
ANALYSIS OF THE RELATIONSHIP BETWEEN THE INTENSITY OF INTERNET USE AND THE RISK OF DEPRESSION DISORDERS IN STUDENTS OF SENIOR HIGH SCHOOL X IN MATARAM CITY

By

Baiq Kayla Srigede

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Mataram

E-mail: baikaylasrigede1@gmail.com

Article History:

Received: 27-10-2025

Revised: 05-11-2025

Accepted: 30-11-2025

Keywords: Depression, Intensity, Internet, Risk, Students.

Abstract: Background: The pandemic has resulted in significant changes, including internet usage. The total time people spend online during the pandemic has increased significantly. Persistent internet use can have various impacts, leading to the risk of depressive disorders. This study aims to analyze the relationship between internet use intensity and the risk of depressive disorders in adolescents post-pandemic.

Research Methods: This study used an observational analytic approach with a cross-sectional design. The instrument used was a questionnaire to measure the level of internet use intensity (KDAI) and the risk of depressive disorders in children (CDI). Participants in this study consisted of students aged 14 to 17 years attending Senior High School X in Mataram City. Respondents met the inclusion criteria and agreed to participate in the study. Students who did not fall into this age group, were in 12th grade, had a history or family history of a mental health disorder diagnosed by a child or psychiatrist, and did not complete the research questionnaire were excluded from the study sample.

Results: A total of 115 respondents participated in this study, the majority of whom were 16 years old (47.8%). The incidence of internet use intensity among students post-pandemic was 27.8%. The risk of depressive disorders in students post-pandemic, as detected using the Child Depression Inventory (CDI), was 57.4%. There was a significant association between internet use intensity and the risk of depressive disorders in students post-pandemic ($p=0.001$).

Conclusion: Internet use intensity was significantly associated with the likelihood of depression in students post-pandemic, with the risk increasing by up to 4.1-fold.

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 merupakan penyakit infeksi pada sistem pernapasan yang ditimbulkan oleh virus corona. Kasus pertama Covid-19 dilaporkan muncul di Wuhan, Tiongkok, pada Desember 2019. Pada awal Januari 2020, penyakit ini mulai menyebar dengan cepat ke berbagai negara, termasuk Indonesia. Hingga 21 Februari 2023, jumlah kasus terkonfirmasi Covid-19 secara global mencapai 757.264.511 kasus, dengan 6.850.594 kematian yang tersebar di 235 negara (Satuan Tugas Penanganan Covid-19, 2023; World Health Organization, 2023).

Di Indonesia, pada 22 Februari 2023 terdapat 6.734.818 kasus positif Covid-19 dengan jumlah kematian sebanyak 160.894 kasus (Satuan Tugas Penanganan Covid-19, 2023). Sementara itu, di Provinsi Nusa Tenggara Barat, hingga 16 Februari 2023 tercatat 37.209 kasus terkonfirmasi. Peningkatan kasus yang signifikan akibat tingginya laju penularan mendorong World Health Organization (WHO) menetapkan Covid-19 sebagai pandemi dalam dua tahun terakhir. Sebagai respons, sejumlah negara menerapkan kebijakan lockdown guna menekan laju penyebaran virus tersebut.

Sejalan dengan kebijakan lockdown yang diterapkan di berbagai negara, pada awal munculnya pandemi Covid-19 pemerintah Indonesia memberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), yang kemudian dilanjutkan dengan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) sebagai upaya menekan laju penyebaran virus. Selama masa penerapan kebijakan tersebut, masyarakat diwajibkan membatasi interaksi sosial secara langsung dengan tetap berada di rumah, mengurangi aktivitas di luar, menghindari kerumunan, serta menjaga jarak fisik.

Kondisi pembatasan ini menimbulkan kejenuhan akibat terbatasnya ruang gerak dan aktivitas, sehingga masyarakat berupaya mencari bentuk hiburan serta mengisi waktu luang melalui berbagai layanan dan fitur yang tersedia di internet. Internet, khususnya media sosial, juga dimanfaatkan sebagai sumber informasi terbaru mengenai perkembangan Covid-19. Selain itu, berdasarkan data Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, sebanyak 68.729.037 peserta didik mengikuti proses pembelajaran dari rumah dengan memanfaatkan akses internet melalui platform seperti Google Meet dan Zoom (Setiawan, 2021).

