

ADIKSI INTERNET: STUDI PADA REMAJA SMA KOTA JAMBI

Nindya Aryanty¹, Ima Maria²

¹Bagian Ilmu Kesehatan Anak, FKIK Universitas Jambi

²Bagian Ilmu Kesehatan Masyarakat dan Kedokteran Keluarga, FKIK Universitas Jambi

Email: nindyaaryanty@unja.ac.id

ABSTRACT

Background: Patients with internet addiction are known to experience changes in brain structure with manifestations of impaired executive function planning-reasoning and increase the risk of impulsivity. Adolescents are considered more susceptible to internet addiction than adults. Physical-social distancing during the Covid-19 pandemic increases the risk of internet exposure among adolescents. Research in 2021 on 2,932 adolescents from 33 provinces in Indonesia found 19.3% of internet addiction incidences in adolescents.

Objective: This study aims to determine the incidence of internet addiction in high school students in Jambi City.

Methods: A cross sectional study with multistage sampling technique on an affordable population of all Jambi City Senior High School students by using instrument Internet Addiction Diagnostic Questionnaire.

Results: Among 529 high school students, 123 students (23.2%) experienced internet addiction (38.2% male, 61.8% female). The increase in internet access during the Covid-19 pandemic was agreed by 46.5% students with the majority use of the internet were 6-10 hours (52.2%). The duration of internet use during the pandemic and the main motive for internet use had a significant relationship with internet addiction ($p = 0.000$; 0.025). Internet use with a duration of 11 hours/day in adolescents has a 6-fold risk of internet addiction ($OR = 6,539$).

Conclusions: Internet addiction among adolescents in Jambi City is higher than the national data. Collaboration between the government, schools, communities and health service providers is needed to find solutions for the prevention and adequate management of internet addiction in adolescents, especially in the Jambi City.

Keyword: internet addiction, adolescents, Jambi city

ABSTRAK

Latar Belakang: Penderita adiksi internet diketahui mengalami perubahan struktur otak dengan manifestasi gangguan fungsi eksekutif perencanaan dan penalaran serta meningkatkan risiko impulsif. Remaja dianggap lebih rentan mengalami adiksi internet dibandingkan usia dewasa. Penerapan *physical-social distancing* di masa pandemi Covid-19 meningkatkan risiko pajanan internet pada remaja. Penelitian di tahun 2021 pada 2.932 remaja dari 33 propinsi di Indonesia menemukan 19,3% kejadian adiksi internet pada remaja.

Tujuan: Untuk mengetahui kejadian adiksi internet pada remaja SMA Kota Jambi.

Metode: Penelitian *cross sectional* dengan teknik *multistage sampling* terhadap populasi terjangkau seluruh remaja SMA Negeri Kota Jambi dengan menggunakan instrumen Kuesioner Diagnostik Adiksi Internet.

Hasil: Dari total 529 remaja SMA, 123 remaja (23,2%) mengalami adiksi internet (38,2% laki-laki, 61,8% perempuan). Peningkatan akses internet di masa pandemi Covid-19 diakui oleh 46,5% remaja dengan mayoritas lama penggunaan internet 6-10 jam (52,2%). Durasi penggunaan internet selama pandemi dan motif utama penggunaan internet memiliki hubungan signifikan terhadap adiksi internet ($p = 0,000$; $0,025$). Penggunaan internet dengan durasi ≥ 11 jam/hari pada remaja berisiko adiksi internet hingga 6 kali lipat ($OR = 6,539$).

Simpulan: Adiksi internet pada remaja di Propinsi Jambi lebih tinggi dari data nasional. Perlu kerjasama antara pemerintah, sekolah, masyarakat dan penyedia layanan kesehatan untuk mencari solusi pencegahan dan tata laksana adekuat adiksi internet pada remaja khususnya di wilayah Kota Jambi.

