



Pengaruh Penerapan Panduan Perilaku *Caring* terhadap Peningkatan Perilaku *Caring* Mahasiswa di Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran  
**(Rizka Aisyah, Aat Sriati, Valentina B.M.L)**

Kompetensi Perawat Hemodialisis  
**(Irma Hermalia, Krisna Yetti, M. Adam)**

Gambaran Penggunaan dan Tingkat Kecanduan Internet pada Siswa-Siswi SMA X di Jatinangor  
**(Dian Dewi Novianti, Aat Sriati, Ahmad Yamin)**

Upaya Pasien dan Keluarga Penderita TB Paru dalam Mempertahankan Status Gizi :  
Studi Kualitatif  
**(Nur Lailatul Masruroh, Anggraini Dwi Kurnia, Nur Melizza)**

Tingkat Aktivitas Fisik pada Lansia di Provinsi Jawa Barat, Indonesia  
**(Heni Purnama, Tia Suhada)**

Gambaran Kontrol Diri Penggunaan *Smartphone* pada Siswa Sekolah Menengah Atas dan Sederajat di Kecamatan Jatinangor  
**(Wulan Selvia Andriani, Aat Sriati, Ahmad Yamin)**

Gambaran Harga Diri Pasien Diabetes Mellitus yang Mengalami Ulkus Diabetik di Rumah Perawatan Luka Bandung  
**(Hermin Setiorini, Tuti Pahria, Titin Sutini)**

JURNAL KEPERAWATAN KOMPREHENSIF	VOL. 5	NO. 2	Hal. 64-126	Bandung Juli 2019	ISSN 2354-8428  e-ISSN 2598-8727
------------------------------------	--------	-------	-------------	-------------------------	--

# GAMBARAN PENGGUNAAN DAN TINGKAT KECANDUAN INTERNET PADA SISWA-SISWI SMA X DI JATINANGOR

Dian Dewi Novianty<sup>1</sup>, Aat Sriati<sup>2</sup>, Ahmad Yamin<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Keperawatan Universitas Padjadjaran

E-mail: [ddnovianty27@gmail.com](mailto:ddnovianty27@gmail.com)

---

## Abstrak

Pengguna internet terbanyak di Indonesia adalah remaja dengan akses waktu yang berlebih dan mayoritas akses terhadap *games online* dan sosial media. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya kecanduan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran penggunaan internet dan tingkat kecanduan internet pada remaja. Penelitian ini deskriptif kuantitatif. Populasi pada penelitian ini siswa-siswai kelas X-XI di SMA X di Jatinangor. Sampel pada penelitian ini menggunakan *stratified random sampling* sebanyak 269 siswa. Data dikumpulkan dengan instrumen yang dikembangkan peneliti berdasarkan teori dari Alice Robbin (2008) dan instrumen *Internet Addiction Test (IAT)*. Data dianalisis dengan analisa deskriptif dan disajikan dalam bentuk presentase. Hasil penelitian sebagian besar responden tergolong *heavy users* pada *weekday* (56,5%) dan *weekend* (68,4%). Hampir seluruh responden mengakses internet yaitu *social media* (79,9%) dan berkomunikasi (74%) perharinya. Hampir setengah dari responden berada kecanduan di tingkat ringan (43,9%). Simpulan penelitian ini bahwa sebagian besar responden adalah pengguna *heavy users* dengan yang paling sering diakses adalah *social media*. Tingkat kecanduan pada penelitian ini didominasi pada tingkat ringan.

**Kata Kunci** : internet, kecanduan internet, penggunaan internet, remaja.

## Abstract

*internet users in Indonesia are most teenagers with excessive access to time and the majority of access to online games and social media. This can cause addiction. This study aims to determine the description of internet use and the level of internet addiction in adolescents. This research is descriptive quantitative. The population in this study were students of class X-XI at SMA X in Jatinangor. The sample in this study used stratified random sampling of 269 students. Data was collected by instruments developed by researchers based on the theory of Alice Robbin (2008) and Internet Addiction Test (IAT) instruments. Data were analyzed by descriptive analysis and presented in the form of percentages. The results of the study were mostly respondents classified as heavy users on weekday (56.5%) and weekend (68.4%). Almost all respondents access the internet, namely social media (79.9%) and communicate (74%) per day. Nearly half of the respondents were addicted at a mild level (43.9%). The conclusion of this study is that the majority of respondents are heavy users with the most frequently accessed is social media. The level of addiction in this study was predominantly mild.*

**Keywords**: internet, internet addiction, internet use, teenagers.

## PENDAHULUAN

Internet atau yang dikenal dengan singkatan dari *Interconnected Network* adalah jaringan yang menghubungkan komputer-komputer yang ada pada seluruh dunia (Ramadhan, 2007). Didukung perkembangan zaman yang sangat maju membuat internet dijadikan sebagai alat pengiriman, pertukaran, pengambilan data bahkan dijadikan sebagai fasilitas untuk bekerja, berkarir, dan proses menjalin relasi (Elia, 2009). Dimana pada internet dapat menembus batas dimensi kehidupan penggunaannya, waktu, dan ruang yang membuat internet dapat diakses oleh siapapun, kapanpun, dan dimanapun ditambah lagi untuk mengakses internet sekarang bukan suatu perkara yang sulit dengan adanya fasilitas yang murah dan mudah untuk didapatkan dimana-mana (Qomariyah, 2009).

