

HUBUNGAN KECANDUAN INTERNET DENGAN DEPRESI PADA PELAJAR KELAS XI DI SMA NEGERI 9 BINSUS MANADO TAHUN AJARAN 2018/2019

¹Cynthia Magdalena Indra

²Anita Elisabet Dundu

³B. H. Ralph Kairupan

¹Kandidat Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

²Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado

Surel: cynthia.indra@outlook.com

Abstract: Internet addiction is defined as an excessive use of the internet that can interfere individual's health and cause psychological, social and school problems. One of the psychological impact of internet addiction is the decreased of quality time with friends and family that can cause social isolation. This condition can lead to depression. **Aim:** This research aims to determine the relationship between internet addiction and depression in 11th grade high school students at SMA Negeri 9 Binsus Manado School Year 2018/2019. **Method:** This research is an analytical observational research with cross-sectional approach. Internet addiction was assessed using the Internet Addiction Test (IAT), whilst depression by using Children's Depression Inventory (CDI) in Indonesian version. The participants of this research are 11th grade students in SMA Negeri 9 Binsus Manado that fulfilled the inclusion criterias. **Results:** There were 171 participants which are 14-17 years old and most of the participants are woman (63,2%). The result using IAT and CDI showed that 120 students (70,2%) have moderate internet addiction and 55 students (32,2%) have depression. Statistical analysis using *Chi-Square* showed $p=0,0002$. **Conclusion:** There is a relationship between internet addiction and depression on 11th grade high school students at SMA Negeri 9 Binsus Manado School Year 2018/2019.

Keywords: depression, internet addiction, students

Abstrak: Kecanduan internet didefinisikan sebagai penggunaan internet yang mengganggu kesehatan individu dan menyebabkan masalah psikologis, sosial dan sekolah. Salah satu masalah psikologis yang dapat disebabkan adalah berkurangnya waktu bersama teman dan keluarga yang menyebabkan isolasi sosial. Kondisi inilah yang dapat mengarah pada depresi. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecanduan internet dengan depresi pada pelajar kelas XI di SMA Negeri 9 Binsus Manado Tahun Ajaran 2018/2019. **Metode:** Penelitian ini bersifat analitik-observasional dengan pendekatan potong lintang. Kecanduan internet dinilai menggunakan *Internet Addiction Test* (IAT) dan depresi menggunakan *Children's Depression Inventory* (CDI) adaptasi bahasa Indonesia. Subjek penelitian adalah seluruh pelajar kelas XI di SMA Negeri 9 Binsus yang memenuhi kriteria inklusi. **Hasil:** Responden yang mengikuti penelitian berjumlah 171 orang dengan rentang umur 14-17 tahun dan sebagian besar responden adalah perempuan (63,2%). Hasil penelitian dengan menggunakan IAT dan CDI didapatkan bahwa 120 pelajar (70,2%) mengalami kecanduan internet sedang dan 55 pelajar (32,2%) mengalami depresi. Uji statistik dengan *Chi-Square* didapatkan nilai $p=0,0002$. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara kecanduan internet dengan depresi pada pelajar kelas XI di SMA Negeri 9 Binsus Manado Tahun Ajaran 2018/2019.

Kata Kunci: depresi, kecanduan internet, pelajar

PENDAHULUAN

Dewasa ini, internet telah menjadi bagian penting dari kehidupan dan kebutuhan sehari-hari sebagian besar individu. Penggunaan internet dimulai pada tahun 1962 dan terus meningkat secara drastis.¹ Data statistik tahun 2018 didapatkan pengguna internet diseluruh dunia telah mencapai lebih dari empat miliar orang. Survei di Indonesia tahun 2017 didapatkan bahwa pengguna internet di Indonesia berjumlah 143,26 juta jiwa yaitu setara dengan 54,68% dari total populasi penduduk Indonesia.² Internet telah menyebabkan perubahan yang nyata pada kehidupan manusia tetapi pengetahuan mengenai dampak dari internet pada fungsi psikologis dan kesehatan mental masih

kurang.³ Popularitas dari internet dan penggunaan internet yang terus meningkat menyebabkan munculnya gangguan terkait penggunaan internet yang berlebihan yaitu kecanduan internet yang merupakan masalah baru dimasyarakat modern.^{4,5} Gangguan kecanduan internet (*Internet Addiction Disorder* atau IAD) belum dicantumkan dalam *Diagnostic and Statistic Manual of Mental Disorder* edisi kelima (DSM-5) oleh karena penelitian yang ada belum mencukupi.^{6,7} Secara umum, kecanduan internet dapat didefinisikan sebagai penggunaan internet yang mengganggu kesehatan individu dan menyebabkan masalah di bidang psikologis, sosial, sekolah dan pekerjaan.⁴

Studi meta-analisis mengenai prevalensi kecanduan internet di 31 negara di tujuh wilayah dunia didapatkan perkiraan prevalensi global sebesar 6%.⁸ Berdasarkan studi epidemiologis pada enam negara di Asia menunjukkan bahwa perilaku kecanduan internet merupakan perilaku yang lazim ditemukan pada kalangan remaja di Asia. Prevalensi paling tinggi adalah di Filipina (51%) dan Jepang (48%).⁹

Penggunaan internet yang berlebihan dapat menyebabkan penarikan diri dari kontak sosial dan hampir seluruhnya berfokus pada internet daripada kehidupan sehari-hari. Individu yang kecanduan internet menghabiskan lebih banyak waktu untuk menggunakan internet daripada berinteraksi langsung dengan keluarga dan teman, yang mengarah ke lingkaran sosial yang lebih kecil serta tingkat kesepian dan stres yang lebih tinggi. Kondisi inilah yang pada akhirnya dapat menyebabkan terjadinya isolasi sosial yang bisa mengarah pada terjadinya depresi.¹⁰⁻¹²

