

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Internet adalah jaringan komputer dunia yang dapat diakses melalui berbagai macam media komputer induk (*host computer*) seperti jaringan komputer di rumah, modem, *smartphone*, warung internet atau lebih dikenal dengan istilah warnet, dan melalui layanan seperti Web-TV (Gowa & Batangkaluku, 2021). Internet adalah jaringan komputer dunia yang dikembangkan oleh ARPANet (*Advanced Research Project Agency Network*) pada tahun 1969 yaitu suatu sistem komunikasi yang berkaitan dengan sistem pertahanan-keamanan Amerika Serikat (Gowa & Batangkaluku, 2021). Internet atau *inter-network* dapat juga diartikan sebagai jaringan komputer luas yang dapat menghubungkan pengguna komputer satu dengan komputer yang lain serta dapat menghubungkan jaringan komputer dari suatu negara ke negara yang ada di seluruh dunia (Gowa & Batangkaluku, 2021).

Dengan berjalannya waktu, kemajuan teknologi, ilmu pengetahuan dan informasi semakin melesat tinggi seiring dengan perkembangan zaman. Singkatan dari internet atau biasa disebut *Interconnected Network* merupakan jejaring yang menyambungkan antar komputer secara global (Novianty et al., 2019). Dengan dukungan zaman yang sangat berkembang, internet digunakan sebagai sarana alat pengiriman, pertukaran, dan pengambilan data bahkan sebagai alat fasilitas untuk pekerjaan, berkarir, dan membina hubungan serta untuk mengerjakan tugas atau laporan karena mendapatkan banyak informasi dengan cepat (Novianty et al., 2019; Nurina Hakim & Alyu Raj, 2017). Internet dapat menembus dimensi, waktu dan ruang kehidupan penggunanya yang memungkinkan siapa pun menggunakan internet kapan pun dan dimana pun serta fasilitas yang murah dan mudah diakses menjadikan tugas lebih mudah sekarang (Novianty et al., 2019).

Negara Cina, pada tahun 2019, menempati peringkat pertama diantara negara-negara dengan pengguna internet paling banyak yaitu dengan jumlah 829 juta pengguna internet, diikuti oleh India di peringkat kedua dengan jumlah pengguna internet 560 juta, peringkat

ketiga yaitu negara Amerika Serikat yaitu dengan jumlah pengguna internet 293 juta, peringkat keempat yaitu negara Brazil yaitu dengan jumlah pengguna internet 149 juta, sedangkan Indonesia berada pada peringkat ke-5 dengan 143 juta pengguna internet. Namun, pada bulan Juni tahun 2019, terdapat 171.260.000 pengguna internet di Indonesia atau 63,53% dari 269.536.486 penduduk pada 2019 (Prabowo et al., 2020). Berdasarkan data BPS (Badan Pusat Statistik) tahun 2019 usia 19 hingga 24 tahun menempati urutan tertinggi kedua dengan jumlah 18,72% dalam persentase penduduk usia 5 tahun keatas yang pernah mengakses internet dalam 3 bulan terakhir menurut kelompok umur (Sutarsih et al., 2020). Berdasarkan data survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pengguna internet di Indonesia mencapai 215.626.156 jiwa atau 78,19% pada tahun 2023 dari total populasi sebesar 275.773.901 jiwa. Tingkat pemakaian internet Indonesia ini mengalami peningkatan sebesar 1,17% dari tahun sebelumnya. Dari hasil survei ini juga dapat dilihat bahwa laki-laki lebih banyak menggunakan internet disbanding perempuan yaitu sebanyak 79,32% dari total populasi laki-laki, sementara jumlah pengguna internet pada perempuan sebanyak 77,36% dari total populasi perempuan di Indonesia. Berdasarkan data kategori provinsi pengguna internet tertinggi adalah Banten sebesar 89,10% sedangkan Jawa Timur berada di urutan kelima yaitu sebesar 81,26%. Peningkatan penggunaan internet di Indonesia ini masih merupakan dampak dari pandemi Covid-19 pada tahun 2020 dikarenakan sejak saat itu banyak yang masih tetap memberlakukan sistem kerja WFH (*Work from Home*) sehingga tren bekerja online masih tetap berjalan (Arif, 2023)

Bagi mahasiswa manfaat internet sangat banyak contohnya seperti menyajikan beraneka ragam situs penghubung seperti jejaring sosial yang saat ini sangat digemari oleh seluruh kalangan selain itu juga berguna dalam berbagi informasi. Kemajuan teknologi dan komunikasi serta memberikan peluang dalam mendapatkan informasi secara cepat, tepat, dan terjangkau merupakan manfaat lain dari internet (A. P. Sari et al., 2017). Dengan adanya internet dapat meringankan beban khususnya bagi mahasiswa dalam melakukan aktivitas seperti mencari informasi bahkan dapat menciptakan hubungan relasi dengan orang lain yang berlainan tempat (Maulida & Sari, 2017).