Data menunjukkan bahwa selama pandemi Covid-19 terjadi peningkatan penggunaan internet hingga mencapai 442% (Setiawan, 2021). Selain itu, durasi penggunaan internet oleh masyarakat juga mengalami kenaikan yang signifikan, yaitu sebesar 52% dibandingkan dengan periode sebelum pandemi (Siste et al., 2020; Li et al., 2021). Individu yang melakukan suatu aktivitas secara berulang dan terus-menerus, sering kali dengan kontrol diri yang terbatas, cenderung mengembangkan kebiasaan perilaku karena aktivitas tersebut pada awalnya dirasakan memberikan manfaat. Pola penggunaan internet yang berlebihan dan terus berlangsung ini dapat berkembang menjadi perilaku adiktif, sehingga meningkatkan risiko terjadinya kecanduan internet (Kurniasanti et al., 2019; Li et al., 2021).

Berdasarkan temuan penelitian Siste et al. (2020), prevalensi kecanduan internet pada kelompok remaja dan dewasa di Indonesia selama masa pandemi Covid-19 masing-masing mencapai 19,3% dan 14,4%. Meskipun kasus Covid-19 telah menunjukkan penurunan, kebijakan lockdown telah dicabut, dan kegiatan pembelajaran tatap muka kembali dilaksanakan, tingkat kecanduan internet pada anak setelah pandemi justru mengalami

peningkatan yang signifikan ($p < 0,01$) (Daşdemir et al., 2022). Caponnetto et al. (2021) juga melaporkan bahwa sekitar 70% pengguna internet di seluruh dunia, khususnya pada kelompok usia muda, merupakan dampak langsung dari situasi pandemi Covid-19.

Secara umum, kecanduan internet dipahami sebagai pola penggunaan internet secara berlebihan yang dapat menimbulkan gangguan kesehatan mental serta berdampak pada berbagai aspek kehidupan individu (Prihayanti, Swedarma, & Nurhesti, 2021). Temuan penelitian oleh Siste et al. (2019) menunjukkan bahwa remaja yang mengalami kecanduan internet memiliki penurunan konektivitas pada area lateral parietal kanan dan korteks prefrontal lateral kiri. Kedua area otak tersebut berperan penting dalam pengendalian perilaku impulsif, termasuk impulsivitas dalam penggunaan internet. Dalam kajian yang lebih luas, Brewer dan Potenza mengemukakan bahwa individu yang mengalami gangguan terkait penggunaan internet berlebihan memperlihatkan pola aktivasi otak yang serupa dengan pola yang ditemukan pada pengguna dengan kecanduan narkoba (Lopez-Quintero et al., 2011).

Menurut the negative consequences model, kecanduan internet yang berlangsung secara persisten dapat menimbulkan berbagai dampak merugikan yang pada akhirnya berkontribusi pada munculnya gangguan depresi (Huang, Liu, & Su, 2016). Depresi merupakan gangguan psikologis yang menghambat fungsi dan aktivitas sehari-hari, ditandai antara lain oleh hilangnya minat atau kesenangan, perasaan bersalah, kesulitan berkonsentrasi, harga diri rendah, gangguan tidur, serta penurunan nafsu makan (Dianoviana, 2018). Kondisi ini banyak ditemukan pada kelompok remaja, karena fase perkembangan tersebut ditandai oleh perubahan emosi yang intens, sehingga karakteristik emosional remaja sering kali menyerupai respons yang muncul pada gejala depresi.

Di Indonesia, prevalensi depresi pada remaja mencapai 6,2% atau sekitar 11 juta jiwa (Rachmawati, 2020). Depresi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kurangnya interaksi sosial. Faktor ini berkaitan dengan meningkatnya risiko depresi pada individu yang mengalami adiksi internet, sebab mereka cenderung menarik diri dari relasi sosial dan mengurangi kontak interpersonal (Indra, Dundu, & Kairupan, 2019).

