

HUBUNGAN ANTARA ADIKSI INTERNET DENGAN GANGGUAN KECEMASAN MENYELURUH PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERISTAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG

Ilham Kasbawan Amar¹, Yesi Astri², Ardi Artanto³

¹Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

²Departemen Neurologi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

³Departemen IK2K Fakultas Kedokteran Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

ABSTRAK

Adiksi internet didefinisikan sebagai penggunaan internet yang berlebihan atau obsesif yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari orang tersebut seperti gangguan pada hubungan interpersonal, kesehatan fisik dan mental. Adiksi ini dapat menyebabkan banyak efek negatif baik gangguan fisik dan gangguan psikologis seperti gangguan kecemasan menyeluruh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara adiksi internet dengan gangguan kecemasan menyeluruh pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dan didapatkan sampel berjumlah 166 mahasiswa yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dengan menggunakan teknik *total sampling*. Hasil analisis hubungan adiksi internet dan gangguan kecemasan menyeluruh yang didapatkan adalah $p = 0.005$. Terdapat hubungan bermakna antara adiksi internet dan gangguan kecemasan menyeluruh pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang.

Kata kunci: Adiksi Internet, Gangguan Kecemasan Menyeluruh

ABSTRACT

Internet addiction is defined as excessive or obsessive use of internet that can interfere with the person's daily life such as interference with interpersonal relationship, physical and, mental health. This behavior can cause many negative effects both physical and psychological disorder, like generalized anxiety disorder. This study aims to determine the relationship between internet addiction and generalized anxiety disorder in students of the Medicine Faculty, Universitas Muhammadiyah Palembang. This study used a cross-sectional design and obtained a sample size of 166 students who met the inclusion and exclusion criteria using total sampling technique. The analysis of the relationship between internet addiction and generalized anxiety disorder were $p = 0.005$. There is a significant relationship between internet addiction and generalized anxiety disorder in students of the Medicine Faculty, Universitas Muhammadiyah Palembang.

Keywords: Internet Addiction, Generalized Anxiety Disorder

Korespondensi: ardi.artanto.spok@gmail.com

Pendahuluan

Adiksi internet mengacu pada penggunaan internet berlebihan yang mengganggu kehidupan sehari-hari seseorang. Beberapa tanda adiksi internet adalah obsesi dengan internet, menggunakan internet berlebihan, muncul perasaan gelisah atau murung saat tidak menggunakan internet, menggunakan internet hingga mengganggu pekerjaan atau hubungan, merasa bersalah dan defensif, dan muncul gangguan fisik akibat menggunakan internet.¹ Adiksi internet telah dihubungkan dengan sejumlah efek negatif seperti kejadian depresi, gangguan kecemasan dan tingginya tingkat stres pada individu tersebut.²

Gangguan kecemasan menyeluruh merupakan salah satu jenis gangguan kecemasan dengan gejala adanya rasa takut, khawatir, dan rasa kewalahan yang terus-menerus.³ Menurut DSM-5, gangguan kecemasan menyeluruh didiagnosis apabila terdapat kecemasan yang berlangsung selama setidaknya 6 bulan, sulit mengendalikan kekhawatirannya, kecemasan disertai gejala-gejala gelisah, mudah lelah, sulit berkonsentrasi, tegang otot dan gangguan tidur. Kecemasan tidak disebabkan oleh gangguan mental lain, kecemasan menyebabkan gangguan fungsi sosial, dan gangguan tidak disebabkan oleh gangguan fisik.⁴