Internet sudah marak disemua kalangan baik itu tua muda, laki-laki ataupun perempuan, dan berbagai kalangan usia tidak terkecuali remaja. Remaja adalah masa dimana seseorang mengalami transisi (Santrock, 2007). Usia remaja merupakan masa terjadinya beberapa perubahan seperti sosial, kognitif, emosi dan keinginan akan sesuatu (Fagan, 2006). Sehingga pada usia remaja adalah masa dimana mereka sedang mencari jati diri sesuai dalam tahap dan perkembangannya.

Tahap perkembangan remaja di bagi menjadi tiga tahap yaitu remaja awal 12-15 tahun, remaja pertengahan 15-18 tahun dan remaja akhir 18-21 tahun (Hurlock, 2008). Masa remaja sering mengalami permasalahan emosi dilihat dari ciri remaja yang mudah memberontak, melawan hingga mengalami depresi. Remaja pertengahan sudah mulai ingin menentukan apapun dengan sendiri, tidak ingin banyak dicampuri oleh orang tua seperti halnya sudah mengenal lawan jenis, perasaan suka, dan berkhayal tentang aktivitas

sex (Monks, 2009). Bahkan pada remaja pertengahan tidak jarang dalam melakukan pencarian hal yang baru seperti berusaha untuk mendapatkan informasi yang mereka inginkan salah satunya dengan mengakses internet (Rahadiyan, 2015).

Internet membuat kegemaran tersendiri bagi remaja dalam mencari informasi dan menjalin hubungan dengan orang lain ditempat yang berbeda (Ningtyas, 2013). Menurut Science & Studies (2015) terdapat berbagai fasilitas informasi, permainan (*games online*), hiburan seperti sosial media yang dapat diakses dengan mudah sehingga membuat remaja tidak ingin meninggalkan internet. Dari hal tersebut internet membawa dampak positif dan negatif pada remaja. Dimana menurut Oetomo (2007) seseorang mendapatkan dampak positif dan negatif tergantung dari konten yang diakses. Faktor lain yang menyebabkan dampak negatif atau positif ketika seseorang tidak mampu mengontrol dalam pemakaiannya (Davis, 2001).

Dampak negatif yang sering terjadi pada remaja salah satunya adalah tidak mampu mengontrol dalam pemakaian internet yaitu cenderung mengalami kecanduan (Young & de Abreu, 2011). Kecanduan tersebut biasanya karena pada remaja sering memainkan *games online* dan sosial media yang membuat remaja menjadi acuh dengan tanggung jawab sebagai pelajar yang berdampak pada prestasi dan kegiatan sekolah, tugas-tugas sekolah menjadi terbengkalai, malas belajar karena terlalu asik bermain dengan internet, pola berfikir dan konsentrasi menjadi menurun sehingga berpotensi untuk menurunkan prestasi, bahkan mengganggu kesehatan (Huang et al., 2009; Kim et al., Orzak., 2003). Dampak lainnya menurut Esti Kumiawati (2011) penggunaan internet membuat seseorang malas dan perangkat terkena virus. Bahkan

internet dapat merusak mental remaja yang menggunakan untuk situs pornografi dan berbagai tindak kriminal seperti perjudian dan pembuluan (Oetomo, 2007). Dari sisi positifnya internet membuat remaja lebih memiliki wawasan dalam mencari informasi tentang pelajaran, meningkatkan kecerdasan serta keterampilan yang lebih baik, serta mempermudah dan menambah peningkatan dalam komunikasi antara guru dan siswa (Ni et al, 2009). Menurut Oetomo (2007) Internet memfasilitas remaja untuk dapat belajar berbisnis dalam mencari uang melalui *e-commerce*.

Berdasarkan situs yang bernama *Internet World Stats*, diketahui bahwa jumlah pengguna internet di dunia sampai bulan juni 2016 mencapai angka 7.340.159.492 dan 50% dari populasi pengguna internet tersebut merupakan benua Asia. Menurut Kominfo (2017) Indonesia menduduki peringkat ke-6 pengguna internet terbanyak di dunia sedangkan peringkat pertama adalah negara China. Dengan meningkatnya penggunaan dan pemanfaatan internet di dunia juga turut berimbas di Indonesia. Menurut data yang diliris oleh APJII (Asosiasi Penyelenggaraan Jasa Internet Indonesia) jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2014 adalah sebesar 88,1 juta orang, angka tersebut naik dari 71,1 juta di tahun sebelumnya. Diantara jumlah tersebut sekitar 50 juta diantaranya adalah usia remaja, dari jumlah tersebut dapat dilihat bahwa tidak sedikit pengguna internet di kalangan remaja (Broto, 2014). Hampir 70% penggunaan internet di Indonesia yang berusia 15-22 tahun menghabiskan lebih dari 3 jam sehari menggunakan internet (Markeeters, 2013).