Kata Kunci: adiksi internet, remaja SMA, Kota Jambi

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode perkembangan yang berada di antara periode pubertas dan periode dewasa. Anak remaja diketahui lebih memilih menghabiskan waktu bersama teman sebayanya serta lebih mudah mengekspresikan perasaannya kepada teman sebaya dibandingkan kepada orangtua. Oleh karena itu, pada masa remaja ini, hubungan antara seorang anak remaja dan temannya dianggap sangat penting karena mereka menganggap teman sebagai sumber kasih sayang, kepercayaan, inklusifitas serta sumber kepercayaan diri. Remaja diketahui memiliki ketertarikan terhadap penggunaan internet yang memberikan fasilitas akses jaringan global sehingga dapat menghubungkan jutaan orang dari berbagai penjuru dunia. Internet memberikan kesempatan orang dapat saling berinteraksi sambil memungkinkan seseorang menyembunyikan identitas, dapat membangun rasa menjadi bagian dari suatu komunitas dan diterima oleh lingkungan sosial¹.

Penggunaan internet saat ini merupakan fenomena global sehingga menjadi bagian tidak terpisahkan dalam keseharian hidup individu. Internet menjadi

media hiburan, sosialisasi dan akses informasi². Hasil survei dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menemukan peningkatan persentase penetrasi internet di Indonesia yaitu 64,80% di tahun 2018; 73,70% di tahun 2019-2020 menjadi 77,02% di tahun 2021-2022 dengan jumlah penduduk terkoneksi internet sejumlah 210.026.769 jiwa dari total populasi 272.682.600 jiwa penduduk Indonesia Tahun 2021³⁻⁵. Hasil survei APJII 2021-2022 juga menemukan bahwa tingkat penetrasi internet di Propinsi Jambi kedua terendah (70,7%) di Pulau Sumatera⁴.

Selain memberikan manfaat, penggunaan internet juga dapat memberikan dampak negatif bagi penggunaannya. Penggunaan internet yang berlebih dan tidak terkendali dapat menyebabkan munculnya adiksi internet. Pada pertengahan tahun 2018, *The eleventh revision of the International Classification of Diseases (ICD-11)* yang dirilis oleh World Health Organization (WHO) memasukkan *internet gaming disorder* sebagai gangguan baru yang sering dikaitkan dengan adiksi internet⁶. Remaja dianggap lebih rentan mengalami adiksi internet dibandingkan usia dewasa². Periode remaja merupakan masa

pembentukan identitas diri sehingga remaja cenderung memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan selalu ingin mencoba hal-hal baru^{1,7}. Selama masa remaja, ada peningkatan risiko krisis emosional. Remaja cenderung mengalami perubahan suasana hati dengan periode kecemasan dan perilaku depresi yang coba dilawan oleh remaja melalui penarikan diri, menghindari kontak sosial yang luas, reaksi agresif, dan perilaku adiktif.¹

Berbagai penelitian dewasa ini mengevaluasi kejadian adiksi internet pada remaja di berbagai negara. Penelitian Sinkkonen *et al.*⁸ di Finlandia menyelidiki penggunaan internet pada remaja yang berumur 15 sampai dengan 19 tahun. Penelitian ini menemukan 61,5 % dari 415 remaja yang diteliti merupakan pengguna internet berlebih derajat ringan (*mild-overusers*) sedang 24,2% lainnya berada pada derajat sedang atau serius (*moderate or serious-overusers*). Survei yang dilakukan oleh *The Malaysian Communications and Multimedia Commission* (MCMC) pada tahun 2018 menemukan peningkatan penetrasi internet menjadi 87,4 % dibandingkan dengan tahun 2016 yaitu sebesar 76,9 %. Prevalensi adiksi internet di antara remaja dan mahasiswa berkisar 23,0% - 43,0% menggunakan *Malay Version of the Internet Addiction Test* (MVIAT).