Mahasiswa pada umumnya memiliki risiko adiksi internet yang lebih tinggi dibandingkan dengan populasi umum. Jika dilihat dari segi psikososial dan karakteristik lingkungan, mahasiswa memiliki risiko tinggi mengalami adiksi internet disebabkan oleh banyaknya waktu yang dihabiskan menjelajahi internet, bebas dari kontrol orangtua, akses internet yang tidak terbatas, dan menggunakan internet untuk kegiatan akademis.⁵ Berdasarkan penelitian Shehata (2021) yang membandingkan tingkat adiksi internet antara mahasiswa kedokteran dan non-kedokteran didapatkan hasil mahasiswa kedokteran lebih rentan mengalami adiksi internet dengan perbandingan 51.7% mahasiswa kedokteran mengalami adiksi internet berat dan hanya 11.3% mahasiswa non-kedokteran mengalami adiksi internet berat.⁶

Beberapa studi melaporkan adanya hubungan antara adiksi internet dengan beberapa gangguan psikiatri. Terdapat komorbiditas yang tinggi antara adiksi internet dan gangguan psikiatri, terutama gangguan afektif (depresi) dan gangguan kecemasan (gangguan kecemasan umum).^{7,8}

Berdasarkan berdasarkan tingginya tingkat penggunaan internet pada penduduk Indonesia ditambah tingginya risiko adiksi internet pada mahasiswa fakultas

kedokteran dan kaitannya dengan kecemasan, peneliti tertarik untuk meneliti apakah terdapat hubungan antara adiksi internet dan gangguan kecemasan menyeluruh pada mahasiswa kedokteran.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang tahun angkatan 2019-2021. Penelitian ini telah memiliki *Ethical Clearance* No. 093/EC/KBHKI/FK-UMP/XI/2022 yang dikeluarkan oleh KBHKI Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah

Palembang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan melalui data primer melalui kuesioner *Internet Addiction Test* (IAT) dan *Generalized Anxiety Disorder 7-Item* (GAD-7).

Sampel penelitian ini berjumlah 166 orang responden yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi pada studi ini yaitu mahasiswa aktif FK dan bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusinya yaitu riwayat hipertiroid, riwayat konsumsi obat-obatan anti depressan dan anti ansietas. Setelah didapatkan data, dilakukan analisis bivariat menggunakan uji *Chi-square*.

Hasil Penelitian

1. Prevalensi Adiksi Internet pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

Tabel 1. Distribusi Adiksi Internet pada Subjek

Tingkat adiksi internet	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak mengalami adiksi	44	26,5
Adiksi internet ringan	66	39,8
Adiksi internet sedang	50	30,1
Adiksi internet berat	6	3,6
Jumlah	166	100

Berdasarkan tabel 1, didapatkan sebagian besar subjek mengalami adiksi

internet ringan sebanyak 66 orang (39,8%).

Tabel 2. Distribusi Adiksi Internet berdasarkan Jenis Kelamin

		Tidak mengalami adiksi	Adiksi internet ringan	Adiksi internet sedang	Adiksi internet berat	Total
Laki-laki	Jumlah	12	20	23	2	57
	Persentase laki-laki	21,1%	35,1%	40,4%	3,5%	100%
Perempuan	Jumlah	21	46	27	4	109
	Persentase perempuan	29,4%	42,2%	24,8%	3,7%	100%
Jumlah						166

Berdasarkan tabel 2., subjek laki-laki lebih banyak mengalami adiksi internet tingkat sedang dengan jumlah 23 orang (40,4%) dan pada subjek perempuan lebih banyak mengalami adiksi internet tingkat ringan dengan jumlah 46 (42,2%).

2. Prevalensi Gangguan Kecemasan Menyeluruh pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

Tabel 3. Distribusi Adiksi Internet berdasarkan Jenis Kelamin

Gangguan Kecemasan Menyeluruh	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak mengalami	105	63,3
Mengalami gangguan	61	36,7
Jumlah	166	100

Berdasarkan tabel 3, sebagian besar subjek tidak mengalami gangguan kecemasan menyeluruh dengan jumlah 105 orang (63,3%).