Hasil Survey yang dilakukan oleh *American Life Project & Pew Project* (2001, dalam Qomariyah, 2009) didapatkan remaja 12-17 tahun di Amerika 94% remaja online melakukan aktivitas mencari sumber

informasi untuk menyelesaikan penelitian sekolah, dalam sumber yang sama di Inggris sebanyak 50% responden remaja berusia 9-19 tahun menggunakan internet untuk mengerjakan tugas sekolah. Hasil suatu pendapat online oleh salah satu internet provider di Jerman, yang diikuti oleh sekitar 1900 responden, menyatakan bahwa sekitar 12% responden menghabiskan waktu lebih dari 10 jam sehari untuk online, dan sekitar 13% responden mengaku menghabiskan waktu 6-10 jam sehari untuk online (Ningtyas, 2013). Dalam penelitian yang sama di China, sekitar 6,4% pelajar mengalami kecanduan internet, rata-rata menghabiskan 38,5 jam dalam seminggu untuk online menurut Irawati (2005, dalam Ningtyas 2013). Di Indonesia dalam penelitian Qomariyah (2009) remaja usia 13-18 mengakses internet karena untuk kepentingan menyelesaikan tugas sekolah. Menurut penelitian Santoso (2013) ditemukan kasus di Kediri akibat salah satu dampak negatif penggunaan internet bahwa dua remaja 16 tahun melakukan pencurian telpon genggam di salah satu gerai karena kecanduan internet. Baru-baru ini tgl 18 Januari 2018 dikabarkan remaja SMA berusia 15 dan 17 tahun di Bondowoso berinisial A dan H dilarikan dan dirawat di RSJ karena didiagnosis gangguan kejiwaan tingkat akut akibat kecanduan *games online* dan sosial media, yang membuat mereka marah besar sampai membanting benda dan menyakiti diri sendiri jika diminta melepaskan *smartphone* dari tangannya (Liputan6, SCTV).

Selain dari beberapa fenomena yang menjelaskan diatas tentang penggunaan internet, Menurut Christin (2008) internet juga berpengaruh pada remaja sekolah khususnya dalam bidang pendidikan yang mulai menerapkan pemanfaatan media teknologi komputer, *smartphone* dan internet pada sistem kurikulumnya. Serta tidak sedikit

sekolah yang sudah memfasilitasi *hotspot* atau *wifi* di sekolah tersebut untuk membantu dan mempermudah sistem pembelajaran agar para siswa memiliki kemampuan mencari bahan-bahan pelajaran melalui internet dan mengakses *e-learning* (Supriyanto, 2010).

Menurut Qomariyah (2009) tidak seperti orang dewasa yang pada umumnya sudah mampu memfilter hal-hal baik ataupun buruk dari internet, remaja sebagai salah satu pengguna internet justru sebaliknya. Remaja tampak belum mampu memilah aktivitas internet yang bermanfaat dan cenderung mudah terpengaruh oleh lingkungan sosial tanpa mempertimbangkan terlebih dahulu efek positif dan negatif yang akan diterima saat melakukan aktivitas internet tertentu. Dari sisi positif tentu saja semua pihak harus mendukung pemanfaatan teknologi komputer, *smartphone* dan internet di kurikulum sekolah. Namun dari sisi negatif, semua pihak harus bekerja sama sedemikian rupa untuk meminimalkan dampak negatif dari penggunaan tersebut, terutama bagi anak didik.

Perawat sebagai tenaga profesional yang memberi pelayanan holistik dengan cakupan kesehatan biopsikososial dan spiritual secara optimal guna meningkatkan kesejahteraan anak remaja usia sekolah khususnya di lingkungan sekolahnya. Peran perawat disini yaitu sesuai dengan konsep "*Roles of The School Health Nursing*" dalam *American Academy of Pediatric (AAP)* pada tahun 2016 yaitu untuk menjaga kesehatan para siswa sekolah dan mempertahankan agar tidak terjadi perubahan signifikan yang dapat merugikan guna mencapai 3 tujuan utama dari *school health nursing* yaitu kesejahteraan siswa, kesuksesan dalam akademik, dan pencapaian jangka panjang yang dapat diraih secara maksimal oleh para siswa (AAP, 2016). Perawat juga berperan untuk memberikan intervensi dan edukasi terhadap

remaja yang mengalami kecanduan internet. Perawat dapat mendorong guru dan orang tua melakukan pendampingan kepada remaja dalam penggunaan internet yang kini sangat mudah di jangkau dan ditemukan di mana-mana baik itu *wifi* dan dari kartu kuota internet.