Depresi adalah gangguan jiwa yang terjadi minimal dua minggu dengan gejala utama *mood* menurun dan kehilangan minat atau anhedonia.¹³ Depresi dapat terjadi pada semua orang dari segala kelompok usia dan dari semua lapisan masyarakat. Data WHO tahun 2015 didapatkan 322 juta orang di dunia menderita depresi, yaitu setara dengan 4,4% dari seluruh populasi dunia.¹⁴ Berdasarkan Riskesdas 2013, gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 14 juta orang atau 6% dari seluruh penduduk Indonesia.¹⁵

Kecanduan internet sering dihubungkan dengan gejala psikososial. Berdasarkan penelitian pada 1052 remaja dan dewasa muda di Iran didapatkan bahwa kecanduan internet adalah prediktor gejala psikososial yaitu kesepian, depresi, kecemasan dan stres.¹⁶ Hasil yang sama juga didapatkan oleh Younes *et al*¹⁷ pada 600 mahasiswa dengan rentang usia 18-28 tahun didapatkan hubungan yang signifikan antara kecanduan internet dengan depresi, kecemasan dan stres.

Penelitian di luar negeri mengenai hubungan kecanduan internet dan depresi telah banyak dilakukan. Sebuah tinjauan sistematis pada 20 penelitian mengenai hubungan kecanduan internet dan depresi, kecemasan, GPPH (gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas), gangguan obsesif-kompulsif, fobia sosial didapatkan hasil bahwa hubungan paling kuat ditemukan antara kecanduan internet dan depresi.¹⁸ Penelitian oleh Othman *et al*¹⁹ pada 267 mahasiswa di Malaysia dengan rentang usia 18-24 tahun mengenai hubungan kecanduan internet dan depresi didapatkan hubungan yang signifikan. Penelitian di India oleh Puri *et al*²⁰ pada siswa berusia 16-18 tahun didapatkan hasil bahwa kecanduan internet

berhubungan positif dengan depresi, kesepian dan isolasi sosial.

Penelitian yang dilakukan di Indonesia mengenai hubungan kecanduan internet dan depresi salah satunya oleh Dewiratri²¹ dengan jumlah sampel sebanyak 142 orang pada mahasiswa pengguna warnet di Surakarta dan didapatkan hubungan positif yang signifikan. Penelitian lain mengenai hubungan antara tingkat adiksi internet dengan derajat depresi pada siswi di SMK 1 Batik Surakarta didapatkan korelasi positif antara tingkat adiksi internet dan derajat depresi.²² Penelitian pada 334 siswa SMP di Banda Aceh mengenai hubungan antara depresi dengan kecanduan internet didapatkan hubungan positif.²³

Berdasarkan penelitian-penelitian yang telah diuraikan, diketahui bahwa terdapat hubungan antara kecanduan internet dengan depresi. Penelitian tentang kecanduan internet dengan depresi di Indonesia belum banyak dilakukan dan peneliti belum menemukan penelitian sebelumnya yang dilakukan pada pelajar SMA. Selain itu, penelitian mengenai kecanduan internet di Sulawesi Utara sepengetahuan peneliti belum pernah dilakukan. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian mengenai hubungan kecanduan internet dengan depresi pada pelajar kelas XI di SMA Negeri 9 Binsus Manado Tahun Ajaran 2018/2019.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat analitik-observasional dengan menggunakan desain penelitian potong lintang (*cross-sectional*). Pengambilan data dilaksanakan pada bulan Oktober 2018 dan bertempat di SMA Negeri 9 Binsus Manado. Sampel pada penelitian ini dengan menggunakan teknik *total sampling* yaitu seluruh pelajar kelas XI di SMA Negeri 9 Binsus Manado Tahun Ajaran 2018/2019 yang memenuhi kriteria penelitian.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur kecanduan internet adalah kuesioner IAT (*Internet Addiction Test*) dalam bahasa Indonesia yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh Santika²⁴ (*Alpha Cronbach* 0,86). Depresi diukur dengan menggunakan kuesioner *Children's Depression Inventory* adaptasi bahasa Indonesia dengan nilai *cut-off* 12.²⁵

Analisis bivariat dengan menggunakan uji *Chi-Square* untuk menentukan hubungan antara kecanduan internet dengan depresi. Uji Mann-Whitney dan Kruskal-Wallis untuk menentukan perbedaan antara pola pengguna internet terhadap skor kecanduan internet ($\alpha=0,05$).

HASIL PENELITIAN

Responden yang mengikuti penelitian sebanyak 171 orang. Distribusi sosiodemografi pada tabel 1 memperlihatkan bahwa responden

paling banyak adalah perempuan (63,2%). Rentang usia berkisar antara 14-17 tahun dan sebagian besar berusia 15-16 tahun (95,9%).

Tabel 1. Karakteristik sosiodemografi

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	63	36,8
Perempuan	108	63,2
Umur		
14 tahun	5	2,9
15 tahun	74	43,3
16 tahun	90	52,6
17 tahun	2	1,2
Jumlah	171	100

Sumber: data primer

Tabel 2. Distribusi pola pengguna internet

Pola penggunaan internet	n	%
Tujuan utama*		
Game online	10	5,8
Surfing/browsing	21	12,3
Komunikasi online	24	14
Jejaring sosial	57	33,3
Streaming/menonton	7	4,1
Mengunduh/download	3	1,8
Transaksi (online shop)	1	0,6
Pornografi	1	0,6
Informasi/berita	47	27,5
Perangkat utama*		
Smartphone/Tablet	165	96,5
Komputer	1	0,6
Laptop	5	2,9
Warnet	0	0
Umur penggunaan		
< 12 tahun	97	56,7
> 12 tahun	74	43,3
Durasi penggunaan		
< 3 jam per hari	25	14,6
4-6 jam per hari	92	53,8
7-12 jam per hari	45	26,3
> 13 jam per hari	9	5,3
Jumlah	171	100

*Responden hanya dapat memilih satu

Sumber: data primer

Tabel 5. Tabulasi silang kecanduan internet dengan depresi

Kecanduan internet	Depresi				Total		p
	Tidak ada		Ada		n	%	
	n	%	n	%			
Rendah	21	12,3	2	1,2	23	13,5	0,0002
Sedang	84	49,2	36	21	120	70,2	
Tinggi	11	6,4	17	10	28	16,4	
Jumlah	116	67,9	55	32,2	171	100	

Berdasarkan pola penggunaan internet didapatkan bahwa tujuan utama responden menggunakan internet adalah untuk jejaring sosial (33,3%), perangkat utama yang digunakan paling banyak adalah *smartphone*/tablet (96,5%), usia pertama kali menggunakan internet sebagian besar sebelum usia 12 tahun (56,7%) dan durasi penggunaan internet setiap hari paling banyak 4-6 jam (53,8%) (Tabel 2).

