh diri pada siswa SMA X Jakarta dan faktor psikologis yang mempengaruhinya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ide bunuh diri siswa berada pada kategori rendah, hal ini menunjukkan bahwa 76% dari 259 responden memiliki ide bunuh diri yang rendah dan hampir seperempat dari jumlah responden (24%) memiliki ide bunuh diri yang tinggi.

Variabel *bullying* memiliki hasil yang signifikan terhadap ide bunuh diri dengan arah yang positif antara *bullying* dan ide bunuh diri. Arah tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat *bullying* atau perilaku *bullying* seseorang maka semakin tinggi ide bunuh diri orang tersebut, begitu juga sebaliknya. Hal ini membuktikan penelitian sebelumnya dari Espelage dan Holt (2012), Myers (2014), Kaltiala-Heino et al. (1999) yang menyatakan bahwa *bullying* mempengaruhi ide bunuh diri.

Variabel kesepian memiliki hasil yang signifikan terhadap ide bunuh diri dengan arah yang positif antara kesepian dan ide bunuh diri. Seperti halnya dengan variabel *bullying*, arah tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat atau skor kesepian seseorang maka semakin tinggi ide

bunuh diri orang tersebut, begitu juga sebaliknya. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya dari Schinka (2011) yang menyatakan bahwa kesepian mempengaruhi ide bunuh diri.

Sedangkan variabel yang tidak signifikan adalah variabel *fighting*, variabel *victimization*, jenis kelamin, hambatan belajar, dan kegiatan selain belajar. Variabel *fighting* memiliki hasil yang tidak signifikan terhadap ide bunuh diri dengan arah negatif antara *fighting* dan ide bunuh diri. Arah tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi tingkat atau skor *fighting* maka semakin rendah ide bunuh diri. Hal ini tidak sesuai dengan penelitian sebelumnya milik Espelage dan Holt (2012) yang menyatakan bahwa *fighting* memiliki hasil yang signifikan terhadap ide bunuh diri atau pengaruh ide bunuh diri.

Pada penelitian ini variabel *fighting* digunakan untuk mengukur tingkat perundungan fisik yang dilakukan di sekolah. Berbeda dengan variabel *bullying* yang mengukur tingkat perundungan verbal, variabel *fighting* malah menunjukkan hasil yang tidak signifikan dengan arah yang negatif terhadap ide bunuh diri. Hal ini tidak sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa pelaku perundungan baik itu fisik maupun verbal keduanya memiliki ide bunuh diri yang tinggi atau menunjukkan hasil yang signifikan. Begitupun dengan variabel *victimization* yang menunjukkan hasil yang tidak signifikan.

Variabel *victimization* menunjukkan hasil yang tidak signifikan terhadap ide bunuh diri dengan arah positif antara variabel *victimization* dan ide bunuh diri. Hasil temuan penelitian ini sangat mengejutkan dimana penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa korban perundungan dimana dalam penelitian ini diukur dalam variabel *victimization* menunjukkan hasil yang signifikan terhadap ide bunuh diri.

Variabel jenis kelamin secara negatif memiliki hasil yang tidak signifikan terhadap ide bunuh diri. Dalam penelitian ini siswa yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak memiliki ide bunuh diri dibanding dengan siswa laki-laki, hal ini sesuai dengan penelitian Nock, Prinstein dan Sterba (2013) yang membuktikan bahwa perempuan lebih banyak memiliki ide bunuh diri dibanding dengan laki-laki.

Daftar Pustaka

- Andi, Mappiare. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional.
- APJII. (2017). *Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia (Survey 2017)*. Jakarta: Tekno Preneur.
- Aunola, K., Stattin, H & Nurmi, J.E. (2000). Parenting style and adolescent achievement strategies. *Journal of Adolescence*, 23, 205-222.
- Baumrind, D. (1966). Effect of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*. 37, 4. 887-907.
- Buri, John R. (1991). Parental Authority Questionnaire. *Journal of Personality Assessment*.
- Caplan, S.E. (2005). A Social Skill Account of Problematic Internet Use. *Journal of Communication*, 99, 165-736.
- Correa, T., Williard, A & Zuniga, H. (2010). Who interact on the web?: the intersection of users personality and social media use. *Computers in Human Behavior*, 26, 247-253.
- Dailymail.uk. (2014). Parents who are controlling and overly demanding are more likely to have internet-addicted children. Diakses pada tanggal 20 oktober 2017 dari <http://www.dailymail.co.uk/news/article-2541605/Parents-controlling-overly-demanding-likely-raise-internet-addicted-children-researchers-say.html>
- De Jong Gierveld, J & Tilburg, Theo Va. (2006). *A 6-Item scale for overall, emotional, and social loneliness*. Netherlands interdisciplinary demographic institute; Research on aging.

- Espelage, D.L., & Holt, M.K. (2012). Understanding and Preventing Bullying and Sexual Harassment in School. *APA Educational Psychology Handbook, Vol. 2*
- Hurlock, E. B. (1991). *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Griffiths, M.D. (2005). A Component model of Addiction withing a Biopsychosocial Framework. *Journal of substance use 10(4)*. Taylor & Francis Group.
- Gross, Elisheva F. (2004). Adolescent Internet Use: What we expect, what teens report. *Applied Developmental Psychology*.
- Kaltiala-Heino, et al. (1999). *Bullying, depression, and suicidal ideation in finnish adolescents: school survey*. BMJ Publishing Group.
- Lemmens, J.S., Valkenburg, P.M., Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescent. *Media Psychology*, 12, 77-95.
- Moody, Eric J. (2001). Internet use and its relationship to loneliness. *Cyberpsychology & Behavior*.
- Myers, D.G. (2014). *Psikologi Sosial*. Edisi 10. Jakarta: Salemba Humanika.
- Nock, M. K., Prinstein, M.J., & Sterba, S. K. (2010) Revealing the form and function of self injurious thoughts and behaviors: a real time ecological assessment study among adolescents and young adults. *Psychology of Violence*, (1), 36-52.
- Ramadhani, G. (2003). Modul Pengenalan Internet. Jakarta.
- Riggio, R.E (2014). A Social Skills Model for Understanding The Foundation of Leader Communication. *The soft skill of leadership*. New York: Routledge/Psychology Press.
- Schinka, Katherine. (2011). *Association between loneliness and suicidality during middle childhood and adolescence : longitudinal effects and the role of demographic characteristics*. A Thesis Submitted to Kent State University.
- Unicef. (2014). *Studi terakhir: kebanyakan anak Indonesia sudah online, namun masih banyak yang tidak menyadari potensi resikonya*. Jakarta. Diakses tanggal 2 agustus 2018 dari http://www.unicef.org/indonesia/id/media_22169.htm