SMA X di Jatinangor, merupakan salah satu SMA terbaik yang ada di kawasan kecamatan Jatinangor. SMA ini sudah difasilitasi *hotspot*, yang diharapkan dapat membantu siswa agar memacu dan meningkatkan mutu pendidikan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 20 Oktober 2017 melalui wawancara kepada WAKASEK dan guru BK di SMA X di Jatinangor didapatkan bahwa adanya aturan mengenai akses internet. Siswa diperbolehkan menggunakan *smartphone* dan fasilitas *hotspot* untuk kepentingan pelajaran, namun faktanya masih banyak siswa yang melanggar dan ketahuan menggunakan akses internet selain kepentingan tersebut, seperti membuka sosial media dan *games online* saat jam pelajaran dimulai. Karena hal ini guru-guru sering melakukan razia *smartphone* yang mereka gunakan. Peneliti juga melakukan wawancara kepada 10 siswi dan 5 siswa didapatkan bahwa mereka sering mengakses sosial media (Instagram, Snapchat), *games online*, media informasi dan kadang-kadang membuka hal tersebut saat jam pelajaran. Mereka menyatakan merasa tidak nyaman jika tidak membuka *smartphone* untuk mengakses internet. Begitu juga dengan hasil observasi, terlihat bahwa gerak-gerik siswa-siswi yang acuh dan tidak peduli dengan lingkungan sekitar seperti mereka yang duduk berdekatan tak saling hiraukan dan bahkan kadang tak menyapa beberapa guru yang lewat dihadapan mereka, ketika mereka memainkan *smartphone* untuk mengakses internet. Peneliti melakukan studi

pendahuluan kembali pada tanggal 15 Januari 2018 dan mendapatkan pernyataan dari WAKASEK SMA Negeri Jatinangor bahwa *hotspot* yang difasilitasi untuk SMA tersebut tidak memiliki pembatasan konten yang diakses, sehingga siswa-siswi SMA Negeri Jatinangor pun bebas untuk mengakses apa saja yang diinginkan dan banyak siswa-siswi mereka yang ketahuan sering duduk-duduk disekolah sampai magrib untuk menggunakan *hotspot* sekolah. Sedangkan dari pernyataan WAKASEK SMA tersebut memiliki peraturan bahwa kegiatan sekolah maksimal dilakukan sampai jam 5 sore. Oleh karena itu rumusan masalah penelitian “Gambaran Penggunaan dan tingkat kecanduan Internet pada siswa-siswi SMA Negeri Jatinangor ?.

## METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif dengan teknik *Propotionate stratified random sampling*, populasi pada penelitian ini berjumlah 818 orang dan sampel yang terlibat pada penelitian ini sebanyak 269 reponden. Responden yang di ambil adalah kelas X-XI

IPA dan IPS dikarenakan kelas XII sedang melakukan Ujian Akhir sekolah. Didapatkan jumlah sampel pada kelas X IPA 80 sampel dengan jumlah laki-laki 31 orang dan perempuan 49, kelas X IPS 56 sampel dengan jumlah perempuan 30 dan laki-laki 36. Sedangkan untuk kelas XI IPA terdapat 81 sampel dengan jumlah 31 laki-laki dan 50 perempuan, kelas XI IPS dengan sampel 52 yaitu laki-laki 23 orang dan perempuan 29 orang. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan April 2018 di SMA Negeri Jatinangor. Instrumen pada penelitian ini menggunakan dua instrumen yaitu untuk penggunaan internet dikembangkan sendiri oleh peneliti berdasarkan teori Alice Robbin (2008) dan untuk Kecanduan Internet menggunakan instrumen inventory IAT (*Internet Addiction Test*) dari Dr.Kimberly Young (1998) dengan jumlah pertanyaan 20 item menggunakan skala likert yang telah dilakukan *back translate* dan mempunyai nilai reliabilitas sebesar 0,868. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komisi Etik Penelitian Universitas Padjadjaran dengan Nomor: 214/UN6.KEP/EC/2018.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1.  
Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi Siswa-siswi SMA Negeri Jatinangor (n=269)

Karakteristik	F	%
<b>Tahap Perkembangan</b>		
Remaja Pertengahan (15-18 tahun)	269	100
<b>Jenis Kelamin</b>	111	41,3
Laki-laki	158	58,7
Perempuan	269	100
<b>Memiliki fasilitas internet</b>		
<b>Fasilitas yang dimiliki</b>	269	100
Smartphone	81	30,1
Laptop	37	13,7
Komputer		

Berdasarkan tabel 1 diperoleh data karakteristik demografi bahwa seluruh responden (100%) berada pada tahap perkembangan remaja pertengahan (usia 15-18 tahun). Berdasarkan jenis kelamin sebagian kecil didominasi oleh perempuan yaitu 47 orang lebih banyak di bandingkan laki-laki.

Dimana seluruh responden (100%) memiliki fasilitas yang mendukung untuk mengakses internet.

**Tabel 2.**  
**Distribusi Frekuensi Intensitas penggunaan internet pada Siswa-siswi di SMA Negeri Jatinangor (n=269)**

Karakteristik	F	%
<b>Durasi</b>		
<b>(Weekday)</b>		
Light Users (< 2jam/hari)	41	15,2
Medium Users ( 2-3jam/hari)	76	28,3
Heavy Users (> 3 jam/hari)	152	56,5
<b>(Weekend)</b>		
Light Users (< 2jam/hari)	31	11,5
Medium User ( 2-3 jam/hari)	54	20,1
Heavy Users (> 3jam/hari)	184	68,4
<b>Tempat paling sering mengakses internet</b>		
Warnet	59	21,9
Rumah	264	91,4
Sekolah		
Saat jam pelajaran	37	13,8
Saat jam kosong	212	78,8
Saat jam istirahat	116	43,1
Lain-lain(jco, Dunkin, dan tempat nongkrong)	21	7,8

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil berdasarkan intensitas penggunaan internet pada remaja SMA Negeri Jatinangor bahwa sebagian besar responden yaitu setiap hari dengan (68,4%) lebih banyak menggunakan waktu diatas 3jam/hari di hari *weekend* dan (56,5%) di hari *weekday* untuk mengakses internet yang menunjukkan durasi pemakaian tergolong pengguna berat yaitu *Heavy Users*. Dimana hampir seluruh dari responden yaitu (91,4%) paling sering mengakses internet dirumah dan (78,8%) di sekolah saat jam kosong.

