

*The Relation Between Internet Addiction with Anxiety in Adolescent at SMP Negeri 5
Yogyakarta*

Hubungan antara Adiksi Internet dengan Kecemasan di SMP Negeri 5 Yogyakarta

Reyhandi Ermawan Sardjono, Budi Pratiti

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

ABSTRACT

Anxiety is a subjective feeling about mental tension as a reaction to a general inability to overcome a problem or lack of sense security. The level of anxiety affected by some factors, such as internet addiction.

The aim of this research is to find the correlation from the internet addiction and anxiety on adolescent in SMP Negeri 5 Yogyakarta

This study is using analitic observational design with cross sectional approach. Fifty nine samples included in inclusion criterias were taken in SMP Negeri 5 Yogyakarta. Inclusion criterias are student in VII or VIII grade that willing to fill out the questionnaires completely. Every student have to fill out two validated questionnaires. The questionnaires are anxiety questionnaire that consist of 50 questions and internet addiction"s intelligence that consist of 20 questions.

There are 36 female students and 23 male students that fill out the quistionnaires completely. Majority of samples of internet addiction is low, there are 30 students who categorized low internet addiction (50.8 %) and 29 students who categorized in moderate internet addiction (49.2 %). Majority of samples of anxiety is high, there are 23 students who categorized in high anxiety (39 %). The result of *spearman rho correlation* is *p* value 0.081.

There is no relation between internet addiction and anxiety on adolescent in SMP Negeri 5 Yogyakarta ($p > 0.05$)

Keywords : Internet addiction, Anxiety, Adolescent

INTISARI

Kecemasan merupakan suatu perasaan subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dari ketidakmampuan mengatasi suatu masalah atau tidak adanya rasa aman. Tingkat kecemasan seseorang dipengaruhi oleh berbagai factor, salah satunya adalah adiksi internet.

Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui hubungan antara adiksi internet dengan kecemasan pada remaja di SMP Negeri 5 Yogyakarta

Dalam penelitian ini digunakan desain penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah responden sebanyak 62 siswa SMP Negeri 5 Yogyakarta dengan 59 siswa masuk kriteria inklusi. Kriteria inklusi adalah siswa kelas VII atau VIII yang bersedia mengisi kuisioner secara lengkap. Tiap siswa akan mengisi dua kuisioner yang telah tervalidasi, yaitu kuisioner kecemasan yang terdiri atas 50 pernyataan dan kuisioner adiksi internet yang terdiri atas 20 pertanyaan.

Kemudian didapatkan 36 siswi perempuan dan 23 siswa laki – laki yang memenuhi kriteria inklusi. Pada perhitungan skor adiksi internet, didapatkan mayoritas rendah. Adiksi internet rendah pada 30 siswa (50.8%) dan adiksi internet sedang pada 29 siswa (49.2 %). Pada skor kecemasan didapatkan mayoritas kecemasan berat pada 23 siswa (39 %). Pada uji *spearman rho correlation* didapatkan $p > 0.081$.

Kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini yaitu tidak terdapat hubungan yang bermakna antara adiksi internet dengan kecemasan pada remaja di SMP Negeri 5 Yogyakarta ($p > 0.05$)

Kata kunci : Adiksi internet, kecemasan, remaja

Pendahuluan

Remaja merupakan sekelompok manusia yang penuh potensi yang perlu untuk dimanfaatkan. Secara psikologis, masa remaja adalah usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa dibawah tingkat orang – orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkat yang sama¹. Respon kaum remaja terhadap barang barang baru termasuk disini yaitu kecanggihan media komunikasi, cukup tinggi². Internet hadir sebagai salah satu media komunikasi baru yang mempengaruhi hampir semua sisi kehidupan manusia, Manfaat dalam internet sangat banyak karena dengan internet, orang akan mendapatkan banyak informasi dalam waktu yang cepat³. internet membantu mengurangi penggunaan kertas, dapat digunakan sebagai media promosi, juga sebagai sarana hiburan namun di sisi lain, internet juga mempunyai sisi negatif bagi penggunanya termasuk anak remaja