Tabel 4. Distribusi Gangguan Kecemasan Menyeluruh berdasarkan Jenis Kelamin

		Tidak mengalami gangguan kecemasan menyeluruh	Mengalami gangguan kecemasan menyeluruh	Total
Laki-laki	Jumlah	36	21	57
	Persentase laki-laki	63.2%	36,8%	100%
Perempuan	Jumlah	69	40	109
	Persentase perempuan	63.3%	36,7%	100%
Jumlah				166

Berdasarkan tabel 4., sebagian besar subjek baik laki-laki maupun perempuan tidak mengalami gangguan kecemasan menyeluruh dengan jumlah 36 dan 69 (63,2% dan 63,3%).

3. Hubungan Adiksi Internet dan Gangguan Kecemasan Menyeluruh pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang

Tabel 5. Hubungan Adiksi Internet dan Gangguan Kecemasan Menyeluruh

		<u>Gangguan Kecemasan Menyeluruh</u>		P	OR	
		<u>Mengalami Gangguan</u>	<u>Tidak Mengalami</u>			
Adiksi Internet	Mengalami	Jumlah	53	69	0,005	3,457
	Adiksi	Persentase	43,4%	56,6%		
	Tidak	Jumlah	8	36		
	Mengalami	Persentase	18,2%	81,8%		

Prevalensi adiksi internet yang mengalami gangguan kecemasan menyeluruh sebanyak 53 orang (43,4%). Hasil uji statistik menunjukkan nilai p sebesar 0,005 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan bermakna antara adiksi internet dan gangguan kecemasan menyeluruh. Kemudian berdasarkan statistik seseorang yang mengalami adiksi internet berisiko 3,45 kali lebih tinggi mengalami gangguan kecemasan menyeluruh

Pembahasan

Adiksi internet didefinisikan sebagai masalah pola perilaku atau kontrol impuls yang dicirikan oleh penggunaan internet yang berlebihan atau obsesif yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari orang tersebut seperti gangguan pada hubungan interpersonal, kesehatan fisik dan mental.¹

Rasa cemas merupakan reaksi yang normal dan sehat saat mengalami situasi stres, tetapi rasa cemas tersebut dapat

disebut kondisi patologis apabila tidak dapat dikontrol dan mengganggu kegiatan sehari-hari.⁹ Gangguan kecemasan menyeluruh merupakan salah satu jenis kecemasan dengan karakteristik adanya rasa takut, cemas dan kewalahan mengenai kegiatan sehari-hari. Rasa cemas dapat muncul terhadap kondisi keuangan, keluarga, kesehatan, dan masa depan individu tersebut.³

Berdasarkan data responden sebanyak 166 orang. didapatkan pada tabel 1. bahwa sebagian besar mengalami adiksi internet tingkat ringan yaitu sebanyak 66 orang (39,8%). Hal ini sejalan dengan dengan penelitian yang dilakukan oleh Habut (2021) dengan hasil kebanyakan mahasiswa preklinik berjumlah 80 responden mengalami adiksi internet tingkat sedang sebanyak 62 orang (77,5%), adiksi internet tingkat ringan sebanyak 14 orang (17,5%) dan adiksi internet tingkat berat sebanyak 4 orang (5%).¹⁰

Mahasiswa rentan mengalami adiksi internet karena jenis penggunaan internet

yang dilakukan, seperti menonton film, mendengarkan musik. Semakin tinggi status edukasi seseorang juga berpengaruh terhadap tingginya prevalensi adiksi internet.¹¹

Berdasarkan penelitian ini, tidak terlihat banyak perbedaan antara laki-laki dan perempuan tentang prevalensi adiksi internet, yaitu laki-laki mengalami adiksi sebanyak 78,9% dan perempuan mengalami adiksi internet sebanyak 70,6%. Namun dari data yang sama terlihat bahwa laki-laki lebih banyak mengalami adiksi internet tingkat sedang dengan persentase 40,4%, sedangkan perempuan lebih banyak mengalami adiksi internet tingkat ringan dengan persentase 42,2% dari total perempuan. Perbedaan tingkat adiksi berdasarkan jenis kelamin ini kemungkinan dapat dikaitkan dengan jenis penggunaan internet, yaitu laki-laki lebih sering menghabiskan waktu bermain *game online* yang lebih adiktif sehingga dapat menyebabkan adiksi internet dengan tingkatan yang lebih berat, sedangkan perempuan lebih sering menghabiskan waktu menggunakan sosial media.¹²