**Tabel 3.**  
**Distribusi Frekuensi Jenis-jenis Aktivitas online dan aktivitas yang paling sering diakses pada Siswa-siswi di SMA Negeri Jatinangor berdasarkan jenis kelamin**

Karakteristik	Perempuan		Laki-laki		Total	
	f	%	f	%	f	%
<b>Information utility</b>						
Informasi pelajaran	122	45,4	82	30,5	204	75,8
<i>e-learning</i>	14	5,2	15	5,6	29	10,8
informasi diluar pelajaran	94	34,9	57	21,2	151	56,1
<b>Leisure/Fun Activities</b>						
<i>Social media</i>	155	57,6	98	36,5	253	94,1
<i>Games online</i>	32	11,9	86	32,0	118	43,9
Pornografi	0	0	10	3,7	10	3,7
<b>Transaction</b>						
<i>e-commerce</i>	42	15,6	35	13,0	77	28,6
<b>Communication</b>						
<b>Yang paling sering diakses perhari</b>						
<i>Social Media</i>	137	50,9	78	29,0	215	79,9
Komunikasi	128	47,6	71	26,4	199	74
Informasi (Pelajaran dan diluar pelajaran)	114	42,4	54	20,1	168	62,5
<i>Games Online</i>	21	7,8	72	26,8	93	34,6

Pada tabel 3 didapatkan hasil presentase kegiatan yang diakses oleh remaja SMA Negeri Jatinangor dalam mengakses untuk berbagai aktivitas, dengan hampir seluruh dari reponden paling sering setiap hari mengakses *media sosial* (79,9%), komunikasi (74%), informasi (62,5%) yang didominasi oleh perempuan. Dimana hampir setengah responden paling sering setiap hari mengakses *games online* (34,6%) yang lebih didominasi oleh laki-laki.

**Tabel 4.**  
**Distribusi frekuensi tingkat kecanduan internet pada Siswa-siswi SMA Negeri Jatinangor (n=269)**

Kategori	f	%
Normal	89	33,1
Ringan	118	43,9
Sedang	62	23
Berat	0	0

Pada tabel 4 didapatkan hasil berdasarkan tingkat kecanduan internet pada remaja SMA Negeri Jatinangor bahwa hampir setengahnya dari responden adalah pengguna normal (33,1%) dan kecanduan internet ditingkat ringan (43,9%), sebagian kecil dari responden mengalami kecanduan di tingkat sedang yaitu (23,0%) dan tidak seorangpun dari responden yang mengalami tingkat kecanduan tinggi (0%). Berdasarkan analisis tersebut kecanduan internet didominasi ditingkat ringan.

**Tabel 5.**  
**Kriteria Gejala Kecanduan Intenet pada Siswa-siswi di SMA Negeri Jatinangor**

Kriteria Kecanduan Internet	Mean	Maks	Min
<i>Withdrawal</i>	1,69	5	0
Pemakaian kompulsif	1,79	5	0
<i>Konsekuensi negative</i>	1,80	5	0
Toleransi	1,85	5	0

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan hasil bahwa rata-rata kriteria kecanduan internet tertinggi pada aspek toleransi yaitu sebesar

1,85 dan aspek terendah yaitu *withdrawal* sebesar 1,69.

## PEMBAHASAN

### Penggunaan Internet

#### 1. Intensitas Penggunaan Internet

Hasil penelitian ini didapatkan pada tabel 2 bahwa sebagian besar responden tergolong pengguna berat atau “*heavy users*” yaitu pengguna internet yang menggunakan internet lebih dari 40jam/bulan yang mengarah kepada *addicted*, yang dilihat dari durasi waktu untuk mengakses internet yaitu lebih dari 3 jam perhari baik dihari *weekday* sebanyak 152 responden yaitu (56,5%) dan dihari *weekend* sebanyak 184 responden yaitu (68,4%). Menurut *SWA-Mark Plus & Co* (dalam Abrar, 2003) seseorang dikatakan pengguna berat “*Heavy users*” adalah yang memiliki durasi lebih dari 40jam/bulan, “*Medium Users*” adalah 10-40jam/bulan, dan “*Light users*” adalah kurang dari 10jam/bulan. Banyaknya pengguna *Heavy Users* dihari *weekend* dikarenakan pada hari tersebut lebih banyak waktu luang dibandingkan hari *weekday*.

Pada tabel yang sama juga didapatkan bahwa tempat mengakses internet paling sering hampir seluruh responden mengakses di rumah, disekolah saat jam kosong, dan sebagian kecil dari responden mengakses diberbagai tempat lainnya seperti warnet, tempat-tempat nongkrong, disekolah saat jam pelajaran, jam istirahat. penelitian ini menunjukkan bahwa untuk mengakses internet sudah bisa dilakukan setiap hari dan disetiap tempat dengan frekuensi yang sangat sering atau tinggi. Dimana intensitas terdiri dari 2 aspek yaitu durasi dan frekuensi, dikatakan frekuensi yang tinggi 5-6kali/minggu, sedang 3-4kali/minggu, dan ringan 1-2kali/minggu (Horrigian, 2002).

