

Studi Deskriptif Mengenai *Problematic Internet Use* pada Mahasiswa di Kota Bandung

Raden Yasmin Siti Uswah Wahjoe, Stephani Raihana Hamdan

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*yasmiin.wahjoe@gmail.com stephanihamdan@unisba.ac.id

Abstract. The development of the internet today is becoming easier to access anywhere, anytime, and by anyone. However, with the ease of internet access, it not only has a positive impact on the community, but also has many negative impacts caused by using the internet. One example is problematic internet use. Based on several studies, it was found that students are vulnerable to problematic internet use, because students access the internet at any time both for academic purposes and for entertainment purposes only. This study uses descriptive quantitative methods with the subject of 426 students in the city of Bandung. The purpose of this study is to find out how the description of problematic internet use among students in the city of Bandung. The measuring instrument used is the Indonesia Problematic Internet Use Scale (Andangsari et al., 2019). The results of this study found that the level of problematic internet use for students in the city of Bandung is at a moderate level.

Keywords: *College Student, Problematic Internet Use*

Abstrak. Perkembangan internet saat ini menjadi lebih mudah untuk diakses dimana saja, kapan saja, dan oleh siapa saja. Namun dengan semakin mudahnya akses internet ini tidak hanya memberikan dampak positif bagi masyarakat, tetapi banyak juga dampak negatif yang disebabkan dari penggunaan internet. Salah satu contohnya adalah *problematic internet use*. Berdasarkan beberapa penelitian ditemukan bahwa mahasiswa rentan mengalami *problematic internet use*, karena mahasiswa mengakses internet setiap saatnya baik untuk tujuan akademik maupun mencari hiburan semata. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif dengan subjek 426 mahasiswa di kota Bandung. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana gambaran dari *problematic internet use* pada kalangan mahasiswa di Kota Bandung. Alat ukur yang digunakan adalah *Indonesia Problematic Internet Use Scale* (Andangsari et al., 2019). Hasil dari penelitian ini ditemukan bahwa tingkat *problematic internet use* pada mahasiswa di Kota Bandung berada pada tingkatan yang sedang.

Kata Kunci: *Mahasiswa, Problematic Internet Use.*

A. Pendahuluan

Perkembangan internet selama beberapa dekade terakhir telah banyak mengubah dunia. Saat ini siapa pun dapat mengakses internet kapan saja dan di mana saja. Lansia, dewasa, remaja, hingga anak-anak mengakses internet hampir setiap hari. Joshi, Stubbe, Li, dan Hilty (2019) menemukan bahwa mayoritas individu dengan rentang usia 18-29 tahun di berbagai negara memiliki akses internet. Berdasarkan data *We Are Social* (2022) jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai hingga 210 juta pengguna per Januari 2022. Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) tingkat penetrasi internet di Indonesia mencapai angka 73.7% pada awal tahun 2022, dengan 90.53% responden menggunakan internet untuk mengakses media sosial. Namun penggunaan internet meningkat selama pandemi COVID-19. Di Indonesia, penggunaan internet di kalangan penduduk dewasa meningkat sebanyak 14.4% selama pandemi COVID-19 (Siste et al. 2020), dan menghabiskan >8 jam perharinya untuk mengakses internet (Jovic et al., 2020). Sehingga kecenderungan untuk terlibat dalam perilaku seperti *coping mechanism* pada situasi pandemi COVID-19 cenderung semakin meningkat dan dapat berkembang menjadi suatu pola yang sulit untuk dihentikan (King, Delfabbro, Billieux, dan Potenza, 2020). Menurut Islam et al. (2020) selama *lockdown* pandemi COVID-19 masyarakat dunia memiliki waktu luang di rumah lebih banyak dan mengakses internet lebih banyak dari biasanya. Dengan adanya waktu luang maka kebosanan akan semakin meningkat, sehingga *lockdown* pandemi COVID-19 mendorong individu untuk lebih sering menggunakan internet untuk mengatasi kebosannya, yang dapat menyebabkan munculnya *problematic internet use* (Wang, 2019; Islam et al., 2020).