Pada variabel gangguan kecemasan menyeluruh didapatkan hasil kebanyakan mahasiswa tidak mengalami gangguan dengan jumlah 105 orang (63,3%), dan mahasiswa yang mengalami gangguan kecemasan menyeluruh sejumlah 61 orang

(36,7%). Penyebab kecemasan pada mahasiswa dapat bersumber dari adanya tuntutan eksternal seperti tugas kuliah, beban pelajaran serta peningkatan kompleksitas materi kuliah yang dijalani, dan juga dapat bersumber dari tuntutan internal seperti harapan sendiri terkait dengan kemampuannya dalam mengikuti perkuliahan.¹³

Berdasarkan data yang didapat, tidak terdapat perbedaan antara laki-laki dan perempuan mengenai prevalensi adanya gangguan kecemasan menyeluruh pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang, dengan rincian laki-laki mengalami gangguan kecemasan menyeluruh sebanyak 36,8% dan perempuan sebanyak 36,7%. Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Alatawi (2020) dimana perempuan dilaporkan lebih rentan mengalami gangguan kecemasan menyeluruh dibanding dengan laki-laki namun tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin antara gangguan kecemasan menyeluruh.¹⁴

Berdasarkan teori, penyebab hubungan antara kedua variabel ini belum diketahui secara pasti. Namun, menurut Seki (2019) meyakini bahwa kedua gangguan ini beroperasi dalam siklus yang berkelanjutan dimana seseorang menggunakan internet untuk mengatasi

stres dan kecemasan yang dialami, mengakibatkan penurunan aktivitas sosial dan peningkatan tingkat stres, kecemasan dan depresi.¹⁵

Teori lain juga menyebutkan bahwa adiksi internet dapat secara tidak langsung mempengaruhi kecemasan pada mahasiswa, sebab dengan semakin tinggi penggunaan internet seseorang dapat menurunkan performa akademis yang kemudian mempengaruhi tingkat kecemasan pada orang tersebut.¹⁶

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Devi (2018) yang membahas mengenai adiksi internet dengan depresi dan kecemasan pada 80 mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan dengan hasil bahwa adiksi internet memiliki hubungan yang kuat ($p=0,003$) pada kecemasan yang dialami mahasiswa.¹³ Penelitian yang lain juga didapatkan hasil sama yang dilakukan pada 248 siswa remaja sekolah dimana adiksi internet memiliki hubungan yang sangat kuat ($p=0,000$) terhadap gangguan psikiatris dengan rincian gangguan psikiatris yakni gangguan depresi mayor diikuti oleh gangguan kecemasan menyeluruh, dan ADHD.¹⁷

Simpulan dan Saran

Dari studi didapatkan distribusi gangguan adiksi ringan sebanyak 66 orang (39.8%), adiksi internet sedang sebanyak 50 orang

(30.1%), adiksi internet berat sebanyak 6 orang (3.6%) dan tidak mengalami adiksi internet sebanyak 44 orang (26.5%). Kemudian diketahui pula terdapat distribusi gangguan kecemasan menyeluruh sebanyak 61 orang (36.7%) dan tidak mengalami gangguan kecemasan sebanyak 105 orang (63.3%). Dari analisis secara statistik didapatkan hubungan antara adiksi internet dengan gangguan kecemasan menyeluruh. Adapun saran bagi peneliti peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian pada mahasiswa diluar dari Fakultas Kedokteran agar dapat dibandingkan dengan hasil penelitian ini.