Kecanduan internet pada penelitian ini diukur dengan menggunakan IAT (*Internet Addiction Test*) adaptasi dalam bahasa Indonesia. Pengelompokan tingkat kecanduan internet dibagi menjadi tiga kategori sesuai dengan rumus dari Azwar.²⁶ Sebagian besar dari responden (70,2%) memiliki kecanduan internet tingkat sedang (Tabel 3). Depresi pada penelitian ini diukur dengan menggunakan kuesioner CDI (*Children's Depression Inventory*) adaptasi dalam bahasa Indonesia dengan nilai *cut-off* 12. Responden dengan depresi sebanyak 55 responden (32,2%). (Tabel 4)

Tabulasi silang kecanduan internet dengan depresi disajikan pada tabel 3. Analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai $p=0,0002$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan internet dengan depresi.

Tabel 3. Tingkat kecanduan internet

Tingkat kecanduan internet	n	%
Rendah	23	13,5
Sedang	120	70,2
Tinggi	28	16,4
Jumlah	171	100

Sumber: data primer

Tabel 4. Tingkat depresi

Tingkat depresi	n	%
Ada	55	32,2
Tidak	116	67,8
Jumlah	171	100

Sumber: data primer

Tabel 6. Tabulasi silang faktor risiko kecanduan internet dan kecanduan internet

Faktor risiko kecanduan internet	Kecanduan internet						Total		p
	Rendah		Sedang		Tinggi		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Jenis Kelamin									
Laki-laki	7	4,1	46	26,9	10	5,8	63	36,8	0,339
Perempuan	16	9,4	74	43,3	18	10,5	108	63,2	
Umur									
14 tahun	1	0,6	3	1,7	1	0,6	5	2,9	0,956
15 tahun	11	6,4	52	30,5	11	6,4	74	43,3	
16 tahun	11	6,4	63	36,8	16	9,4	90	52,6	
17 tahun	0	0	2	1,2	0	0	2	1,2	
Pola penggunaan internet									
Tujuan utama									
<i>Game online</i>	0	0	7,1	4	3	1,7	10	5,8	0,017
<i>Surfing/browsing</i>	0	0	18	10,5	3	1,7	21	12,3	
<i>Komunikasi online</i>	4	2,3	17	9,9	3	1,7	24	14	
<i>Jejaring sosial</i>	5	2,9	41	23,9	11	6,4	57	33,3	
<i>Streaming</i>	0	0	5	2,9	2	1,2	7	4,1	
<i>Mengunduh</i>	2	1,2	1	0,6	0	0	3	1,8	
<i>Jual beli (olshop)</i>	0	0	0	0	1	0,6	1	0,6	
<i>Pornografi</i>	0	0	1	0,6	0	0	1	0,6	
<i>Informasi/berita</i>	12	7	30	17,5	5	2,9	47	27,5	
Perangkat utama									
<i>Smartphone/Tablet</i>	20	11,7	117	68,4	28	16,3	165	96,5	0,07
<i>Komputer</i>	0	0	1	0,6	0	0	1	0,6	
<i>Laptop</i>	3	1,7	2	1,2	0	0	5	2,9	
<i>Warnet</i>	0	0	0	0	0	0	0	0	
Umur penggunaan									
< 12 tahun	11	6,4	71	41,5	15	8,8	97	56,7	0,352
> 12 tahun	12	7,1	49	28,7	13	5,8	74	43,3	
Durasi penggunaan									
< 3 jam per hari	6	3,5	19	11,1	0	0	25	14,6	0,001
4-6 jam per hari	13	7,6	70	40,9	9	5,3	92	53,8	
7-12 jam per hari	2	1,2	28	16,4	15	8,7	45	26,3	
> 13 jam per hari	2	1,2	3	1,8	4	2,3	9	5,3	
Jumlah	23	13,5	120	70,2	28	16,3	171	100	

Tabulasi silang kecanduan internet dengan depresi disajikan pada tabel 6. Analisis statistik dengan uji Kruskal Wallis didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan antara tujuan utama menggunakan internet ($p=0,017$) dan durasi penggunaan internet ($p=0,001$) terhadap skor kecanduan internet

PEMBAHASAN

Kecanduan internet merupakan masalah yang berkembang pesat pada usia muda terutama pada remaja. Dibandingkan dengan orang dewasa, remaja merupakan periode kritis yang rentan terhadap kecanduan.²⁷ Usia muda masih dalam tahap perkembangan psikologis sehingga kurang bisa mengatur diri sendiri dan lebih rentan terhadap pengaruh internet dan pengembangan perilaku kecanduan.²⁸ Selain itu, remaja memiliki jadwal yang lebih fleksibel dibandingkan dewasa.²⁹

Kecanduan internet pada penelitian ini paling banyak berada pada kategori sedang yaitu sebesar 70,2%. Prevalensi kecanduan internet sendiri bervariasi tergantung dari konteks dan sosial budaya yang berbeda. Perbedaan prevalensi ini disebabkan oleh karena perbedaan instrumen dan metode klasifikasi yang digunakan. Kecanduan internet sendiri belum memiliki kriteria diagnosis dan instrumen yang pasti. Instrumen IAT (*Internet Addiction Test*) memiliki berbagai variasi nilai *cut-off*, yang juga menjadi alasan perbedaan prevalensi pada setiap penelitian.²⁷