Problematic internet use (PIU) adalah suatu istilah yang mencirikan sebuah perilaku berkaitan dengan penggunaan internet dan mengakibatkan konsekuensi kognitif dan sosial yang maladaptif, termasuk konsekuensi akademik, profesional, dan sosial individu (Caplan, 2003). Terdapat beberapa aspek dari *problematic internet use*, yaitu *preference for online social interaction* (POSI), *mood regulation*, *deficient self-regulation*, *negative outcome* dan *cognitive preoccupation*, *compulsive internet use* (Caplan, 2010). *Problematic internet use* ditandai dengan perilaku seperti selalu mengakses internet, selalu merasa sangat membutuhkan akses internet, berusaha untuk menghentikan penggunaan internet, merasa gelisah saat tidak dapat mengakses internet, mengakses internet dengan waktu yang lama, menggunakan internet untuk menghindari masalah yang sedang dihadapinya (Young, 1999).

Individu dengan usia 18-25 tahun dan yang sudah memiliki gelar sarjana memiliki tingkat *problematic internet use* yang lebih tinggi apabila dibandingkan dengan individu yang lebih tua dan individu dengan tingkat pendidikan yang berbeda (Islam et al., 2020). Mahasiswa pada umumnya mengakses internet untuk mencari materi perkuliahan, mengerjakan tugas, *chatting*, mencari hiburan, berbelanja *online*, bermain game, dan lain-lain. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Reinaldo & Sokang (2016) yang menemukan bahwa mahasiswa hampir tidak dapat memutuskan koneksi dari internet dan merasa bosan hingga gelisah tanpa akses internet. Selain itu ditemukan juga bahwa beberapa mahasiswa seringkali mengungkapkan perasaan-perasaan negatif melalui unggahan di media sosial. Alwi & Hijrianti (2022) menemukan bahwa tingkat *problematic internet use* pada Mahasiswa di Kota Malang berada di tingkatan yang cukup tinggi selama pandemi COVID-19. Hal ini disebabkan karena selama *lockdown* pandemi COVID-19 kehidupan sosial para mahasiswa berubah dan menjadi sangat rentan terhadap *problematic internet use*, sehingga prevalensi *problematic internet use* menjadi tinggi selama *lockdown* terjadi (Xia et al., 2022). Young (2011) menjelaskan bahwa individu yang mengakses internet berlebihan biasanya menghabiskan rata-rata >40 jam per minggu, atau sekitar >6 jam per harinya.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran *problematic internet use* pada Mahasiswa di Kota Bandung?”. Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dari *problematic internet use* pada Mahasiswa di Kota Bandung. Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain studi deskriptif. Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah mahasiswa di kota Bandung. Sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling* dan diperoleh jumlah sebanyak 426 mahasiswa berusia 18-22 tahun yang

mengakses internet >6 jam perharinya. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner berisikan 58 item pertanyaan dari alat ukur *Indonesia Problematic Internet Use Scale* (IPIUS), yang dikembangkan dan dimodifikasi oleh Andangsari, Djunaidi, Fitriana, & Harding (2019) berdasarkan dari instrumen *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS2) oleh Caplan (2010).

B. Metodologi Penelitian

Caplan (2003) mendefinisikan *problematic internet use* (PIU) sebagai istilah untuk menggambarkan kognisi dan perilaku maladaptif terkait penggunaan internet dan menyebabkan konsekuensi seperti akademis, profesional, dan sosial. Beard & Wolf (2001) mendefinisikan *problematic internet use* (PIU) sebagai penggunaan internet yang menyebabkan kesulitan secara psikologis, sosial, sekolah, dan/atau pekerjaan dalam kehidupan. Young (1997) mendefinisikan *problematic internet use* (PIU) sebagai penggunaan internet yang berlebihan untuk berbagai aktivitas *online* yang berdampak negatif bagi kondisi fisik, psikologis, lingkungan sosial, kemampuan akademis, relasi dengan orang lain, dan area kehidupan lainnya.

Caplan (2010) membagi *problematic internet use* (PIU) menjadi beberapa karakteristik, yaitu:

1. *Preference for Online Social Interaction* (POSI), sebuah konstruksi perbedaan kognitif individu yang ditandai dengan keyakinan bahwa seseorang lebih aman dan lebih nyaman dengan interaksi dan hubungan interpersonal secara *online* daripada secara tatap muka (*face to face*) dan beraktivitas sosial.
2. *Mood Regulation*, sebuah prediktor kognitif dari hasil negatif dari penggunaan internet secara umum.
3. *Deficient Self-Regulation*, ketidakmampuan individu untuk memonitor penggunaan internet, menilai perilaku penggunaan internet, dan mengatur penggunaan internet (Bandura, 1986 & 1991 (dalam Caplan, 2010)). Hal ini berdampak pada kurangnya regulasi diri dalam penggunaan internet, yang menyebabkan kesulitan dalam hubungan interpersonal.
4. *Negative Outcome* dan *Cognitive Preoccupation*, terdapat hubungan antara keduanya di mana *negative outcome* (hasil yang negatif) menjadi lebih jelas ketika ada *cognitive preoccupation* (Caplan & High, 2007). *Cognitive preoccupation* mengacu pada pola pikir obsesif yang terkait dengan penggunaan internet.
5. *Compulsive Internet Use*, *problematic internet use* dapat menjadi kompulsif jika mengganggu aktivitas sehari-hari dan individu tidak dapat mengontrol penggunaan internetnya (Caplan, 2006, hal.490). Sehingga *deficient self-regulation* dalam bentuk *cognitive preoccupation* dan perilaku kompulsif memainkan peran yang penting dalam *problematic internet use* (PIU).

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *problematic internet use* pada seseorang diantaranya adalah faktor psikososial seperti kecemasan sosial (Morahan-Martin, 1999), depresi, dan kesepian (Kim, LaRose & Peng, 2009). De Leo & Wulfert (2013) menambahkan bahwa seseorang yang memiliki kecemasan sosial, depresi, dan memiliki konflik keluarga cenderung mengalami *problematic internet use*. Frangos, Frangos, & Sotiropoulos (2011) menemukan sejumlah faktor risiko yang menyebabkan *problematic internet use* pada mahasiswa seperti jenis kelamin, disfungsi keluarga, tinggal terpisah dengan orang tua, prestasi akademik rendah, bermain *game online*, dan mengakses situs porno.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) Mahasiswa merupakan seorang individu yang menempuh pendidikan di suatu perguruan tinggi. Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 30 Tahun 1990 Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi tertentu. Cahyono (2019) menjelaskan empat fungsi dan peran Mahasiswa di lingkungan masyarakat, yaitu:

1. *Agent of Change* (Agen Perubahan), mahasiswa berperan sebagai inisiator perubahan, dan juga menjadi pelaku dari perubahan tersebut. Perubahan yang dimaksud adalah merubah lingkungan masyarakat yang memiliki banyak permasalahan dari berbagai aspek seperti ekonomi, sosial, kesehatan, dan lain sebagainya.

2. *Social Control* (Kontrol Sosial), mahasiswa diharapkan menjadi panutan di lingkungan masyarakat berdasarkan ilmu pengetahuan yang diperoleh selama kuliah, norma yang berlaku di lingkungan, dan juga pola pikirnya. Peran mahasiswa sebagai *social control* terjadi ketika muncul masalah di masyarakat. Oleh karena itu, mahasiswa perlu menanamkan jiwa kepedulian terhadap masyarakat.
3. *Iron Stock* (Generasi Penerus yang Tangguh), mahasiswa memiliki tugas untuk berkembang menjadi manusia yang tangguh, cakap, dan berakhlak mulia, sehingga kelak dapat menggantikan generasi sebelumnya. Oleh karena itu, mahasiswa perlu memperkaya diri dengan berbagai pengetahuan.
4. *Moral Force* (Suri Tauladan), sebagai mahasiswa yang sering dijadikan panutan dan pedoman di lingkungan masyarakat, mereka juga harus menunjukkan perilaku dan akhlak yang baik. Karena perilaku mahasiswa di lingkungan masyarakat akan selalu diamati dan juga dinilai oleh masyarakat.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Tabel 1. Usia Responden

Usia	Jumlah	Persentase
18 tahun	7	1.64%
19 tahun	28	6.57%
20 tahun	75	17.6%
21 tahun	152	35.6%
22 tahun	164	38.4%
Total	426	100%

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa sampel yang menjadi responden dalam penelitian ini adalah sebanyak 426 orang, 164 orang (38.4%) berusia 22 tahun, 152 orang (35.6%) berusia 21 tahun, 75 orang (17.6%) berusia 20 tahun, 28 orang (6.57%) berusia 19 tahun, dan 7 orang (1.64%) berusia 18 tahun.