Penelitian yang dilakukan pada siswa SMA di Manado menunjukkan bahwa 70,2% responden berada pada kategori adiksi internet tingkat sedang, dan dari jumlah tersebut, 55 responden (32,3%) teridentifikasi mengalami gejala depresi (Indra, Dundu, & Kairupan, 2019). Penelitian lain pada siswa SMA pengguna smartphone di Samarinda juga menemukan adanya hubungan yang cukup kuat antara tingkat adiksi internet dan depresi, dengan nilai koefisien korelasi sebesar $R = 0,404$ (Anggraini, Nuryanto, & Nugrahyayu, 2021). Penelitian terkait hubungan antara intensitas penggunaan internet dengan risiko gangguan depresi di Indonesia masih relatif terbatas dan menunjukkan temuan yang bervariasi. Selain itu, sejauh pengetahuan peneliti, kajian mengenai relasi antara kedua variabel tersebut di Kota Mataram belum pernah dilakukan, khususnya pada anak, remaja, atau siswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan studi observasional yang bersifat analitik. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional*, yaitu pengukuran *exposure* dan *outcome* penelitian yang dilakukan secara serentak dalam waktu yang bersamaan. Penelitian ini akan dilakukan di SMA X Kota Mataram dengan

populasi target adalah remaja usia 14-17 tahun yang sedang menempuh pendidikan di SMA X Kota Mataram. Teknik pengambilan responden secara *proportionate stratified random sampling* ini digunakan dengan tujuan untuk memperoleh responden yang representatif dengan melihat populasi siswa yang ada di SMA X Kota Mataram. Berdasarkan hasil perhitungan besar responden, jumlah responden minimal yang dibutuhkan sebanyak 100 orang dan pada penelitian ini sampelnya adalah 115 siswa.

Pada penelitian ini, peneliti melakukan pengumpulan sumber data dalam wujud data primer, yang diperoleh langsung dari responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari kuesioner karakteristik dasar psikologi responden, kuesioner pola asuh orang tua, kuesioner karakteristik dan intensitas penggunaan internet, kuesioner diagnosis adiksi internet (KDAI), dan *Child Depression Inventory* (CDI) untuk mendeteksi depresi. Pengumpulan data dilakukan setelah responden memberi persetujuan melalui *informed consent* untuk menjadi responden pada penelitian ini. Setelah responden bersedia untuk menjadi responden penelitian, pengambilan data kemudian dilakukan dengan cara mengisi lembar kuesioner yang sudah disediakan oleh peneliti.

Pengolahan data dilakukan ketika semua data telah terkumpul kemudian dilakukan pemeriksaan kelengkapan data yang diperoleh. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis *univariate* atau disebut juga analisa deskriptif dilakukan untuk mengetahui proporsi atau frekuensi dan persentase dari masing-masing variabel. Kemudian dilakukan analisis *bivariate* untuk mengetahui interaksi antara dua variabel, yaitu variabel independen dan dependen dengan menggunakan uji *Chi-Square* karena skala data pada penelitian ini adalah nominal, dengan $p \text{ value} < 0,05$ dianggap bermakna, yaitu hipotesis nol ditolak. Selanjutnya, data tersebut akan dimasukkan ke dalam *software* atau aplikasi program pengolahan data yaitu *Statistical Package for the Social Science* (SPSS) versi 25 untuk dianalisis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini telah dilakukan pada siswa di SMA X Kota Mataram yang duduk dibangku kelas X dan XI. Pengambilan data dilakukan secara offline di sekolah. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa/i SMA X Kota Mataram yang sudah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Jumlah total 115 responden yang memenuhi kriteria untuk menjadi subjek dalam penelitian ini.

1. Hasil Analisis Univariat Berdasarkan Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, jumlah responden terbanyak yaitu berusia 16 tahun (47,8%) dan sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (58,3%). Sedangkan, untuk pola asuh orang tua dari responden didominasi oleh pola asuh demokratis (67,8%). Usia responden penelitian berada pada rentang 15 sampai 17 tahun. Kategori usia ini tergolong dalam kategori remaja tengah dengan rentang usia 14 sampai 17 tahun (Ragita and Fardana N., 2021). Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Pada masa remaja ini, seseorang akan memiliki rasa keingintahuan yang tinggi sehingga remaja lebih tertarik untuk berinteraksi dengan dunia luar.