Penelitian adiksi internet pada remaja juga dikerjakan di Indonesia. Penelitian Siste *et al.*⁹ di masa pandemi Covid-19 pada 2.932 remaja dari 33 propinsi di Indonesia

menemukan 19,3% kejadian adiksi internet pada remaja dengan 78,7% diantaranya adalah remaja putri. Namun, penelitian Siste *et al.* ini memiliki kekurangan karena desain sampling tidak dikerjakan menggunakan randomisasi namun menggunakan *respondent-driven sampling* sehingga ditemukan distribusi jenis kelamin responden yang tidak seimbang dengan 78,7% responden penelitiannya adalah remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi kejadian adiksi internet pada remaja SMA di Kota Jambi dengan memperkuat metode penelitian terutama pada teknik randomisasi responden.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional* untuk mengetahui hubungan adiksi internet dengan variabel bebasnya. Populasi target pada penelitian ini adalah remaja di Kota Jambi dengan populasi terjangkau adalah remaja Sekolah Menengah Atas di Kota Jambi. Peneliti menggunakan teknik *multistage sampling*. Jumlah sampel dihitung dengan menggunakan rumus besar sampel untuk penelitian multivariat dengan konsep prediktif kategorik yaitu sejumlah 500 responden.

Kuesioner Diagnostik Adiksi Internet (KDAI) merupakan instrumen baku yang digunakan pada penelitian ini. KDAI dikembangkan oleh staf pengajar sekaligus peneliti dari Departemen Psikiatri FKUI-RSCM, dr. Kristiana Siste, SpKJ(K). KDAI

ditujukan untuk mendiagnosis adiksi internet pada remaja di Indonesia sehingga kuesioner disusun dengan mempertimbangkan budaya remaja di Indonesia dengan bahasa yang dapat dimengerti oleh remaja dari berbagai latar belakang⁹. Berdasarkan penilaian KDAI, interpretasi skor kuesioner dapat dikelompokkan menjadi 2 kategori, yaitu mengalami adiksi atau tidak mengalami adiksi.

Populasi target pada penelitian ini adalah SMP Negeri, SMP swasta, SMA Negeri, SMA swasta, dan SMK di kota Jambi. Sampel diambil dengan menggunakan Teknik *multistage sampling* yang diacak oleh mesin pengacak (Research Randomizer). Hasil sampling tahap 1 didapatkan seluruh SMA Negeri di Kota Jambi sebagai sampel. Peneliti bersama asisten peneliti mendatangi 13 SMAN untuk mendapatkan *sampling frame*. Dari *sampling frame* yang didapat, setiap SMAN diambil 40 sample (total 520 sample) sehingga kebutuhan minimum 500 sampel terpenuhi.

HASIL

Jumlah responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 529 siswa dari 13 Sekolah Menengah Atas Negeri di Kota Jambi. Secara keseluruhan, jenis kelamin partisipan lebih banyak perempuan (59,4%), laki-laki (40,6%). Responden yang mengalami adiksi internet adalah sejumlah 123 (23,25%), dengan rincian remaja laki-laki

yang adiksi adalah 47 orang (38,2%), remaja perempuan yang mengalami adiksi adalah 76 orang (61,8%). Usia pertama kali responden menggunakan internet lebih banyak dijumpai pada usia >12 tahun (63,3%). Sebagian besar responden tidak terkonfirmasi Covid-19 ataupun memiliki keluarga dengan suspek/positif Covid-19 (90,9%) dan sebagian besar responden melakukan protokol kesehatan *physical distancing* (98,3%). Persepsi perubahan durasi penggunaan internet pada remaja meningkat di masa Pandemi Covid-19 pada 246 responden (46,5%), menurun pada 86 responden (16,3%), dan tidak ada perubahan durasi penggunaan internet pada 197 responden (37,2%). Lama penggunaan internet terbanyak pada rentang 6-10 jam (52,2%). Motif penggunaan internet terbanyak adalah untuk mencari tugas sekolah (44,2%), kemudian diikuti dengan motif hiburan (22,3%), dan motif sosial media (20,2%). Jumlah sosial media yang digunakan dalam keseharian responden didominasi pada penggunaan 0-3 jenis sosial media (61,4%), dengan media sosial yang paling banyak digunakan adalah WhatsApp (60,7%). Secara lengkap, persentase karakteristik dari masing-masing variabel tertera pada **Tabel 1**.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	215	40,6%
Perempuan	314	59,4%
Adiksi Internet		
Adiksi	123	76,7%
Normal	406	23,3%
Usia pertama kali menggunakan internet		
<5 tahun	7	1,3%
6-12 tahun	187	35,3%
>12 tahun	335	63,3%
Status konfirmasi Covid-19 dalam rumah tangga		
Ya	48	9,1%
Tidak	481	90,9%
Protokol kesehatan: <i>physical distancing</i>		
Ya	520	98,3%
Tidak	9	1,7%
Persepsi perubahan durasi penggunaan internet		
Meningkat	246	46,5%
Menurun	86	16,3%
Tidak ada perubahan	197	37,2%
Lama penggunaan internet per hari selama masa pandemi Covid-19		
≥11 jam	85	16,1%
6-10 jam	276	52,2%
0-5 jam	168	31,8%
Motif utama menggunakan internet		
Sosial media	107	20,2%
Tugas sekolah	234	44,2%
Mencari informasi	47	8,9%
Hiburan	118	22,3%
Belanja online	3	0,6%
Cyber-relationship	19	3,6%
Judi online	1	0,2%
Jumlah sosial media yang digunakan dalam keseharian		
≥4 sosmed	204	38,6%
0-3 sosmed	325	61,4%
Sosial media yang paling sering digunakan		
WhatsApp	321	60,7%
Instagram	94	17,8%
Facebook	5	0,9%
Telegram	4	0,8%
Twitter	11	2,1%
Line	1	0,2%
Tik Tok	63	11,9%
WeChat	0	0,0%
Lainnya	30	5,7%