Tabel 2. Lama Penggunaan Internet Per Hari

Lama Penggunaan Internet	Jumlah	Persentase
6 – 8 jam	251	58.9%
9 – 12 jam	163	38.2%
> 12 jam	12	2.81%
Total	426	100%

Berdasarkan Tabel 2 ditemukan bahwa mahasiswa yang menggunakan internet selama 6 – 8 jam sebanyak 251 orang (58.9%), 9 – 12 jam sebanyak 163 orang (38.2%), dan > 12 jam sebanyak 12 orang (2.81%). Artinya, sebagian besar mahasiswa di kota Bandung mengakses internet selama 6 – 8 jam per harinya. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian Young (2011) yang menemukan bahwa individu yang mengakses internet berlebihan biasanya menghabiskan rata-rata >40 jam per minggu, atau sekitar >6 jam per harinya.

Tabel 3. Kategori Tingkat Problematic Internet Use

		<i>Problematic Internet Use</i>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	56	13.1	13.1	13.1
	Sedang	304	71.4	71.4	84.5
	Tinggi	66	15.5	15.5	100.0
	Total	426	100.0	100.0	

Berdasarkan Tabel 3 ditemukan bahwa tingkat *problematic internet use* pada mahasiswa di kota Bandung sebesar 13.1% (56 orang) berada pada tingkatan yang rendah, 71.4% (304 orang) berada pada tingkatan yang sedang, dan 15.5% (66 orang) berada pada tingkatan yang tinggi. Artinya, sebagian besar mahasiswa di kota Bandung mengalami *problematic internet use* yang sedang.

D. Kesimpulan

Gambaran *problematic internet use* pada mahasiswa di kota Bandung tergolong sedang yaitu sebesar 71.4%. Artinya, fenomena *problematic internet use* terjadi pada sebagian besar mahasiswa di kota Bandung. Hasil ini sesuai dengan beberapa penelitian yang menyatakan bahwa sekitar 4-10% mahasiswa memiliki kemungkinan besar untuk mengalami *problematic internet use* (Chou, Condron, & Belland, 2005; Czincz & Hechanova, 2009). Hal ini dapat disebabkan karena mahasiswa memiliki akses lebih mudah terhadap internet, sehingga dapat mengarahkan pada munculnya gejala-gejala *problematic internet use* (Meilinda, 2018). Selain itu lama penggunaan internet sehari-hari para mahasiswa juga dapat mempengaruhi hasil tersebut, dimana sebanyak 58.9% mahasiswa mengakses internet 6 – 8 jam sehari dan sudah termasuk penggunaan internet yang berlebihan menurut Young (2011).

Acknowledge

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ibu Stephani Raihana Hamdan, S.Psi., M.Psi., Psikolog sebagai dosen pembimbing yang telah memberikan banyak bimbingan dan saran kepada peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini. Tidak lupa peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada orang tua dan teman-teman peneliti yang selalu memberikan semangat kepada peneliti, juga para responden yang sudah memberikan kontribusi pada penelitian ini.

Daftar Pustaka

- [1] Alwi, S. H., & Hijrianti, U. R. (2022). Fear Of Missing Out dengan Problematic Internet Use pada Saat Pandemi Covid-19. *Wacana: Jurnal Psikologi*, 14(1), 45-56. <https://doi.org/10.20961/wacana.v14i1.56585>
- [2] Andangsari, E. W., Djunaidi, A., Fitriana, E., & Harding, D. (2019). Indonesia Problematic Internet Use Scale. *Journal of Physics: Conference Series*, 1175, 012239. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1175/1/012239>
- [3] Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2022). *Hasil Survei Profil Internet Indonesia 2022*. <https://apjii.or.id/content/read/39/559/Hasil-Survei-Profil-Internet-Indonesia-2022>
- [4] Balhara, Y. S., Mahapatra, A., Sharma, P., & Bhargava, R. (2018). Problematic Internet Use among students in South-East Asia: Current state of evidence. *Indian Journal of Public Health*, 62(3), 197. https://doi.org/10.4103/ijph.ijph_288_17
- [5] Beard, K. W., & Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Cyberpsychology & behavior : the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 4(3), 377–383.