Menurut *Indonesia-National Adolescent Mental Survey* (I-NAMHS) (2022), remaja berusia 10-17 tahun yang mengalami masalah mental dalam 12 bulan terakhir mencapai

lebih dari sepertiga remaja yang menjadi responden atau sekitar 34,9%, dengan jumlah remaja yang mengalami depresi mencapai 5,3%. Selain itu, lebih dari 19,3% remaja di Indonesia mengalami kecanduan internet, dimana data ini diperoleh berdasarkan survei yang dilakukan oleh Ahli Adiksi Perilaku, dr. Kristiana Siste, di 34 provinsi di Indonesia (Tim CNN Indonesia, 2021). Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa. Pada masa remaja ini, seseorang akan memiliki rasa keingintahuan yang tinggi sehingga remaja lebih tertarik untuk berinteraksi dengan dunia luar.

Kemudian berdasarkan hasil penelitian ini, mayoritas ayah dari responden penelitian merupakan pegawai negeri (37,4%). Sedangkan, ibu dari responden mayoritas tidak bekerja atau merupakan ibu rumah tangga (46,7%). Penelitian yang dilakukan oleh Dufur, dkk (2010) menyimpulkan bahwa perilaku orang tua dapat berbeda berdasarkan jenis kelamin, dimana ayah akan lebih fokus pada aktivitas fisik dan bermain bersama anak, sedangkan ibu lebih fokus pada perawatan harian dan komunikasi emosional dengan anak. Perbedaan pola pengasuhan ini menunjukkan bahwa kedua orang tua memiliki peran berharga dalam tumbuh kembang anak-anak mereka, dimana keadaan *fatherlessness* juga dapat memengaruhi pola asuh terhadap anak.

Selanjutnya, pada penelitian ini didapatkan bahwa responden perempuan (23%) lebih banyak yang mengalami kecanduan internet dibandingkan laki-laki (9%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Raihana (2010), ditemukan bahwa perempuan lebih cenderung mengalami adiksi internet dibandingkan laki-laki. Hal ini dapat terjadi karena adanya perbedaan kecenderungan aktivitas fisik antara remaja perempuan dan laki-laki yang memungkinkan remaja memiliki waktu luang untuk menggunakan internet (Mulyati dan Frieda, 2018). Selain itu, pada penelitian ini juga didapatkan mayoritas dari responden adalah remaja perempuan. Menurut Zamalloa dan Fuentes (2017), remaja laki-laki lebih banyak memanfaatkan internet untuk mengakses *game online*, pornografi, dan media sosial. Sedangkan, perempuan lebih banyak memanfaatkan untuk media sosial, aplikasi hiburan, dan mengambil gambar (Taywade dan Khubalkar, 2019).

Rendahnya pengawasan terhadap kontrol penggunaan internet sehari-hari juga dapat menyebabkan terjadinya kecanduan internet. Hal ini dapat dilihat dari pola asuh yang diterapkan oleh orang tua responden. Berbeda dari beberapa penelitian lainnya, dapat dilihat bahwa pada penelitian ini pola asuh demokratis menyumbang angka tertinggi, yaitu 17%, berhubungan dengan adiksi internet. Sejalan dengan penelitian Bibelia et al., (2021) bahwa sebagian besar pola asuh yang dipersepsikan remaja dengan adiksi internet adalah pola asuh demokratis. Hal ini dapat terjadi karena berbagai faktor, misalnya upaya pemberian kontrol dan kehangatan oleh orang tua dengan pola asuh demokratis tidak diiringi dengan pengetahuan secara spesifik mengenai intensitas dan penggunaan internet, atau karena rendahnya latar pendidikan orang tua sehingga terjadi ketidaktepatan kontrol pada remaja dengan pola asuh orang tua yang demokratis, dimana seharusnya pola asuh ini dapat mencegah terjadinya adiksi internet pada remaja (Bibelia, Hidayati dan Somantri, 2021). Namun, perbedaan hasil pada penelitian ini juga dapat dipengaruhi oleh cara pengambilan data pada kuesioner pola asuh yang hanya berdasarkan perspektif anak, yaitu responden penelitian.