sehingga dapat menyebabkan kecanduan⁴. Kehidupan anak remaja yang tidak lepas dari penggunaan internet, membuat anak remaja tidak memperdulikan lagi waktu yang mereka habiskan untuk *online* sehingga mempunyai kecenderungan untuk menjadi pecandu internet⁴. kecanduan internet merupakan sebuah sindrom yang ditandai dengan menghabiskan sejumlah waktu yang sangat banyak dalam menggunakan internet dan tidak mampu mengontrol penggunaannya saat *online*⁵. Semakin seseorang merasakan internet maka dia akan menjadi seorang pecandu internet, semakin seseorang kecanduan internet maka akan lebih merasa cemas dibandingkan merasa senang⁶. salah satu komponen yang dapat menyatakan bahwa seseorang mengalami kecanduan internet adalah *withdrawal symptoms*. *Withdrawal symptoms* adalah perasaan tidak menyenangkan yang terjadi karena penggunaan internet dikurangi atau tidak dilanjutkan dan berpengaruh pada fisik

(seperti pusing, insomnia) maupun psikis (cemas, mudah marah)³. Cemas atau kecemasan adalah keadaan tegang berlebihan tidak pada tempatnya yang ditandai dengan perasaan khawatir, tidak menentu, atau takut⁷. Remaja yang mengalami kecemasan akan menunjukkan berbagai macam tanggapan emosional. Tanggapan emosional ini meliputi aspek fisik, mental, dan perilaku. Remaja sangat rentan untuk mengalami kecemasan. Berbagai penelitian menyatakan bahwa 5% - 50% remaja dalam suatu populasi mengalami kecemasan⁸. Oleh karena itu, berdasarkan fakta – fakta tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui adakah hubungan antara adiksi internet dengan gangguan kecemasan pada remaja di SMP Negeri 5 Yogyakarta.

Bahan dan Cara

penelitian yang dilakukan peneliti adalah penelitian analitik observational (non eksperimen) dengan pendekatan *Cross sectional*. Studi penelitian ini untuk

mengetahui korelasi antara factor resiko atau variable bebas dan efek atau variable terikat yang diobservasi atau pengumpulan datanya sekaligus pada suatu saat yang sama, artinya setiap subjek hanya dilakukan sekali saja diukur suatu waktu.

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII dan kelas VIII SMP Negeri 5 Yogyakarta. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa dengan adiksi internet tinggi, sedang, dan rendah. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara *randomized sampling* dari semua siswa yang bersedia mengikuti penelitian. Besar sampel dalam penelitian ini dapat dihitung berdasarkan rumus analisis korelatif dengan jumlah 54 sampel minimal. Sebagai kriteria inklusi adalah siswa kelas VII dan VIII SMP Negeri 5 Yogyakarta yang bersedia mengikuti penelitian dan mengisi kuisisioner dengan lengkap dengan sebelumnya diberikan *informed consent* terlebih dahulu, namun apabila ada kesalahan dalam pengisian

kuisisioner maka sampel tersebut dikeluarkan dari penelitian.

Sebagai variabel bebas adalah Adiksi Internet dan variabel terikat adalah Kecemasan. Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah 2 buah instrumen penelitian yakni kuisisioner Adiksi Internet (*Young's Internet Addiction Test*) dan Kecemasan (*Taylor Manifest Anxiety Scale*), pena dan permen sebagai tanda apresiasi terhadap responden. Pengambilan sampel dilakukan di SMP Negeri 5 Yogyakarta tepatnya di kelas VII F dan VII I dengan jumlah sampel 62 siswa dari bulan September sampai November 2016.

Pelaksanaan penelitian dimulai dengan menguji validitas dan reliabilitas dari kedua instrumen penelitian di SMP Negeri 6 Yogyakarta, kemudian dilanjutkan dengan tempat tujuan penelitian yaitu di SMP Negeri 5 Yogyakarta, kemudian dilanjutkan dengan pengambilan sampel dengan jumlah yang sudah ditetapkan, responden diminta untuk menuliskan identitas dengan lengkap dan

jelas, kemudian dilakukan pengisian kuisisioner secara lengkap.

Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan pengelompokan yang sudah disesuaikan dengan masing masing kuisisioner sehingga didapatkan hasil rendah, sedang, dan tinggi.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji statistic *Kolmogorov-smirnov* untuk menguji normalitas distribusi data. Kemudian apabila didapatkan hasil normal pada distribusi data, maka digunakan uji korelasi *pearson* dan apabila didapatkan hasil tidak normal maka digunakan uji korelasi *spearman rho*.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan jenis kelamin

Variable		Frekuensi	Persentase (%)
Jenis kelamin	Laki- laki	23 orang	39 %
	Perempuan	36 orang	61 %
Usia	11 tahun	2 orang	3.4 %
	12 tahun	36 orang	61 %
	13 tahun	21 orang	35.6 %

Berdasarkan tabel 1. di atas, jenis kelamin responden terdiri dari Laki- laki yang berjumlah 23 orang (39 %) dan

Perempuan berjumlah 36 orang (61 %). Sedangkan berdasarkan segi umur responden terdiri dari tiga kelompok, kelompok yang pertama yaitu umur 11 tahun sebanyak 2 orang (3.4 %), yang kedua yaitu umur 12 tahun sebanyak 36 orang (61 %), dan yang ketiga yaitu umur 13 tahun sebanyak 21 tahun (35.6 %).

Tabel 2. Skala *Young Internet Addiction Test*

Interval	Kategori	Jumlah	%
$79 < X$	Tinggi	0	0
$49 < X \leq 79$	Sedang	29	49.2
$20 < X \leq 49$	Rendah	30	50.8
Jumlah		59	100

Berdasarkan tabel 2. Perhitungan statistik yang dilakukan terhadap variabel Adiksi Internet pada siswa di SMP N 5 Yogyakarta menunjukkan sebanyak 30 siswa mengalami Adiksi internet rendah atau sebesar 50.8 % dan sebanyak 29 siswa mengalami adiksi internet sedang atau sebesar 49.2 %.

Tabel 3. Skala Taylor Manifestation Anxieting Scale

Interval	Kategori	Jumlah	%
$25 < X$	Berat	23	39.0
$20 \leq X \leq 25$	Sedang	20	33.9
$X < 20$	Ringan	16	27.1
Jumlah		59	100

Berdasarkan tabel 3. Perhitungan statistik yang dilakukan terhadap variabel Kecemasan pada siswa di SMP N 5 Yogyakarta menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 16 siswa mengalami kecemasan ringan atau sebanyak 27.1 %, 20 siswa mengalami kecemasan sedang atau sebanyak 33.9 % dan 23 siswa mengalami kecemasan berat atau sebanyak 39 %.

Tabel 4. Uji normalitas sampel

	<i>Kolmogorov-Smirnov</i>		
Skor Adiksi Internet	.093	59	.200'
Skor Kecemasan	.123	59	.026

Uji normalitas yang digunakan adalah *kolmogorov – smirnov* karena jumlah sampel adalah lebih dari 50 orang. Data dikatakan normal apabila $p > 0.05$. Data yang dihasilkan pada uji normalitas di atas adalah 0.200 pada skor Adiksi Internet dan 0.026 pada skor Kecemasan sehingga dapat dikatakan persebaran data normal pada skor adiksi internet dan tidak normal pada skor kecemasan.

Tabel 5. Hasil Uji *spearman rho*

	Adiksi Internet	Kecemasan
Adiksi Internet	Correlation coefficient	1000 .229'

	Sig. (2-tailed)		.081
	N	59	59
Kecemasan	Correlation coefficient	.229 ^a	1000
	Sig. (2-tailed)	.081	
	N	59	59
Berdasarkan tabel diatas,			

didapatkan nilai signifikansi atau nilai p yaitu 0.081 atau $p > 0.05$ yang berarti kedua variabel memiliki hubungan yang tidak bermakna. Sedangkan kekuatan korelasi dapat dilihat pada nilai *spearman correlation* dimana didapatkan hasil sebesar 0.229 yang artinya dua variabel dinilai memiliki hubungan yang lemah. Terdapat tanda positif pada hasil *spearman correlation* menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang searah.