Analisis bivariat dilakukan untuk menyeleksi variabel yang akan dimasukkan pada analisis multivariat. Pada **Tabel 2** didapatkan variabel usia pertama kali menggunakan internet, persepsi perubahan durasi penggunaan internet, lama penggunaan internet per hari selama masa pandemi Covid-19, motif utama menggunakan internet, dan jumlah sosial media yang digunakan dalam keseharian memiliki nilai $p < 0,25$, sehingga variabel tersebut akan dilanjutkan pada uji regresi logistik.

Hasil analisis multivariat (**Tabel 3**) menunjukkan bahwa durasi penggunaan internet selama pandemi dan motif utama penggunaan internet memiliki hubungan signifikan untuk terjadinya adiksi internet ($p = 0,000; 0,025$). Penggunaan internet dengan durasi ≥ 11 jam/hari pada remaja berisiko menyebabkan adiksi internet hingga 6 kali lipat. Secara keseluruhan, variabel dalam analisis multivariat memiliki kontribusi terhadap adiksi internet sebesar 18,4%.

Tabel 2. Hasil Analisis Bivariat terhadap Adiksi Internet

Variabel	<i>p value</i>
Jenis Kelamin	0,530
Usia pertama kali menggunakan internet	0,246
Status konfirmasi Covid-19 dalam rumah tangga	0,320
Protokol kesehatan: <i>physical distancing</i>	0,470
Persepsi perubahan durasi penggunaan internet	0,004
Lama penggunaan internet per hari selama masa pandemi Covid-19	0,000
Motif utama menggunakan internet	0,001
Jumlah sosial media yang digunakan dalam keseharian	0,241

PEMBAHASAN

WHO¹⁰ mengklasifikasikan usia remaja adalah usia pada rentang 10-19 tahun. Berdasarkan klasifikasi WHO, populasi remaja di kota Jambi pada tahun 2021 adalah sebesar 99.000 jiwa atau setara dengan 16,3% dari total populasi penduduk Kota Jambi¹¹. Remaja merupakan periode peralihan pertumbuhan dan perkembangan dari fase anak-anak menuju dewasa¹². Pada masa ini, remaja merupakan kelompok berisiko untuk mengalami adiksi internet,

terutama pada usia 16-17 tahun yang umumnya duduk di bangku sekolah menengah atas^{1,12}. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian ini mendapatkan kejadian adiksi internet pada remaja yang lebih tinggi dibandingkan studi oleh Siste *et al.*⁹ di 33 propinsi di Indonesia. Penelitian ini melibatkan proporsi responden remaja laki-laki (40,6%) dan remaja perempuan (59,4%) dengan kejadian adiksi internet lebih banyak didapatkan pada remaja perempuan 61,8%.