2. Gambaran Pola Penggunaan Internet dan Terjadinya Kecanduan Internet

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh siswa yang menjadi responden,

yaitu 115 siswa, menggunakan *smartphone*. Hal ini dapat terjadi karena perkembangan pesat dari teknologi, terutama dalam *smartphone*, yang menghadirkan fitur-fitur menarik dan juga memudahkan penggunaannya untuk mengakses informasi dan berinteraksi menjadikan banyak orang cenderung menghabiskan banyak waktunya untuk menggunakan *smartphone*. Selain itu, penggunaan *smartphone* juga dirasa dapat menjadi sarana untuk menghilangkan stress, seperti memberikan kesenangan, mengurangi kelelahan, memberikan rasa aman, dan mengurangi kecemasan (Meirianto, 2018).

Media sosial merupakan aplikasi yang paling banyak digunakan oleh responden, baik laki-laki maupun perempuan. Sedangkan, untuk pilihan tujuan penggunaan yang paling sering adalah untuk media sosial dan hiburan yaitu sebanyak 102 responden (88,7%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami dan Nurhayati (2019) bahwa situs yang paling banyak diakses oleh remaja adalah media sosial (79,3%). Menurut Whiting dan Williams (2013), ada tujuh kategori tujuan seseorang menggunakan sosial media, yaitu alat komunikasi, mencari informasi, interaksi sosial/pertemanan, bisnis *online*, menyampaikan opini/*update* status, hiburan/relaksasi, dan mengisi waktu luang. Berdasarkan penelitian Saputra (2019), berkaitan dengan ketujuh kategori tersebut, terdapat tiga *aplikasi* yang paling banyak digunakan yaitu *Whatsapp* (95,96%), *Instagram* (90,91%), dan *Youtube* (73,74%).

Menurut American Academy of Pediatrics (AAP), remaja yang sehat seharusnya memiliki batasan *screen time* sekitar 2 jam per hari untuk hiburan yang tidak berkaitan dengan sekolah. Sedangkan, menurut World Health Organization (WHO), remaja usia 5-17 tahun seharusnya menghabiskan setidaknya 1 jam sehari untuk aktivitas fisik yang cukup dan mengurangi *screen time* yang tidak bermanfaat. Berdasarkan hasil penelitian ini, didapatkan bahwa penggunaan internet berdasarkan durasi pasca pandemi Covid-19 paling banyak selama lebih dari 7 jam dengan jumlah 65 orang (56,5%), dimana 19 orang diantaranya mengalami adiksi internet. Sesuai dengan penelitian lainnya bahwa rata-rata responden penelitian mengakses internet sebanyak 10 jam perhari (Utami dan Nurhayati, 2019). Menurut Suryaningsih, *et al.* (2021), seseorang dapat terindikasi mengalami adiksi internet jika menghabiskan waktu sekitar empat sampai enam jam dan sudah lebih dari tiga bulan menggunakan internet. Adiksi internet lebih sering ditemukan pada individu yang sudah terpapar internet sejak usia dini karena sudah terbiasa hidup dan dibesarkan di lingkungan yang memiliki ketersediaan internet sejak dini (Indra, Dundu dan Kairupan, 2019).

Kemudian hasil penelitian ini juga mengungkap dari 115 responden terdapat 32 (27,8%) responden yang mengalami kecanduan internet, dimana angka ini tidak mencapai setengah dari jumlah responden. Sedangkan, pada penelitian yang dilakukan oleh Utami dan Nurhayati (2019) didapatkan 53% responden memiliki adiksi terhadap internet. Perbedaan hasil penelitian adiksi internet pada remaja ini dapat terjadi karena berbagai faktor, salah satunya karena tingkat kepuasan diri remaja tidak terpenuhi dengan hubungan sosial secara langsung sehingga remaja akan menggunakan fitur *online* untuk memenuhi kebutuhan berinteraksi sosial tersebut (Hakim dan Raj, 2017). Selain itu, pemanfaatan internet yang baik oleh pihak sekolah sebagai sarana dalam proses pembelajaran, seperti adanya grup *Whatsapp* untuk memudahkan guru menyampaikan informasi kepada siswanya dan pencarian sumber literatur yang diperlukan siswa untuk

mengerjakan tugas, juga memungkinkan kecilnya efek negatif yang timbul dari penggunaan internet yang dapat mengarah pada terjadinya adiksi internet.