Diskusi

Berdasarkan hasil pengolahan data bivariate pada tabel 5. dengan menggunakan *spearman correlation* yang sudah dijelaskan di atas, didapatkan hasil bahwa pada tingkat kemaknaan sebesar 95 % didapatkan hasil nilai $p > 0.05$ yang mana berarti Adiksi Internet (*internet addiction*) tidak memiliki hubungan yang

bermakna dengan kecemasan pada remaja kelas VII SMP Negeri 5 Yogyakarta, yang artinya apabila terjadi perubahan pada variabel Adiksi Internet maka tidak akan mempengaruhi variabel Kecemasan.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian *ramadana* (2015) yang berjudul *Hubungan Adiksi Internet Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala*.

Penelitian itu dilakukan terhadap semua angkatan berjumlah 90 subjek yang diukur tingkat kecemasan dan adiksi internet masing – masing dengan jumlah sampel wanita yang lebih banyak yaitu sebanyak 65 orang. Dalam penelitian ini digunakan dua kuisioner yaitu *young's internet addiction test* dan *Hamilton anxiety rating scale*.

Kemudian didapatkan hasil bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara adiksi internet dengan kecemasan pada mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala⁹.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan studi yang dilakukan oleh *alawi et al* dimana didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara adiksi internet dengan kecemasan ($p > 0.0001$), hal ini dapat disebabkan oleh factor psikologis lain yang mempengaruhi selain kecemasan, seperti depresi dan obsesif kompulsif¹⁰.

Kecemasan adalah adalah salah satu faktor yang sudah terbukti memiliki hubungan dengan adiksi internet. Penelitian yang dilakukan oleh *shepherd* dan *Edelmann* pada 169 orang menunjukkan bahwa orang yang mengalami kecemasan sosial lebih mudah untuk berkomunikasi lewat internet. Selain itu disebutkan juga bahwa tingkat kecemasan akan menurun seiring waktu menggunakan internet¹⁰.

Kesimpulan

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Siswa memiliki kecenderungan Adiksi internet dengan tingkatan rendah dan sedang dengan tingkatan berat yang rendah
2. Siswa memiliki kecenderungan tingkat kecemasan berat kemudian diikuti sedang dan rendah
3. Tidak ada hubungan yang bermakna antara adiksi internet dengan kecemasan pada remaja di SMP Negeri 5 yogyakarta.

Saran

Dari penelitian di atas, disarankan penelitian selanjutnya untuk menambah jumlah sampel dan mempertimbangkan adanya hal – hal lainnya seperti kejadian depresi atau obsesif kompulsif.

Daftar Pustaka

1. Hurlock, Elizabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Edisi Kelima. Jakarta : Erlangga.
2. Soetjiningsih. (2004). *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta: PT. Rhineka Cipta.
3. Putri, A.S. (2012). *Hubungan kecanduan online game dengan kecemasan pada remaja pengunjung game centre di kelurahan jebres Surakarta*. Karya Tulis Ilmiah strata satu, Universitas Negeri Sebelas Maret, Surakarta.
4. Firdausi, N. (2013). *Perbedaan Tingkat Kecanduan Situs Jejaring Sosial Facebook Pada Mahasiswa Dengan Tipe Kepribadian Introvert dan Ekstravert*. Karya Tulis Ilmiah strata satu, Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung.
5. Young, K.S. (1996). internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, Vol. 1 No. 3., pages 237-244.
6. Hussain, Z., Griffiths, M. D., dan Baguley, T. (2012). Online gaming addiction: Classification, prediction and associated risk factors. *Addiction Research and Theory*. 20(5)., pages 359–371.
7. Maramis, Willy F., dan Maramis, Albert A. (2009). *Ilmu Kedokteran Jiwa*, Surabaya: Airlangga.
8. Suparjo, V. P. (2007). *Studi Deskriptif Kecemasan Siswa SMP Dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika*. Karya Tulis Ilmiah strata satu. Universitas Sanata Dharma. Yogyakarta.
9. Ramadhana. (2015). *Hubungan Adiksi Internet Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Syiah*

Kuala. Karya Tulis Ilmiah strata
satu, Universitas Syiah Kuala.
Aceh.

10. Shepherd M. R., Edelman J,
R.(2005). Reasons for internet use
and social anxiety. *Personality and
Individual difference*; (39): 949-
958.