## 2. Aktifitas online yang paling sering diakses

Pada tabel 3 bahwa berbagai aktivitas yang dilakukan responden dengan presentase yang berbeda-beda saat mengakses internet, dan didapatkan bahwa hampir seluruh dari responden setiap hari paling sering setiap hari dari waktu yang ada, mengakses internet untuk mengakses sosial media (79,9%), komunikasi (74%), informasi (62,5%) yang didominasi oleh perempuan, dan hampir setengah responden mengakses game online (34,6%) didominasi oleh laki-laki. Dimana Laki-laki menggunakan internet lebih untuk hiburan dan rekreasi, seperti *games online* sedangkan perempuan menggunakan internet untuk komunikasi interpersonal dan bantuan pendidikan (Weises, 2011). Menurut Young (1998) aktivitas di internet yang memiliki potensi untuk seseorang menjadi adiktif adalah aplikasi yang membuat seseorang menjadi interaktif seperti *media social*, *chatting*, dan *games online* merupakan salah satu aktivitas yang paling adiktif.

Hasil penelitian yang mendukung menyebutkan bahwa mayoritas remaja menggunakan internet dengan intensitas tinggi pada aktivitas *games online* dan media sosial serta lebih cenderung menunjukkan ketergantungan dengan penambahan waktu (Qomariyah, 2009). Lebih lanjut menurut Kumiati (2011) penggunaan internet pada remaja awalnya hanya untuk hiburan penyegaran otak, akan tetapi lama-kelamaan membuat remaja ketergantungan karena diinternet menyediakan berbagai macam hiburan seperti *games online*, jejaring sosial, musik dan film yang membuat remaja rela menghabiskan waktu berjam-jam bahkan tak jarang mengabaikan kewajiban sebagai seorang pelajar yang membuat prestasi mereka menurun.

Dilihat dari aktivitas yang paling sering diakses perhari pada remaja tidak

hanya untuk hiburan semata melainkan untuk berkomunikasi dan mendapatkan informasi terkait pelajaran dan diluar pelajaran. Hal ini menunjukkan jika tidak semua remaja menggunakan internet hanya untuk kesenangan, tetapi juga sesuai kebutuhan untuk memenuhi tanggung jawab sebagai seorang pelajar. Dimana remaja yang mengakses internet untuk mendapatkan informasi lebih mudah untuk mendapatkan referensi bacaan, memperluas komunikasi, dan lebih mengefisienkan waktu dalam mencari sumber pelajaran bahkan memperluas wawasan dan menyelesaikan tugas sekolah (Hamzah, 2010).

### Tingkat Kecanduan Internet

Kecanduan internet merupakan salah satu dampak dari penggunaan internet yang berlebihan dengan aktifitas yang lebih mengarah kepada hiburan yang berlebihan khususnya pada remaja. Menurut Young (2005) kecanduan internet merupakan ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol penggunaannya sehingga menyebabkan terjadinya masalah sosial dan psikologis pada kehidupan sehari-harinya yang menunjukkan kriteria gejala pemakaian kompulsif, toleransi, *withdrawal*, dan konsekuensi negative. Remaja yang mengalami kecanduan internet yaitu perasaan yang menyenangkan seperti gembira riang, bebas, bergairah, atraktif dan di butuhkan saat online. Sedangkan ketika *offline* remaja akan merasa kesepian, tidak puas, merasa dihalangi, frustrasi, cemas, dan sedih (Block, 2008).

Pada penelitian ini didapatkan hasil dari kecanduan internet jika hampir setengah dari responden tidak mengalami kecanduan (31,1%) dan kecanduan ditingkat ringan (43,9%), sebagian kecil responden ditingkat sedang (23,0%), sedangkan tidak satupun dari responden yang mengalami kecanduan

ditingkat berat (0%). Pada penelitian ini kecanduan didominasi ditingkat ringan yaitu sebanyak 118 siswa. Hasil penelitian ini menunjukkan kecanduan internet lebih didominasi ditingkat ringan dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Deta (2017) yang didominasi tingkat sedang.