Penelitian mengenai kecanduan internet pada pelajar di Haridwar, India dengan menggunakan IAT didapatkan bahwa lebih dari setengah responden (53,8%) memiliki kecanduan internet sedang.³⁰ Studi lain oleh Goel *et al*³¹ di India pada 987 remaja dengan rerata umur 16 tahun didapatkan bahwa 74,5% responden memiliki kecanduan internet sedang. Penelitian pada 2415

remaja sekolah di Yordania dengan rerata umur 15,5 tahun didapatkan hasil bahwa 58,4% siswa memiliki kecanduan internet sedang.³² Penelitian pada mahasiswa yang berasal dari empat negara berbeda yaitu China, Yemen, Somalia dan Indonesia di Universitas Teknologi Malaysia dengan menggunakan IAT didapatkan hasil bahwa kecanduan internet paling banyak pada tingkat sedang yaitu 69,2%.³³

Penelitian yang dilakukan di Indonesia pada siswa kelas X di SMA Negeri 1 Banjarmasin didapatkan 76% responden memiliki kecanduan internet.³⁴ Penelitian pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Koto Baru, Sumatera didapatkan bahwa 42,4% siswa mengalami kecanduan internet sedang. Penelitian lain pada remaja SMA di kota Bandung dengan rentang usia 15-18 tahun didapatkan tingkat ketergantungan internet paling banyak berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 57,2%.³⁵ Studi yang dilakukan pada remaja di SMP Negeri 5 Yogyakarta didapatkan kecanduan internet pada kategori sedang sebesar 49,1%.³⁶

Depresi merupakan salah satu gangguan mental yang sering ditemukan pada remaja. Prevalensi depresi pada anak-anak rendah, dan kemudian terjadi peningkatan yang signifikan saat remaja. Insidens meningkat terutama saat pertengahan dan akhir masa remaja. Penyebabnya kemungkinan adalah masa remaja merupakan periode perkembangan kritis yang disertai dengan perubahan biologis dan sosial yang cepat yang berkaitan dengan pubertas.^{37,38}

Insidens kumulatif dari depresi meningkat sekitar 5% pada awal masa remaja sampai 20% pada usia 18 tahun.^{37,39} Pengukuran depresi dengan menggunakan CDI didapatkan prevalensi berkisar antara 10% sampai 35% tergantung dari nilai *cut-off* yang digunakan.⁴⁰

Pengukuran depresi pada penelitian ini menggunakan CDI dengan nilai *cut-off* 12 didapatkan responden yang memiliki depresi sebanyak 55 responden (32,2%). Prevalensi dari depresi pada penelitian ini serupa dengan penelitian sebelumnya yang menggunakan instrumen dan nilai *cut-off* yang sama. Instrumen memiliki nilai *cut-off* yang bervariasi yaitu 12, 13, 15 dan 19.

Penelitian di Medan pada anak dan remaja berusia 13-17 tahun dengan menggunakan CDI dengan nilai *cut-off* 12 didapatkan 31,5% mengalami depresi.²⁵ Penelitian yang dilakukan di MTs Negeri 1 Palembang pada dengan instrumen dan nilai *cut-off* yang sama didapatkan 34,7% memiliki gejala depresi.⁴¹ Studi lain mengenai depresi pada 323 pelajar di Yunani didapatkan prevalensi sekitar 30%.⁴²

Penelitian di Uganda pada 519 pelajar remaja usia 14-16 tahun menggunakan CDI dengan nilai *cut-off* 19 didapatkan prevalensi depresi sebesar 21%.⁴³ Penelitian di Brazil pada 463 pelajar berusia 10-17 tahun dengan nilai *cut-off* 19

didapatkan 20,3% dari pelajar memiliki gejala depresi.⁴⁴

Analisis statistik pada penelitian ini dengan uji *Chi-Square* didapatkan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan internet dengan depresi. Penelitian ini sesuai dengan penelitian di Nigeria dengan menggunakan IAT dan BDI-II (*Beck Depression Inventory II*) pada mahasiswa berusia 16-26 tahun dimana didapatkan hubungan yang signifikan antara kecanduan internet dengan depresi.⁴⁵ Penelitian lain pada mahasiswa di Malaysia dengan rentang usia berusia 18-24 tahun didapatkan hubungan yang signifikan antara kecanduan internet dan depresi.¹⁹

Penelitian sebelumnya yang dilakukan di Inggris pada dewasa muda (rerata umur 21,24 tahun) didapatkan korelasi positif antara kecanduan internet dan depresi.⁴⁶ Studi pada mahasiswa di Yordania yang berusia 17-26 tahun menggunakan IAT dan DASS (*Depression Anxiety Stress Scale*) didapatkan hubungan yang signifikan antara kecanduan internet dengan depresi, kecemasan dan stres.⁵

Penyebab pasti hubungan antara kecanduan internet dengan depresi tidak diketahui.⁴⁷ Hubungan antara kecanduan internet dan depresi diduga merupakan hubungan timbal-balik.¹⁶ Kegemaran berkomunikasi sosial melalui internet akan mengurangi waktu yang dihabiskan untuk berinteraksi langsung bersama keluarga dan teman.^{10,48} Kaplan berpendapat bahwa interaksi sosial melalui *online* memerankan peran penting dalam kecanduan internet. Penggunaan internet oleh individu akan menggantikan komunikasi langsung melalui tatap muka.⁴⁹ Hubungan sosial yang terjalin melalui interaksi langsung adalah sumber utama perasaan aman dan memiliki ikatan hubungan yang lebih kuat dibandingkan hubungan yang hanya terbentuk melalui komunikasi virtual.⁵⁰

Seiring berjalannya waktu, hal ini berpotensi dalam mengurangi kemampuan remaja mempertahankan hubungan sosial di dunia nyata yang pada akhirnya akan mengarah pada lingkaran sosial yang lebih kecil dengan kualitas yang menurun.^{48,51,52} Kurangnya interaksi sosial dalam kehidupan nyata dapat mengarah pada emosi negatif terutama pada remaja. Penggantian interaksi langsung dengan komunikasi *online* dapat mengarah pada depresi.⁴⁸