Tabel 3. Hasil Analisis Multivariat terhadap Adiksi Internet

Variabel	Sig.	OR	95% CI	
			Lower	Upper
Usia pertama kali menggunakan internet (ref: >12 tahun)	.993			
< 5 tahun	.982	.995	.625	1.583
6-12 tahun	.910	1.118	.161	7.770
Persepsi perubahan durasi penggunaan internet (ref: tidak ada perubahan)	.058			
Meningkat	.950	1.015	.632	1.630
Menurun	.025	.393	.174	.887
Lama penggunaan internet per hari selama masa pandemi Covid-19 (ref: 0-5 jam)	.000			
≥11 jam	.000	6.539	3.299	12.962
6-10 jam	.102	1.621	.909	2.891
Motif utama menggunakan internet (ref: berkaitan dengan tugas sekolah)	.025			
Sosial media	.008	2.220	1.231	4.003
Mencari informasi	.386	1.444	.629	3.317
Hiburan	.004	2.336	1.304	4.186
Belanja online	.358	3.320	.257	42.854
Cyber-relationship	.006	4.409	1.544	12.592
Judi online	1.000	.000	.000	.
Jumlah sosial media yang digunakan dalam keseharian (ref: 0-3)	.418	.827	.522	1.311

Hasil penelitian ini juga menemukan kejadian adiksi internet yang lebih tinggi dibandingkan studi lainnya di masa pandemi Covid-19. Prevalensi adiksi internet pada orang dewasa di Indonesia selama masa pandemi Covid-19 mencapai 14,4%⁹ dan prevalensi adiksi internet di Asia Tenggara adalah 20,0%¹³. Selama masa pandemi, prevalensi adiksi internet di Cina meningkat pesat, yakni dari 3,5% sebelum pandemi menjadi 23%¹⁴.

Penelitian terdahulu yang mengevaluasi adiksi internet pada remaja Kota Jambi belum ditemukan, sehingga peneliti tidak dapat membuat perbandingan

prevalensi sebelum dan saat pandemi. Namun demikian, prevalensi adiksi internet remaja di Kota Jambi yang mencapai hingga 23,3%, tentu membutuhkan perhatian khusus untuk dilakukan intervensi karena akan berdampak terhadap masalah kesehatan di masa mendatang.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa semakin lama seseorang terpapar internet, maka lebih berisiko untuk terjadinya adiksi internet¹⁵⁻¹⁷. Selama masa pandemi Covid-19, masyarakat dihimbau melakukan *physical distancing* sebagai upaya menurunkan laju penularan infeksi diantaranya dengan tetap tinggal di rumah

dan membatasi kontak fisik/pertemuan tatap muka. Pekerjaan kantor dan sekolah dilakukan di rumah secara daring, sehingga meningkatkan durasi penggunaan internet selama pandemi^{9,14,18,19}. Keharusan untuk membatasi aktifitas di luar rumah selama pandemi Covid-19 berakibat pada timbulnya perasaan kesepian dan kebosanan yang menjadi pemicu penggunaan akses internet yang berlebihan²⁰. Penelitian ini konsisten dengan penelitian yang telah ada, bahwa lama penggunaan internet memiliki hubungan terhadap adiksi internet.

Setiap remaja memiliki motif/ketertarikan yang berbeda-beda ketika dihadapkan dengan dunia internet. Ketika seseorang dapat menikmati dari apa yang menjadi ketertarikannya, maka ada kecenderungan seseorang tersebut untuk mengulangi lagi untuk mendapatkan kesenangannya¹⁸. Penelitian ini juga menemukan bahwa motif penggunaan internet memiliki hubungan bermakna dengan adiksi internet.