Pada tingkat normal remaja belum mengalami masalah dalam kehidupan sehari-hari. Dimana pada tingkat ini remaja adalah pengguna internet dengan waktu dan batas yang normal (Young, 2000). Pada tingkat ringan biasanya sudah mulai kurang berkonsentrasi pada pelajaran dan jika tidak dicegah semakin lama intensitas semakin meningkat. Pada tingkat ini remaja adalah pengguna internet yang masih dalam batas wajar dengan penggunaan waktu yang cukup lama (Young, 1998). Pada tingkat sedang remaja memiliki intensitas yang menengah sehingga cenderung munculnya beberapa gejala adiksi seperti merasa senang jika mengakses aktifitas pada internet dan individu merasa cemas dan gelisah jika tidak mengakses aktivitas pada internet (Young, 1998). Pada tingkat ini remaja sudah mulai mengalami masalah yang cukup banyak seperti banyak menggunakan waktu hanya untuk mengakses internet seperti sosial media dan *games online*, terlambat mengerjakan PR dan mulai tidak berkonsentrasi saat belajar baik dirumah dan disekolah. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Liang, Zhou, Yuan, Shao, & Bian, 2016) pada 1715 remaja didapatkan bahwa remaja yang kecanduan internet cenderung lebih suka mengakses internet hanya untuk sekedar hiburan seperti *games online* dan media sosial dengan durasi waktu yang lama dan disetiap tempat sehingga mengabaikan tugas-tugas mereka sebagai seorang pelajar. Remaja yang mengalami kecanduan internet juga sering kali mengalami penurunan prestasi akademi dibandingkan remaja yang tidak mengalami

kecanduan internet ( Leung & Lee, 2012). Sehingga pada tingkat sedang remaja lebih harus memperhatikan penggunaan internet, dimana pada tingkat ini remaja lebih menunjukkan adiksi dibandingkan tingkat ringan, yang jika dibiarkan akan mengalami kecanduan tingkat berat.

Pada tingkat berat kecanduan internet pada remaja dapat menyebabkan masalah-masalah yang lebih signifikan yaitu mental disorder sehingga dapat merugikan kesejahteraan siswa, kesuksesan dalam akademik dan pencapaian dalam jangka panjang yang dapat diraih secara maksimal.

Pada tabel 5 merupakan kriteriakriteria kecanduan internet. Dimana pada penelitian ini didapatkan kriteria yang paling menonjol adalah toleransi. Pada aspek ini remaja mengalami peningkatan batas penggunaan internet untuk mendapatkan suatu kepuasan ( Block, 2008). Pada aspek ini juga remaja akan terus menambah waktu penggunaan dari batas yang direncanakan di awal agar terpenuhinya suatu kepuasan saat mengakses internet, sehingga jika dibiarkan remaja akan selalu menambah waktu mereka untuk online yang dapat berdampak negative yang membuat mereka lama-kelamaan lupa waktu hanya karena ingin selalu online dan ini berdampak pada kesehatan mereka. Sedang nilai rata-rata terendah yaitu pada aspek *withdrawal* yaitu 1,69. Pada aspek ini remaja mengalami perasaan marah, mudah tersinggung, depresi ketika aktivitas internet dihentikan sehingga sering menarik diri dari lingkungan sekitar.

Pada aspek lain yaitu pemakaian kompulsif yaitu remaja menunjukkan tidak terkontrol dalam waktu yang dihabiskan untuk online sehingga remaja menggunakan internet dengan cara berlebihan. Pada aspek ini remaja kehilangan dorongan motivasi sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari seperti hubungan interpersonal, makan dan suatu kewajiban (Block, 2008). Pada aspek

*konsekuensi negative* yaitu remaja mengalami efek negative terhadap dirinya. Dimana pada aspek ini remaja lebih sering mengasingkan diri dari keluarga dan bertengkar dengan orang terdekat, sering berbohong menutupi waktu dalam penggunaan internet, mengabaikan kewajiban pekerjaan atau pribadi, prestasi menurun, berkurangnya aktifitas fisik yang bahkan menyebabkan kesehatan jadi menurun akibat aktifitas pada internet (Block, 2008). Berdasarkan data tersebut kecanduan internet dapat menimbulkan dampak yang berpengaruh kepada kehidupan remaja sehari-hari. Terlebih lagi kemudahan-kemudahan yang terdapat pada internet dapat mengakibatkan remaja mempunyai dunia yang baru di dalam internet yang dapat membuat remaja menjadi isolasi sosial yang lebih dalam (Young, 2011).

## KESIMPULAN

Penggunaan internet pada remaja sering menjadi perhatian khusus, terutama bagi remaja yang menggunakan internet secara berlebihan dengan aktivitas yang cenderung mengarah kepada hiburan sehingga sering kali menjadi pengguna yang kecanduan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 269 responden pada SMA Negeri Jatinangor didapatkan hasil sebagian besar responden adalah pengguna *heavy users* dan hanya sebagian kecil responden adalah pengguna *medium* dan *light users* berdasarkan durasi pemakaian. Berdasarkan aktivitas online yang sering diakses setiap hari sebagian besar responden mengakses sosial media *sosial media*, komunikasi, mencari informasi pelajaran dan diluar pelajaran, hampir setengah responden bermain *games* online. Berdasarkan tingkat kecanduan internet didapatkan bahwa tingkat kecanduan didominasi oleh tingkat ringan.