Disisi lain, individu dengan depresi menggunakan internet untuk mengurangi depresinya. Untuk mengurangi stres, individu dengan emosi negatif melakukan kegiatan rekreasi seperti mengakses internet.⁴⁸ Komunikasi melalui internet dapat membantu orang dengan depresi untuk mengatasi kecanggungan dan perasaan terintimidasi ketika berinteraksi langsung.^{10,53} Individu dengan gangguan psikososial merasa diri kurang kompeten dalam hubungan sosial, sehingga lebih memilih interaksi melalui internet

daripada komunikasi langsung karena sifat anonimitas yang dimiliki internet.^{53,54}

Penelitian dengan metode longitudinal oleh Kraut *et al*¹⁰ mengenai dampak dari internet pada 169 orang selama 1-2 tahun didapatkan bahwa remaja yang menghabiskan banyak waktu mengakses internet memiliki hubungan yang buruk dengan teman dan keluarga. Peningkatan penggunaan internet menyebabkan penurunan komunikasi dengan keluarga dan lingkaran sosial yang lebih kecil yang akhirnya menyebabkan responden mengalami *loneliness* dan depresi satu tahun kemudian.^{10,55} Penelitian di Belanda pada 663 pelajar remaja berusia 12-15 tahun didapatkan hasil bahwa komunikasi *online* berhubungan dengan terjadinya depresi enam bulan kemudian.⁵⁶

Penelitian mengenai polimorfisme genetik dan gen pengatur transpor serotonin pada 91 remaja dengan kecanduan internet dibandingkan dengan 75 remaja tanpa kecanduan internet didapatkan hasil bahwa kelompok dengan kecanduan internet memiliki varian alel pendek dari SS-5HTTLPR (*serotonin transporter-linked promoter region*) yang lebih tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa individu dengan kecanduan internet memiliki polimorfisme genetik yang serupa dengan pasien depresi.⁵⁷

Pada penelitian ini didapatkan bahwa kecanduan internet lebih banyak pada perempuan daripada laki-laki. Akan tetapi setelah dilakukan uji statistik ditemukan bahwa tidak terdapat perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan terhadap skor kecanduan internet. Hal ini disebabkan oleh karena proporsi yang tidak sama antara laki-laki dan perempuan dalam penelitian ini yaitu 37,8% laki-laki dan 63,2% perempuan. Penelitian ini kontra dengan penelitian sebelumnya oleh Sazmas dkk pada pelajar di Turki dengan rerata usia 16 tahun dimana didapatkan bahwa kecanduan internet dua kali lebih sering pada laki-laki daripada perempuan.⁵⁸

Penelitian pada mahasiswa di lima negara ASEAN yaitu Indonesia, Malaysia, Myanmar, Thailand, Vietnam didapatkan hasil yang sama bahwa jenis kelamin tidak memberikan perbedaan yang signifikan terhadap kecanduan internet.⁵⁹ Perbedaan jenis kelamin berkaitan dengan motivasi untuk menggunakan internet. Laki-laki cenderung mengembangkan perilaku adiktif saat bermain *games* dan menonton pornografi, sementara wanita lebih cenderung mengakses internet untuk berkomunikasi dengan tujuan untuk berbagi perasaan dan emosi mereka terutama melalui jejaring sosial.^{48,60}

Tujuan utama responden dalam menggunakan internet pada penelitian ini paling banyak adalah jejaring sosial dan 23,9% diantaranya memiliki kecanduan internet sedang. Survei oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) tahun 2017, didapatkan bahwa layanan yang

diakses paling utama adalah *chatting* (89,35%) dan diikuti dengan jejaring sosial sebesar 87,13%.² Berdasarkan penelitian tahun 2014 mengenai prevalensi dan faktor risiko kecanduan internet pada pelajar dengan rerata usia 16 tahun di Provinsi Mersin didapatkan hasil bahwa 90,5% dari responden memiliki akun jejaring sosial.⁵⁸ Penelitian sebelumnya pada tahun 2013 pada 2.257 mahasiswa di *English University* dengan rerata usia 22,67 tahun didapatkan bahwa penggunaan aplikasi sosial menyebabkan peningkatan risiko kecanduan internet secara signifikan. Penggunaan jejaring sosial adalah yang paling meningkatkan risiko kecanduan internet dibandingkan aplikasi internet lain (yaitu didapatkan peningkatan peluang sebesar 81%).²⁹

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa sebanyak 96,5% responden menggunakan *smartphone/tablet* sebagai perangkat utama, sisanya menggunakan komputer/laptop. Survei APJII tahun 2017 mengenai jumlah kepemilikan *smartphone/tablet* di Indonesia sebesar 50,08%, diikuti dengan komputer/laptop sebesar 25,72%. Lebih lanjut, perangkat yang dipakai mengakses internet paling sering adalah *smartphone/tablet* pribadi yaitu sebesar 44,16%.² Angka ini menunjukkan tingginya popularitas dari *smartphone/tablet* di Indonesia.