Daftar Pustaka

1. Kumar M, Mondal A. A study on Internet addiction and its relation to psychopathology and self-esteem among college students. *Ind Psychiatry J.* 2018;27, 61.
2. Gavurova, B, Khouri S, Ivankova V, Rigelsky M, Mudarri T. Internet Addiction, Symptoms of Anxiety, Depressive Symptoms, Stress Among Higher Education Students During the COVID-19 Pandemic. *Front Public Health.* 2022;10.
3. National Center for Biotechnology Information. Generalized Anxiety Disorder. (Online) 2022 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/>

- [NBK441870/](#). [diakses tanggal 20 Desember 2022]
4. National Center for Biotechnology Information. Impact of the DSM-IV to DSM-5 Changes on The National Survey Drug Use and Health. (Online) 2016
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK519697/>. [diakses tanggal 20 Desember 2022]
 5. Jaafar NS, Idayu BI, Norfazilah A, Rozita H, Baidi B, Rafidah H. Internet addiction and its association with depression, anxiety, and stress symptoms among allied health students in Malaysia. *Medical Journal of Indonesia*. 2022;31(1):56–61.
 6. Shehata WM., Doaa EA. Internet addiction among medical and non-medical students during COVID-19 pandemic, Tanta University, Egypt. *Environ Sci Pollut Res Int*. 2021;28(42).
 7. Chao-Yang W, Yu-Chen W, Chen-Hsiang S, Pai-Cheng L, Chih-Hung K, Ju-Yu Y. Association between Internet gaming disorder and generalized anxiety disorder. *J Behav Addict*. 2017;6(4):564–71.
 8. Anku MS, Jahnabi D, Pavel B, Mintu D B. Internet Addiction and its Relationships with Depression, Anxiety, and Stress in Urban Adolescents of Kamrup District, Assam. *J Family Community Med*. 2019;26(2):108–12.
 9. Jeremy DM, Gayatri P, Tonya LF. Generalized anxiety disorder. *Ann Intern Med*. 2019;170(7).
 10. Habut MA, Manafe DT, Wungouw HP L. Hubungan adiksi internet dengan kualitas tidur pada mahasiswa preklinik fakultas kedokteran. *Cendana Medical Journal (CMJ)*. 2021;9(1):38-45.
 11. Haroon MZ, Zeb Z, Javed Z, Awan Z, Aftab Z, Talat W. Internet addiction in medical students. *J Ayub Med Coll Abbottabad*. 2018;24(2):158-62.
 12. Shan X, Ou Y, Ding Y, Yan H, Chen J, Zhao J, Guo W. Associations Between Internet Addiction and Gender, Anxiety, Coping Styles and Acceptance in University Freshmen in South China. *Front Psychiatry*. 2021;12:1-11
 13. Devi KAT, Sumadewi KT, Arsana IWE. Hubungan Adiksi Internet dengan Depresi dan Kecemasan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa Angkatan 2018 dan 2019. *Aesculapius Medical Journal*. 2018;2(3):181–7.
 14. Alatawi A, Alghamdi A, Albalwi A, Altayar M, Jalal M, Frah EAM.

- Prevalence of Generalized Anxiety Disorder (GAD) Among Saudi Medical Students and Associated Risk Factors. *International Journal of Research Studies in Medical and Health Sciences*. 2020;5:1–9.
15. Seki T, Hamazaki K, Natori T, Inadera, H. Relationship between internet addiction and depression among Japanese university students. *J Affect Disord*. 2019;256:668–672.
 16. Hong C, Hai-Tao X, Fengrong A, Zhiwen W, Lin H, Shuo L, et al. The Association Between Internet Addiction and Anxiety in Nursing Students: A Network Analysis. *Front Psychiatry*. 2021;12:1-10
 17. El Fik, R. Mona M, Mohamed F, Mahmoud E, Hussien E, Mahmoud M. Occurrence of problematic Internet use and its correlates among Egyptian adolescent students in international schools in Cairo. *Middle East Current Psychiatry*. 2021;29:1-10.