Berdasarkan penelitian ini peneliti menyarankan perlunya melakukan asuhan keperawatan sesuai peran fungsi keperawatan komunitas dalam upaya dalam melaksanakan perannya sebagai perawat kesehatan sekolah sesuai dengan konsep "*school health nursing*" yaitu kesejahteraan siswa, kesuksesan dalam akademik, dan pencapaian jangka panjang yang dapat diraih secara maksimal oleh para siswa dengan program UKS (unit kesehatan sekolah) dapat bekerja sama dengan pihak sekolah dan orang tua dalam pencegahan dan penanganan pada siswa dalam menggunakan internet dan yang memiliki kecanduan internet dengan mendeteksi atau skrining setiap tahun. Perawat komunitas merencanakan pendidikan kesehatan bagi siswa tentang manajemen waktu dan penggunaan internet yang baik. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat diteruskan melihat dampak-dampak negative yang lain dari penggunaan internet, serta faktor-faktor yang mempengaruhi pengguna menjadi kecanduan, sehingga penelitian ini bisa digunakan sebagai data awal untuk peneliti selanjutnya

## REFERENSI

- American Psychiatric Association. (1995). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder*. IV-TM. Washington: America Psychiatric Association.
- American Academy of Pediatric (AAP). (2016). *Role of the School Nurse In Providing School Health Service*. Pediatrics Volume 121 Number 5, Jan 2018
- Anderson, Elizabeth. T. (2007). *Buku Ajar Keperawatan: Teori dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2016). Available at

- <https://www.apjii.or.id/> diakses pada 26 oktober 2017.
- Block, J. J. (2008). Issues for DSM-V: internet addiction. *American Journal of Psychiatry*, 165, 306-307.
- Broto, G. S. D. (2014). Riset Kominfo dan UNICEF Mengenai Perilaku Anak dan Remaja Dalam Menggunakan Internet. Retrieved from <https://kominfo.go.id/>
- Buante, W., & Robbin, A. (2008). *Trends in internet Information Behaviour: 2000-2004*. Journal of the American Society for Information Science.
- Castellacci, F., & Tveito, V. (2018). Internet use and well-being: A survey and theoretical framework. *Research Policy*, 47(1), 308-325.  
<https://doi.org/10.1016/j.respol.2017.11.007>
- Correa T, Hinsley AW, de Zuniga HG. (2010). *Who Interacts on the Web: The Intersection of Users' and Social Media Use*. Journal of Computer in Human Behaviour, 26: 247-253. Doi: 10.1016/j.chb.2009.09.003.
- Clark, Neils L. (2006). Addiction and the Structural Characteristics of Massively Multiplayer Online Games. Available at <http://search.proquest.com/> diakses pada 2 Januari 2018.
- C. Chou, L. Condron, J. C. Belland. (2005). *A review of the research on internet addiction*. Educational Psychology Review, 17 (4) (2005), pp. 363-388.
- Davis, R. A. (2001). *A Cognitive behavioral model of pathological internet use*. Computers in Human Behavior, 17: 187-195.
- Eastin, M. S. (2005). Teen internet use: Relating social perception and cognitive models to behavior, *CyberPsychology & Behavior*, 8, 62-75.
- Elia, H. (2009). *Kecanduan Berinternet dan Prinsip-prinsip untuk Menolong Pecandu Internet*. Vol.10, No.2, h.285-299.
- Esti Kumiawati. (2011). Dampak penggunaan internet Terhadap Kondisi Sosial Ekonomi Penduduk di Kampong Cyber Kelurahan Patehan Kecamatan Kraton Kota Yogyakarta. Laporan Penelitian. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Griffiths, M., Davies, M. N. O., & Chappell, D. (2003). Breaking the stereotype: The case of online gaming. *CyberPsychology and Behavior*, 6(1), 81-91.
- Hamzah. (2010). *Teknologi Komunikasi dan Informasi Pembelajaran*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Horrigan, J. B. (2002). *New Internet Users: What They do Online, What They Don't and Implication for the Net's future*. Journal Pew Internet and American Life Project.
- Hurlock, E. B. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Liang, L., Zhou, D., Yuan, C., Shao, A., & Bian, Y. (2016). Gender differences in the relationship between internet addiction and depression: A cross-lagged study in Chinese adolescent. *Computer in Human Behavior*, 63, 463-470.
- Ningtyas, S. D. (2013). Hubungan antara self control dengan internet addiction pada mahasiswa. *Educational Psychology Journal*, 1(1), 25-30.
- Nistanto, R. (2015). Pengguna Internet Indonesia tembus 88 Juta. <http://doi.org/10.1016/j.ajodo.2005.02.002>
- Oetomo, B. S. D. (2007). *e-Education: Konsep, Teknologi dan Aplikasi Internet Pendidikan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Öztürk, C., Bektas, M., Ayar, D., Özgüven Öztornaci, B., & Yaıcı, D. (2015). Association of Personality Traits and Risk of Internet Addiction in Adolescents. *Asian Nursing Research*, 9(2), 120-124. <https://doi.org/10.16/j.anr.2015.01.001>
- Qomariyah, Nur Astutik. (2009). *Penggunaan Internet Pada Kalangan Remaja di Perkotaan*. Universitas Airlangga Surabaya
- Supriyanto. (2010). *Information and Communication Technology*. Jakarta: Yudhistira.
- Young, Kimberly S, dan Roger, R.C., (1998). The Relationship between Depression and Internet Addiction. *CyberPsychology and Behavior* 1(1) 25-28.

Young, K., Pistner, M., O'Mara, J., & Buchanan, J. (2000). *Cyber Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium*. *CyberPsychology & Behavior*, 3(5), 475-479. Retrieved Nov 20, 2017, from <http://netaddiction.com/articles/cyberdisorder.pdf>