Adiksi internet pada remaja merupakan isu kesehatan yang seringkali terabaikan karena kurangnya pemahaman masyarakat akan bahayanya terhadap kesehatan. Bener *et al.*²¹ menjabarkan beberapa efek yang ditimbulkan akibat penggunaan internet yang berlebih yaitu sakit kepala, penglihatan ganda, sakit mata, mata lelah, pusing, masalah pendengaran, dan kelelahan kronis. Penelitian lain mengemukakan bahwa adiksi internet juga dapat menyebabkan gangguan

tidur, gangguan makan, sindrom *carpal tunnel*, dan nyeri punggung^{22,23}.

Adiksi internet juga dapat menyebabkan perubahan perilaku. Penderita adiksi internet ditemukan memiliki durasi tidur yang jauh lebih sedikit dibandingkan dengan orang normal pada umumnya. Mereka juga menunjukkan kecemasan, depresi, dan perilaku beresiko tinggi seperti penggunaan alkohol yang berlebihan, penggunaan obat-obat terlarang dan penggunaan tembakau^{21,23,24}. Beberapa penelitian menyatakan bahwa kebiasaan diet yang buruk juga dilaporkan terkait adiksi internet pada remaja seperti meminum minuman ringan berkarbonasi dan makanan cepat saji^{2,23,25}.

Adiksi internet juga ditelaah mempengaruhi pendidikan remaja. Remaja menjadi terbiasa hanya berinteraksi satu arah ketika menggunakan internet, sehingga remaja menjadi seorang yang cenderung tertutup. Remaja menjadi kesulitan dalam mengekspresikan diri di kehidupan nyata. Remaja juga ditemukan menjadi sulit berkonsentrasi dalam pelajaran karena senantiasa memikirkan permainan internet ataupun media sosial yang ada di internet^{26,27}. Remaja dengan adiksi internet cenderung lebih cuek, kurang peduli dan acuh tak acuh terhadap kewajibannya sebagai seorang pelajar sehingga cenderung mengalami penurunan prestasi akademik^{21,26}.

Sejumlah penelitian membuktikan efek adiksi internet pada terjadinya kelainan organik di otak yang diperkirakan terkait

dengan manifestasi perubahan perilaku. Sharifat *et al.*²⁸ melakukan kajian *systematic review* terhadap 34 artikel yang melaporkan penggunaan *functional magnetic resonance imaging* (fMRI) untuk mendeteksi konektifitas neuronal fungsional pada area-area otak yang terpengaruh oleh kelainan adiksi internet. Kajian ini menemukan bahwa nucleus striata dan sistem dopaminergik menunjukkan gangguan fungsi pada subjek penelitian dengan kelainan adiksi internet. Studi-studi fMRI pada kondisi *resting* menemukan penurunan konektivitas fungsional di antara amigdala bilateral dan insula kontralateral disertai peningkatan konektivitas fungsional antara korteks prefrontal dorsolateral dan lobus temporalis dengan area insula dan striatal. Kondisi ini berkontribusi pada peningkatan impulsivitas pada orang dengan adiksi internet. Studi-studi fMRI pada kondisi *task-based* membuktikan bahwa orang dengan adiksi internet menunjukkan waktu respon yang lebih singkat dibandingkan kelompok kontrol yang sehat. Orang dengan adiksi internet diperkirakan cenderung tidak berpikir seksama sehingga mengambil penilaian dengan tergesa-gesa.

Dong *et al.*²⁹ lebih lanjut menerangkan pengaruh perubahan organik pada lobus prefrontal otak. Lobus frontalis otak terutama pada bagian dorsolateral merupakan area yang berperan pada fungsi kognitif, kontrol impuls dan motivasi. Kondisi hiperaktifitas di korteks prefrontal dorsolateral dan amigdala

yang ditemukan pada fMRI penderita adiksi internet dipikirkan mempengaruhi fungsi eksekutif perencanaan dan penalaran sehingga meningkatkan resiko impulsif penggunaan internet.