Smartphone atau telepon pintar adalah telepon genggam dengan kemampuan dan fungsi yang menyerupai komputer. Salah satu fungsi yang membedakan antara *smartphone* dengan telepon genggam biasa adalah fitur internet yang disediakan oleh *smartphone*.⁶¹ Oleh karena itu, mayoritas pengguna *smartphone* merupakan pengguna internet. Tujuan utama dari *smartphone* sendiri adalah untuk berkomunikasi baik melalui *chatting* ataupun jejaring sosial.⁶² Perkembangan yang cepat dan penggunaan yang berlebihan menyebabkan *smartphone* menjadi perangkat utama yang dapat meningkatkan risiko kecanduan internet di segala usia.⁶³

Penelitian yang dilakukan oleh Sokratis dkk mengenai faktor risiko dari kecanduan *smartphone* dan internet dari 463 mahasiswa di Korea menggunakan SAS (*Smartphone Addiction Scale*) dan IAT didapatkan bahwa salah satu faktor risiko kecanduan internet adalah kecanduan *smartphone*.⁶² Penelitian lain pada mahasiswa di Israel yang berusia 21-29 tahun mengenai kecanduan internet melalui penggunaan *smartphone* didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara frekuensi penggunaan *smartphone* dengan kecanduan internet.⁶⁴

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 53,8% responden menggunakan internet selama 4-6 jam setiap harinya dan didapatkan juga bahwa responden pada penelitian ini sebagian besar telah menggunakan internet sebelum usia 12 tahun. Durasi penggunaan internet merupakan

salah satu tanda dan gejala dari kecanduan internet.^{65,66}

Penelitian mengenai faktor yang mempengaruhi kecanduan internet pada 3.557 mahasiswa baru di China didapatkan bahwa usia pertama kali menggunakan internet yang lebih awal dan penggunaan internet lebih dari empat jam per hari memiliki kemungkinan untuk mengalami kecanduan internet yang lebih tinggi.⁶⁷ Penelitian pada 1157 pelajar di Turki yang berusia 11-19 tahun didapatkan 78,4% dari responden telah menggunakan internet sebelum usia 12 tahun dan 35,1% responden menggunakan internet lebih dari dua jam. Kedua hal ini merupakan faktor risiko dari kecanduan internet.⁶⁵

Penelitian pada 4.388 mahasiswa di Yordania yang berusia 17-26 tahun ditemukan bahwa usia pertama menggunakan internet paling banyak pada umur 10-12 tahun yaitu sebesar 36,2%. Penggunaan internet setiap harinya paling banyak 4-6 jam setiap hari (33,3%).⁵ Kecanduan internet lebih sering ditemukan pada individu yang telah menggunakan internet sejak usia dini oleh karena individu tersebut dibesarkan di lingkungan dengan internet yang sudah berkembang serta memiliki ketersediaan internet sehingga sudah terbiasa hidup di lingkungan internet sejak usia dini.^{65,66}

Keterbatasan penelitian ini antara lain desain penelitian menggunakan metode potong lintang sehingga sulit menentukan arah dari hubungan kecanduan internet dengan depresi, responden pada penelitian ini hanya terbatas pada kelas XI dan diagnosis ditegakkan hanya melalui kuesioner.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan internet dengan depresi pada pelajar kelas XI di SMA Negeri 9 Binsus Manado ($p < 0,05$).

SARAN

Bagi peneliti selanjutnya, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan desain penelitian kohort retrospektif dengan jumlah sampel yang lebih banyak, penelitian terkait faktor-faktor risiko dari kecanduan internet, pengaruh dari kecanduan internet terhadap depresi dan hubungan kecanduan internet dengan isolasi sosial. Bagi orang tua, perlu dilakukan pemantauan terhadap anak mengenai pemanfaatan internet. Bagi sekolah, perlu dilakukan konseling berkala mengenai penggunaan internet dan depresi serta sosialisasi terkait dampak dari kecanduan internet.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kristanto A. Internet untuk Pemula: Panduan penggunaan Internet secara produktif. Jakarta: Elex Media Komputindo, Gramedia; 2014. 1-5 hal.

2. APJII. Penetrasi & Perilaku Pengguna Internet Indonesia: Survey tahun 2017 [Internet]. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. Jakarta; 2017. Tersedia pada: https://web.kominfo.go.id/sites/default/files/Laporan_Survei_APJII_2017_v1.3.pdf
3. Poli R. Internet addiction update: diagnostic criteria, assessment and prevalence. *Neuropsychiatry (London)* [Internet]. 2017;7(1):4-8. Tersedia pada: <http://www.openaccessjournals.com/peer-review/internet-addiction-update-diagnostic-criteria-assessment-and-prevalence.html>
4. Spada MM. An overview of problematic internet use. *Addict Behav.* 2014;39(1):3-6.
5. Rabadi L, Ajlouni M, Masannat S, Bataineh S, Batarseh G, Yessin A, et al. The Relationship between Depression and Internet Addiction among University Students in Jordan. *J Addict Res Ther* [Internet]. 2017;8(6):1-8. Tersedia pada: <https://www.omicsonline.org/open-access/the-relationship-between-depression-and-internet-addiction-amonguniversity-students-in-jordan-2155-6105-1000349.pdf>
6. Weinstein A, Feder LC, Rosenberg KP, Dannon P. Internet addiction disorder: overview and controversies. In: Rosenberg KP, Feder LC, editor. *Behavioral Addictions: Criteria, Evidence, and Treatment*. Elsevier Inc.; 2014. hal. 99-117.
7. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5)*. 5th ed. American Psychiatric Publishing; 2013. 155-168 hal.
8. Cheng C, Li AY. Internet Addiction Prevalence and Quality of (Real) Life: A Meta-Analysis of 31 Nations Across Seven World Regions. *Cyberpsychology, Behav Soc Netw* [Internet]. 2014;17(12):755-60. Tersedia pada: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4267764/pdf/cyber.2014.0317.pdf>
9. Mak K-K, Lai C-M, Watanabe H, Kim D-I, Bahar N, Ramos M, et al. Epidemiology of Internet Behaviors and Addiction Among Adolescents in Six Asian Countries. *Cyberpsychology, Behav Soc Netw.* 2014;17(11):720-8.
10. Kraut R, Patterson M, Lundmark V, Kiesler S, Mukopadhyay T, Scherlis W. Internet Paradox: A Social Technology That Reduces Social Involvement and Psychological Well-Being? *Am Psychol.* 1998;53(9):1017-31.