Dengan tersedianya sumber informasi yang banyak bahkan mudah diakses di internet dapat menimbulkan efek negatif atau dapat memicu masalah yaitu ketergantungan internet

jika seseorang tersebut menggunakan internet dengan jangka waktu yang lebih lama. Ketergantungan internet menurut Young yaitu ketidakmampuan seseorang dalam mengontrol penggunaan internet sehingga dapat menimbulkan efek negatif serius terhadap berbagai aspek kehidupan (Prasojo et al., 2018).

Seseorang yang dalam sehari mengakses internet lebih dari enam jam maka dapat dikatakan orang itu telah ketergantungan internet (Utami & Nurhayati, 2019). Efek yang dapat ditimbulkan oleh ketergantungan internet adalah kesulitan dalam menyelesaikan pekerjaan, atau tugas keluarga, keterasingan dari keluarga dan teman, dan rasa euphoria saat ikut serta dengan mengakses internet yang menyebabkan anak usia dini hingga remaja berubah kepribadiannya menjadi lebih tertutup atau biasa disebut introvert, cuek pada area sekitarnya yang dapat berdampak pada hubungan sosial dan kesusahan beradaptasi dengan lingkungannya (Utami & Nurhayati, 2019). Dampak dari penggunaan internet secara berlebihan menunjukkan bahwa 79,5% mengalami masalah dalam mengatur waktu tidur sehingga individu menjadi kurang tidur, dan pola tidurnya terganggu sehingga cenderung insomnia (Prabowo et al., 2020). Selain itu *nomophobia* juga dapat muncul sebagai dampak negatif pada pengguna internet secara berlebihan dimana seseorang akan merasakan kecemasan apabila berjauhan dengan *smartphone*-nya karena tidak dapat terhubung dengan fitur yang ada di perangkat tersebut (Fanny & Guspa, 2021).

Pada tanggal 18 Maret 2021 peneliti telah melakukan studi pendahuluan pada kelas PSIK A 2019, didapatkan bahwa sebanyak 17 orang mahasiswa Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang memiliki ketergantungan terhadap internet ditandai dengan banyaknya jumlah mahasiswa yang sering menggunakan internet (100%) , khawatir hidup tanpa internet akan membosankan dan tidak menyenangkan (58,8%), serta seringnya menggunakan internet sebelum tidur (94,1%) hingga sering begadang karena demi bisa online internet (70,6%) menyebabkan jam tidur menjadi berkurang (52,9%). Seperti yang sudah ada di penelitian yang dilakukan oleh Hakim & Raj, 2017 dalam (Utami & Nurhayati, 2019) bahwa rata-rata subjek tidak akan pernah berhenti lebih cepat saat mengakses internet karena ingin terus menggunakan internet seperti telah membuka media sosial yang satu nanti buka yang lain kemudian sudah dibuka nanti ditutup dan dibuka lagi begitu seterusnya, sehingga mereka merasa setengah dari kebutuhannya dapat dipenuhi melalui

internet dan dengan adanya internet membuat seseorang merasa tidak kesepian. Namun di musim pandemic covid-19 saat ini mahasiswa tidak dapat lepas dari penggunaan gadget untuk mengakses internet. Oleh sebab itu penyalahgunaan internet secara berlebihan dapat menimbulkan dampak buruk terhadap penggunanya (Firman & Rahayu, 2020). Dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan, peneliti memilih mahasiswa PSIK angkatan 2019 sebagai salah satu responden dikarenakan tingginya tingkat ketergantungan internet pada mahasiswa keperawatan PSIK A 2019.

Berdasarkan pernyataan latar belakang tersebut penulis tertarik melaksanakan penelitian langsung dengan topik Gambaran Ketergantungan Internet Pada Mahasiswa Keperawatan. Peneliti terdahulu lebih berfokus kepada dampak dari lamanya penggunaan internet terhadap kualitas tidur sedangkan peneliti hanya ingin mengidentifikasi bagaimana gambaran mahasiswa keperawatan terhadap ketergantungan internet.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian diatas peneliti memilih rumusan masalah yang dapat diambil yakni “Bagaimana gambaran ketergantungan internet pada mahasiswa keperawatan?”.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yakni memahami bagaimana gambaran ketergantungan internet pada mahasiswa keperawatan.

1.3.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini yaitu:

1. Mengidentifikasi ketergantungan internet pada mahasiswa keperawatan

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang dapat diperoleh pada penelitian ini dinantikan agar dapat meningkatkan sumber ilmu pengetahuan terutama untuk keperawatan yang berhubungan dengan masalah ketergantungan internet.