Park *et al.*³⁰ melengkapi dengan menjelaskan mekanisme gangguan emosi dan memori yang sering terjadi pada orang yang mengalami adiksi internet. Hal ini dipikirkan terjadi akibat peningkatan aktivitas *precuneus*, *gyrus parahippocampal* (PHG), *korteks singulata posterior* (PCC) dan *amigdala*. Bagian otak ini terkait dengan pengaturan fungsi emosional seperti ketakutan, kesedihan, kecemasan, perhatian, emosi, memori, empati dan motivasi³⁰.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi langkah awal untuk meningkatkan kewaspadaan masyarakat terutama pemerintah, pihak sekolah, orangtua, dan siswa remaja tentang adiksi internet mengingat ada begitu banyak pengaruh negatif adiksi internet terhadap kesehatan. Langkah-langkah pencegahan kejadian adiksi internet perlu dirumuskan secara cermat. Bagi remaja yang telah mengalami adiksi internet, maka penyediaan fasilitas kesehatan untuk tata laksana medis dalam proses rehabilitasi perlu menjadi perhatian bersama antara pemerintah dan praktisi kesehatan.

SIMPULAN

Kejadian adiksi internet pada remaja di Propinsi Jambi ditemukan lebih tinggi (23,2%) dari data

nasional (19,3%). Penelitian ini diharapkan dapat menjadi langkah awal untuk meningkatkan kewaspadaan masyarakat terutama pemerintah, pihak sekolah, orangtua, dan siswa remaja tentang adiksi internet mengingat ada begitu banyak pengaruh negatif adiksi internet terhadap kesehatan. Langkah-langkah pencegahan kejadian adiksi internet perlu dirumuskan secara

cermat. Bagi remaja yang telah mengalami adiksi internet, maka penyediaan fasilitas kesehatan untuk tata laksana medis dalam proses rehabilitasi perlu menjadi perhatian bersama antara pemerintah dan praktisi kesehatan.

REFERENSI

1. Karacic S, Oreskovic S. *Internet addiction through the phase of adolescence: a questionnaire study*. *JMIR Ment Heal*. 2017;4(2):e5537.
2. Ying Ying C, Awaluddin SM, Kuang Kuay L, Siew Man C, Baharudin A, Miaw Yn L, et al. *Association of internet addiction with adolescents' lifestyle: a national school-based survey*. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;18(1):168.
3. *Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. Hasil Survei Internet APJII 2019-2020-(Q2) [Internet]*. 2020 [cited 2022 Sep 22]. Available from: <https://apjii.or.id/content/read/39/521/Hasil-Survei-Internet-APJII-2019-2020-Q2>
4. *Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. Hasil Survei Profil Internet Indonesia 2022 [Internet]*. 2022 [cited 2022 Sep 22]. Available from: <https://apjii.or.id/content/read/39/559/Laporan-Survei-Profil-Internet-Indonesia-2022>
5. *Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. Hasil Survei Penetrasi dan Perilaku Pengguna Internet Indonesia 2018 [Internet]*. 2019 [cited 2022 Sep 22]. Available from: <https://apjii.or.id/content/read/39/410/Hasil-Survei-Penetrasi-dan-Perilaku-Pengguna-Internet-Indonesia-2018>
6. WHO. *Inclusion of "gaming disorder" in ICD-11 [Internet]*. 2018 [cited 2022 Sep 22]. Available from: <https://www.who.int/news/item/14-09-2018-inclusion-of-gaming-disorder-in-icd-11>
7. Blos P. *On adolescence: A psychoanalytic interpretation*. Vol. 90433. Simon and Schuster; 1962.
8. Sinkkonen HM, Puhakka H, Meriläinen M. *Internet use and addiction among Finnish Adolescents (15-19years)*. *J Adolesc* [Internet]. 2014;37(2):123–31. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.adolescence.2013.11.008>
9. Siste K, Hanafi E, Sen LT, Murtani BJ, Christian H, Limawan AP, et al. *Implications of COVID-19 and lockdown on internet addiction among adolescents: data from a developing country*. *Front psychiatry*. 2021;534.
10. WHO. *Adolescent health [Internet]*. [cited 2022 Sep 14]. Available from: https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
11. *Badan Pusat Statistik. Jumlah Penduduk Menurut Kelompok Umur dan Jenis Kelamin di Kota Jambi, 2020 [Internet]*. 2020 [cited 2022 Sep 14]. Available from:

<https://jambikota.bps.go.id/statictable/2021/10/13/438/jumlah-penduduk-menurut-kelompok-umur-dan-jenis-kelamin-di-kota-jambi-2020.html>

12. Casey BJ, Duhoux S, Malter Cohen M. Adolescence: what do transmission, transition, and translation have to do with it? *Neuron* [Internet]. 2010 Sep 9;67(5):749–60. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20826307>
13. Chia DXY, Ng CWL, Kandasami G, Seow MYL, Choo CC, Chew PKH, et al. Prevalence of internet addiction and gaming disorders in Southeast Asia: a meta-analysis. *Int J Environ Res Public Health*. 2020;17(7):2582.
14. Dong H, Yang F, Lu X, Hao W. Internet addiction and related psychological factors among children and adolescents in China during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic. *Front Psychiatry*. 2020;11:751.
15. Siste K, Hanafi E, Lee Thung Sen HC, Adrian LPS, Limawan AP, Murtani BJ, et al. The impact of physical distancing and associated factors towards internet addiction among adults in Indonesia during COVID-19 pandemic: a nationwide web-based study. *Front psychiatry*. 2020;11.
16. Prabowo H, Dewi MP. Intercorrelation Of Insomnia, Sleep Duration, Internet Use Duration And Internet Addiction On Millennial In Jakarta. *Dinasti Int J Educ Manag Soc Sci*. 2020;1(5):775–95.
17. Gupta A, Khan AM, Rajoura OP, Srivastava S. Internet addiction and its mental health correlates among undergraduate college students of a university in North India. *J Fam Med Prim care*. 2018;7(4):721.
18. Nimrod G. Changes in internet use when coping with stress: older adults during the COVID-19 pandemic. *Am J Geriatr psychiatry*. 2020;28(10):1020–4.
19. Sun Y, Li Y, Bao Y, Meng S, Sun Y, Schumann G, et al. Brief report: increased addictive internet and substance use behavior during the COVID-19 pandemic in China. *Am J Addict*. 2020;29(4):268–70.
20. Rakhmawati W, Kosasih CE, Widiasih R, Suryani S, Arifin H. Internet Addiction Among Male Adolescents in Indonesia: A Qualitative Study. *Am J Mens Health*. 2021;15(3).
21. Bener A, Al-Mahdi HS, Bhugra D. Lifestyle factors and internet addiction among school children. *Int J Community Fam Med*. 2016;1(118):1–6.
22. Rosenberg KP, Feder LC. *Behavioral addictions: Criteria, evidence, and treatment*. Academic Press; 2014.
23. Kamran H, Afreen A, Ahmed Z. Effect of internet addiction on dietary behavior and lifestyle characteristics among university students. *Ann King Edward Med Univ*. 2018;24(S):836–41.
24. Kim Y, Park JY, Kim SB, Jung IK, Lim YS, Kim JH. The effects of Internet addiction on the lifestyle and dietary behavior of Korean adolescents. *Nutr Res Pract*. 2010;4(1):51–7.
25. Tabatabaee HR, Rezaianzadeh A, Jamshidi M. Mediators in the relationship between internet addiction and body mass index: a path model approach using partial least square. *J Res Health Sci*. 2018;18(3):e00423.
26. Rini A. *Menanggulangi kecanduan game online pada anak*. Jakarta Pustaka Mina. 2011;28.
27. Nurina Hakim S, Alyu Raj A. *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*

- Dampak kecanduan internet (internet addiction) pada remaja. J UNISSULA. 2017;602–978.*
28. Sharifat H, Rashid AA, Suppiah S. Systematic review of the utility of functional MRI to investigate internet addiction disorder: Recent updates on resting state and task-based fMRI. *Malaysian J Med Heal Sci.* 2018;14(1):21–33.
 29. Dong G, Hu Y, Lin X, Lu Q. What makes Internet addicts continue playing online even when faced by severe negative consequences? Possible explanations from an fMRI study. *Biol Psychol.* 2013;94(2):282–9.
 30. Park B, Han DH, Roh S. Neurobiological findings related to Internet use disorders. *Psychiatry Clin Neurosci.* 2017;71(7):467–78.