- <https://doi.org/10.1089/109493101300210286>
- [6] Caplan, S. E. (2003). Preference for Online Social Interaction. *Communication Research*, 30(6), 625–648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>
 - [7] Chou, C., Condon, L., & Belland, J. C. (2005). A Review of the Research on Internet Addiction. *Educational Psychology Review*, 17(4), 363–388. <https://doi.org/10.1007/s10648-005-8138-1>
 - [8] Czincz, J., & Hechanova, R. (2009). Internet Addiction: Debating the Diagnosis. *Journal of Technology in Human Services*, 27(4), 257–272. <https://doi.org/10.1080/15228830903329815>
 - [9] De Leo, J. A., & Wulfert, E. (2013). *Problematic internet use* and other risky behaviors in college students: an application of problem-behavior theory. *Psychology of addictive behaviors : journal of the Society of Psychologists in Addictive Behaviors*, 27(1), 133–141. <https://doi.org/10.1037/a0030823>
 - [10] Frangos, C. C., Frangos, C. C., & Sotiropoulos, I. (2011). Problematic Internet Use among Greek university students: an ordinal logistic regression with risk factors of negative psychological beliefs, pornographic sites, and online games. *Cyberpsychology, behavior and social networking*, 14(1-2), 51–58. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0306>
 - [11] Islam, M. S., Sujana, M. S. H., Tasnim, R., Ferdous, M. Z., Masud, J. H. B., Kundu, S., Mosaddek, A. S. M., Choudhuri, M. S. K., Kircaburun, K., & Griffiths, M. D. (2020). Problematic internet use among young and adult population in Bangladesh: Correlates with lifestyle and online activities during the COVID-19 pandemic. *Addictive Behaviors Reports*, 12, 100311. <https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100311>
 - [12] Joshi, S. V., Stubbe, D., Li, S. T. T., & Hilty, D. M. (2018). The Use of Technology by Youth: Implications for Psychiatric Educators. *Academic Psychiatry*, 43(1), 101–109. <https://doi.org/10.1007/s40596-018-1007-2>
 - [13] Jovic, J., Pantovic-Stefanovic, M., Mitkovic-Voncina, M., Dunjic-Kostic, B., Mihajlovic, G., Milovanovic, S., Ivkovic, M., Fiorillo, A., & Latas, M. (2020). Internet use during coronavirus disease of 2019 pandemic: Psychiatric history and sociodemographics as predictors. *Indian journal of psychiatry*, 62(Suppl 3), S383–S390. https://doi.org/10.4103/psychiatry.IndianJPsychiatry_1036_20
 - [14] Kim, J., LaRose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of Problematic Internet Use: the relationship between Internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology & behavior : the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 12(4), 451–455. <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0327>
 - [15] King, D. L., Delfabbro, P. H., Billieux, J., & Potenza, M. N. (2020). Problematic online gaming and the COVID-19 pandemic. *Journal of Behavioral Addictions*, 9(2), 184–186. <https://doi.org/10.1556/2006.2020.00016>
 - [16] Meilinda, N. (2018). SOCIAL MEDIA ON CAMPUS: Studi Peran Media Sosial sebagai Media Penyebaran Informasi Akademik pada Mahasiswa di Program Studi Ilmu Komunikasi FISIP UNSRI. *The Journal of Society & Media*, 2(1), 53. <https://doi.org/10.26740/jsm.v2n1.p53-64>
 - [17] Morahan-Martin J. (1999). The relationship between loneliness and internet use and abuse. *Cyberpsychology & behavior : the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 2(5), 431–439. <https://doi.org/10.1089/cpb.1999.2.431>
 - [18] Siste, K., Hanafi, E., Sen, L. T., Christian, H., Adrian, Siswidiani, L. P., Limawan, A. P., Murtani, B. J., & Suwartono, C. (2020). The Impact of Physical Distancing and Associated Factors Towards Internet Addiction Among Adults in Indonesia During COVID-19 Pandemic: A Nationwide Web-Based Study. *Frontiers in Psychiatry*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.580977>
 - [19] Young, K. S. (1999). Internet addiction: Symptoms, evaluation, and treatment. Professional Resource Exchange, Inc.

- [20] Young, K. S. (2011). Clinical assessment of internet addicted clients. In K. S. Young & C. N. de Abreu (Eds.), *Internet addiction: A handbook and guide to evaluation and treatment*. NJ: John Wiley & Sons.
- [21] Putri, Balqis Andini, Wahyudi, Hedi (2022). Hubungan Antara Problematic Internet Use dengan Subjective Well Being Anak dan Remaja. *Jurnal Riset Psikologi* 2(1). 13-20.