1.4.2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari hasil penelitian ini yakni:

a. Pada Responden

Hasil penelitian dapat dijadikan pedoman informasi bahwasanya banyak dampak yang akan timbul pada seseorang dengan ketergantungan internet agar dapat dilakukan pencegahan terlebih dahulu oleh responden.

b. Pada Profesi

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu lembaga kesehatan untuk menemukan informasi dan pengetahuan yang bermanfaat untuk melayani sesama.

1.5. Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh Prabowo et al., (2020) dengan judul *Intercorrelation of Insomnia, Sleep Duration, Internet Use Duration and Internet Addiction on Millennial in Jakarta*. Bertujuan untuk menguji hubungan antara insomnia, durasi tidur, durasi penggunaan internet dan kecanduan internet. Dengan menggunakan instrument *Insomnia Severity Index (ISI)* dan *Internet Addiction Test (IAT)*. Jenis penelitian *literature review* ini menggunakan 259 responden milenial. Hasil dari penelitian 79,5% peserta memiliki durasi tidur yang kurang yaitu <6,5 jam/hari, 72% diantaranya menggunakan internet dengan durasi >6 jam/hari. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara insomnia dengan adiksi internet, korelasi negatif antara insomnia dan lama tidur, korelasi positif antara insomnia dengan durasi penggunaan internet, korelasi negatif antara kecanduan internet dan durasi tidur, korelasi positif antara kecanduan internet dan durasi penggunaan internet dan korelasi negative antara durasi tidur dan durasi penggunaan internet. Perbedaan pada penelitian ini hanya meneliti gambaran ketergantungan internet pada mahasiswa keperawatan

2. Penelitian yang dilakukan oleh (Alimoradi et al., 2019) dengan judul *Internet Addiction and Sleep Problems: A Systematic Review and Meta-analysis* dengan metode *systematic review* dan *meta-analysis* tentang kecanduan internet dan gangguan tidur di Iran. Bertujuan untuk meningkatkan pemahaman tentang hubungan antara kecanduan internet dan gangguan tidur pada masyarakat. Metode penelitian yang digunakan merupakan *systematic review* dan *meta-analysis*. Hasil penelitian menunjukkan jumlah keseluruhan OR yang mengalami masalah tidur karena ketergantungan internet adalah 2,20 (95% CI: 1,77 e 2.74). Hasil dari meta-analysis menunjukkan signifikan OR untuk masalah tidur dan signifikan mengurangi durasi tidur seseorang yang telah ketergantungan internet. Perbedaan pada penelitian ini peneliti hanya terdapat satu variabel yaitu ketergantungan internet.
3. Penelitian yang pernah dilakukan oleh Lin et al., (2019) dengan judul *The Relationship between Sleep Quality and Internet Addiction Among Female College Students* dengan metode *cross-sectional study* dengan menggunakan kuesioner dari tiga aspek seperti (1) demografi, (2) kualitas tidur dengan menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI), dan (3) tingkat keparahan ketergantungan internet dengan menggunakan *Internet Addiction Test* (IAT). Bertujuan untuk menyelidiki hubungan antara kecanduan internet dan kualitas tidur serta apakah ada terdapat variasi yang signifikan dalam kualitas tidur dengan tingkat penggunaan internet yang berbeda pada mahasiswi perempuan. Hasil dari penelitian ini ditemukan secara signifikan terkait kualitas tidur objektif, latensi tidur, durasi tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi pada siang hari. Hasil analisis regresi logistik dari skor IAT dan kualitas tidur menunjukkan korelasi signifikan dengan skor total (OR= 1.05: 1.03 – 1.06, $p < 0,01$). Perbedaan pada penelitian ini hanya terdapat satu variabel saja yaitu ketergantungan internet pada mahasiswa keperawatan
4. Penelitian yang pernah dilakukan oleh (Zees et al., 2021) dengan judul *Effectiveness of Cognitive Behavior Therapy (CBT) Terhadap Ketergantungan Gadget pada Remaja Di Politeknik Kesehatan Gorontalo*. Bertujuan untuk mengetahui efektivitas CBT (*Cognitive Behaviour Therapy*) terhadap ketergantungan gadget pada remaja. Menggunakan jenis penelitian pre eksperimental dengan pendekatan on group

pretest-posttest. Dengan melakukan pengukuran tingkat ketergantungan internet menggunakan instrumen IAT yang dikembangkan oleh Young pada 15 orang mahasiswa dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil dari penelitian ini bahwa CBT (*Cognitive Behavior Therapy*) efektif dalam menurunkan ketergantungan gadget pada remaja dengan (nilai p value= 0,000, α =0,05). Perbedaan dari penelitian saya ialah variabel saya menggunakan ketergantungan internet dan menggunakan metode penelitian cross sectional dengan teknik accidental sampling