11. Tang J, Yu Y, Du Y, Ma Y, Zhang D, Wang J. Prevalence of internet addiction and its association with stressful life events and psychological symptoms among adolescent internet users. *Addict Behav.* 2014;39(3):744–7.
12. Gorain SC, Mondal A, Ansary K, Saha B. Social isolation in relation to internet usage and stream of study of under graduate students. *Am J Educ Res.* 2018;6(4):361–4.
13. Akiskal HS. Mood Disorders: Historical Introduction and Conceptual Overview. In: Sadrock B, Sadock V, Ruiz P, editor. *Kaplan & Sadock's Comprehensive Textbook of Psychiatry.* 10 ed. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2017. hal. 4099–138.
14. World Health Organization. *Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates.* World Health Organization. Geneva, Switzerland; 2017.
15. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013. Laporan Nasional 2013.* 2013.
16. Ostovar S, Allahyar N, Aminpoor H, Moafian F, Nor MBM, Griffiths MD. Internet Addiction and its Psychosocial Risks (Depression, Anxiety, Stress and Loneliness) among Iranian Adolescents and Young Adults: A Structural Equation Model in a Cross-Sectional Study. *Int J Ment Health Addict [Internet].* 2016;14(3):257–67. Tersedia pada: <http://dx.doi.org/10.1007/s11469-015-9628-0>
17. Younes F, Halawi G, Jabbour H, Osta N El, Karam L, Hajj A, et al. Internet addiction and relationships with insomnia, anxiety, depression, stress and self-esteem in university students: A cross-sectional designed study. *PLoS One.* 2016;11(9):1–13.
18. Carli V, Durkee T, Wasserman D, Hadlaczky G, Despalins R, Kramarz E, et al. The association between pathological internet use and comorbid psychopathology: A systematic review. *Psychopathology.* 2013;46(1):1–13.
19. Othman Z, Lee CW. Internet Addiction and Depression among College Students in Malaysia. *Int Med J.* 2017;24(6):447–50.
20. Puri A, Sharma R. Internet usage, depression, social isolation and loneliness amongst adolescents. *Indian J Heal Wellbeing.* 2016;7(10):996–1003.
21. Tiarania D, Karini SM, Machmuroch. Hubungan Antara Kecanduan Internet dan Depresi Pada Mahasiswa Pengguna Warnet di Kelurahan Jebres Surakarta. *J Ilm Psikol Candrajiwa.* 2014;3(2):75–84.
22. Sari WDT. Hubungan antara tingkat adiksi internet dengan derajat depresi pada siswi di SMK 1 Batik Surakarta. *Universitas Muhammadiyah Surakarta;* 2017.
23. Ulfah H. Hubungan antara depresi dengan kecanduan internet pada siswa SMP di Banda Aceh. *Universitas Syiah Kuala;* 2017.
24. Santika MG. Hubungan antara FoMO (Fear of Missing Out) dengan Kecanduan Internet (Internet Addiction) pada Remaja di SMAn 4 Bandung. *Universitas Pendidikan Indonesia;* 2015.
25. Husada S. Hubungan Usia dan Jenis Kelamin terhadap Sindrom Depresif pada Anak dan Remaja di Sekolah Favorit Kota Medan. *Universitas Sumatera Utara;* 2012.
26. Syaifuddin A. *Dasar-dasar psikometri.* 2 ed. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2010.
27. Lin MP, Wu JYW, You J, Hu WH, Yen CF. Prevalence of internet addiction and its risk and protective factors in a representative sample of senior high school students in Taiwan. *J Adolesc [Internet].* 2018;62:38–46. Tersedia pada: <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2017.11.004>
28. Wu C-Y, Lee M-B, Liao S-C, Chang L-R. Risk Factors of Internet Addiction among Internet Users: An Online Questionnaire Survey. *PLoS One [Internet].* 2015;10(10):1–10. Tersedia pada: <http://dx.plos.org/10.1371/journal.pone.0137506>
29. Kuss DJ, Griffiths MD, Binder JF. Internet addiction in students: prevalence and risk factors. *J Chem Inf Model.* 2013;53(9):1689–99.
30. Chauhan V, Buttar BK, Singh R. Internet addiction among adolescents. *Int J Trend Sci Res Dev.* 2017;1(6):395–8.
31. Goel D, Subramanyam A, Kamath R. A study on the prevalence of internet addiction and its association with psychopathology in Indian adolescents. *Indian J Psychiatry.* 2013;55(2):140.
32. Al-Shdayfat N, Hawi N, Hamadneh S, Albniyan F, Alzyoud S, Logue T. Internet addiction among school adolescents in Northeastern Jordan. *World J Med Sci.* 2016;13(4):218–24.
33. Usman NH, Alavi M, Shafeq SM. Relationship between internet addiction and academic performance among university undergraduates. *Procedia - Soc Behav Sci.* 2014;114(19):845–51.
34. Anggraeni M, Husain AN, Arifin S.

- Hubungan tipe kepribadian introvert dengan kecanduan internet pada siswa kelas X di SMAN 1 Banjarmasin. *J Berk Kedokt.* 2014;10(1):1–8.
35. Putri GA, Suryani, Hernawati T. Hubungan stres akademik dengan kecanduan internet pada remaja SMA di kecamatan Andir kota Bandung. *Faletehan Heal J.* 2017;4(4):223–7.
 36. Tyas FL, Pratiti B. Hubungan antara adiksi internet (internet addiction) dan kecerdasan emosi pada remaja di SMP Negeri 05 Yogyakarta. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta; 2017.
 37. Wagner KD, Brent DA. Mood disorders in children and adolescents. In: Sadock BJ, Sadock VA, Ruiz P, editor. *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry.* 10 ed. Philadelphia: Wolters Kluwer; 2017. hal. 9356–72.
 38. Crape B, Harutyunyan T, Truzyan N. Risk factors and prevalence of adolescent depression in Yerevan, Armenia. *American University of Armenia;* 2013.
 39. Thapar A, Collishaw S, Pine DS, Thapar AK. Depression in adolescence. *Lancet.* 2012;379(9820):1056–67.
 40. Boyd CP, Gullone E, Kostanski M, Ollendick TH, Shek DTL. Prevalence of anxiety and depression in Australian adolescents: Comparisons with worldwide data. *J Genet Psychol.* 2000;161(4):479–92.
 41. Luthfia SI. Karakteristik sosiodemografi dan proporsi depresi pada siswa MTs Negeri 1 Palembang. Universitas Sriwijaya; 2016.
 42. Kleftharas G, Didaskalou E. Incidence and teachers' perceived causation of depression in primary school children in Greece. *Sch Psychol Int.* 2006;27(3):296–314.
 43. Nalugya-Sserunjogi J, Rukundo GZ, Ovuga E, Kiwuwa SM, Musisi S, Nakimuli-Mpungu E. Prevalence and factors associated with depression symptoms among school-going adolescents in Central Uganda. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health.* 2016;10(1):4–11.
 44. Bahls S. Epidemiology of depressive symptoms in adolescents of a public school in Curitiba, Brazil. *Rev Bras Psiquiatr.* 2002;24(2):63–7.
 45. Okwaraji FE, Aguwa EN, Onyebueke GC. Assessment of Internet Addiction and Depression in a Sample of Nigerian University Undergraduates. 2015;4(April):114–22.
 46. Morrison CM, Gore H. The relationship between excessive internet use and depression: a questionnaire-based study of 1,319 young people and adults. *Psychopathology.* 2010;(43):121–6.
 47. Bahrainian A, Khazaee A. Internet Addiction among Students: the Relation of Self-esteem and Depression. *Bull Environ Pharmacol Life Sci.* 2014;3(3):1–6.
 48. Liang L, Zhou D, Yuan C, Shao A, Bian Y. Gender differences in the relationship between internet addiction and depression: A cross-lagged study in Chinese adolescents. *Comput Human Behav [Internet].* 2016;63:463–70. Tersedia pada: <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2016.04.043>
 49. Caplan S, Williams D, Yee N. Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Comput Human Behav [Internet].* 2009;25(6):1312–9. Tersedia pada: <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2009.06.006>
 50. Chen X. Culture, peer interaction and socioemotional development. *Child Dev Perspect.* 2012;6(1):27–34.
 51. Cole H, Griffiths MD. Social Interactions in Massively Multiplayer Online Role-Playing Gamers. *CyberPsychology Behav [Internet].* 2007;10(4):575–83. Tersedia pada: <http://www.liebertonline.com/doi/abs/10.1089/cpb.2007.9988>
 52. Hussain Z, Griffiths MD. The attitudes, feelings and experiences of online gamers: a qualitative analysis. *CyberPsychology Behav.* 2009;12(6):747–57.
 53. Young KS, Rodgers RC. The Relationship Between Depression and Internet Addiction. 1998;1(1):25–8.
 54. Choi K-S, Lee S-S, Lee J. Predictive Roles of Depression and Demographic Factors in Internet Addiction: A Cross-Sectional Study of Students in a Nigerian University. *Int J Cyber Criminol.* 2017;11(1):110–27.
 55. Sanders CE, Field TM, Diego M, Kaplan M. The relationship of internet use to depression and social isolation among adolescents. *Adolescence.* 2000;35:237–42.
 56. van den Eijnden RJJM, Meerkerk G-J, Ad A, Vermulst RS, Engels RCME. Online communication, compulsive internet use and psychosocial well-being among adolescents: A longitudinal study. *Dev Psychol.* 2008;44(3):655–65.
 57. Lee YS, Han DH, Yang KC, Daniels MA, Na C, Kee BS, et al. Depression like characteristics of 5HTTLPR polymorphism and temperament in excessive internet users. *J Affect Disord.* 2008;109(1–2):165–9.
 58. Sasmaz T, Oner S, Kurt AO, Yapici G, Yazici AE, Bugdayci R, et al. Prevalence and risk factors of Internet addiction in high school students. *Eur J Public Health*

- [Internet]. 2014;24(1):15–20. Tersedia pada:
<https://academic.oup.com/eurpub/article-lookup/doi/10.1093/eurpub/ckt051>
59. Turnbull N, Peltzer K, Pengpid S, Low WY, Huu TN, Win HH. Pathological Internet Use and Psychosocial Risk Factors among ASEAN University Students. *Iran J Psychiatry Behav Sci.* 2018;12(1):1–8.
 60. Salehan M, Negahban A. Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Comput Human Behav.* 2013;29(6):2632–9.
 61. Billieux J, Maurage P, Lopez-Fernandez O, Kuss DJ, Griffiths MD. Can disordered mobile phone use be considered a behavioral addiction? an update on current evidence and a comprehensive model for future research. *Curr Addict Reports* [Internet]. 2015;2(2):156–62. Tersedia pada:
<http://link.springer.com/10.1007/s40429-015-0054-y>
 62. Sokratis S, Christos Z, Despo P, Maria K. Prevalence of depressive symptoms among schoolchildren in Cyprus: A cross-sectional descriptive correlational study. *Child Adolesc Psychiatry Ment Health.* 2017;11(1):1–11.
 63. Choi H-S, Lee H-K, Ha J-C. The influence of smartphone addiction on mental health, campus life and personal relations - Focusing on K university students. *J Korean Data Inf Sci Soc.* 2012;23(5):1005–15.
 64. Ben-Yehuda L, Greenberg L, Weinstein A. Internet Addiction by Using the Smartphone-Relationships between Internet Addiction, Frequency of Smartphone Use and the State of Mind of Male and Female Students. *J Reward Defic Syndr Addict Sci.* 2016;2(1):22–7.
 65. Koyuncu T, Unsal A, Arslantas D. Assessment of internet addiction and loneliness in secondary and high school students. *J Pak Med Assoc.* 2014;64:998–1002.
 66. Ko CH, Yen JY, Yen CF, Chen CS, Chen CC. The association between Internet addiction and psychiatric disorder: A review of the literature. *Eur Psychiatry.* 2012;27(1):1–8.
 67. Ni X, Yan H, Chen S, Liu Z. Factors influencing Internet addiction in a sample of freshmen university students in China. *CyberPsychology Behav.* 2009;12(3):327–30.