3. Hasil Analisis Gambaran Depresi

Hasil penelitian ini menunjukkan responden sebagian besar siswa mengalami kecenderungan atau resiko depresi 66 siswa (57,4%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Endriyani, dkk (2022) didapatkan sebagian besar siswa juga mengalami depresi (51,5%). Banyaknya perubahan yang dialami pada masa remaja, mengharuskan remaja untuk dapat beradaptasi dengan segala perubahan tersebut. Ketidakmampuan dalam beradaptasi inilah yang nantinya akan menimbulkan perasaan-perasaan negatif yang dapat menjadi faktor pencetus terjadinya depresi (Mandasari dan Tobing, 2020).

Dari semua variabel yang diteliti, didapatkan bahwa jenis kelamin memiliki hubungan yang signifikan terhadap kejadian depresi (nilai $p < 0,05$). Berdasarkan jenis kelamin, pada penelitian ini responden yang mengalami depresi secara keseluruhan didominasi oleh siswa yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 47 orang, sedangkan laki-laki sebanyak 19 orang. Angka kejadian depresi pada remaja menunjukkan peningkatan yang sangat tinggi dibandingkan anak-anak dan dewasa (Darmayanti dan Tarbiyah, 2008). Hal ini dapat disebabkan karena masa remaja merupakan masa transisi dimana terjadi perubahan baik biologis, fisik, dan juga psikologis (Mandasari dan Tobing, 2020). Perubahan hormonal yang terjadi pada remaja perempuan membuat remaja perempuan lebih sensitif dibandingkan remaja laki-laki sehingga responden yang mengalami depresi didominasi oleh remaja perempuan (Darmayanti dan Tarbiyah, 2008).

Menurut penelitian Leach, dkk (2021), terjadinya peningkatan tekanan psikologis selama periode awal *lockdown* pada masa pandemi Covid-19 dapat terjadi karena *social distancing* yang diterapkan secara tiba-tiba, menimbulkan tantangan-tantangan baru bagi masyarakat. Menurut penelitian Racine, dkk (2021), anak perempuan menunjukkan tingkat depresi dan cemas yang lebih besar dibandingkan laki-laki, dimana hal ini dapat disebabkan oleh aktivitas yang terus berada di rumah, kurang berinteraksi sosial, masalah keluarga, dan gangguan sekolah selama pandemi Covid-19. Selain itu, proses belajar daring selama masa pandemi juga membuat remaja merasa tertekan akibat banyaknya materi pembelajaran yang harus dipelajari secara mandiri, beban tugas yang sangat banyak, dan kurangnya kemampuan untuk belajar secara daring (Melina dan Herbawani, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh dengan depresi (nilai $p < 0,05$). Penelitian lainnya juga didapatkan hasil uji statistik dengan nilai $p = 0,003$, yang berarti terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan tingkat depresi pada remaja (Tujuwale *et al.*, 2016). Hasil telaah dan identifikasi yang dilakukan oleh Ramadhanti (2020) terhadap beberapa artikel mengenai pola asuh dan depresi juga didapatkan bahwa tipe pola asuh dapat memengaruhi tingkat depresi pada remaja. Pola asuh orang tua turut memiliki peranan penting pada perkembangan psikologis, serta bagaimana anak bersikap dan berperilaku dalam menghadapi stressor dari lingkungan sekitar yang terjadi sehari-hari (Safitri dan Hidayati, 2013). Pernyataan ini didukung dengan hasil penelitian Azzahra *et al.* (2022) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan perkembangan mental anak di usia

remaja.

Dari hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa pola asuh demokratis memiliki angka tertinggi yang berhubungan dengan depresi, yaitu 34,7%. Hal ini sejalan dengan penelitian Tujuwale *et al.* (2016) bahwa responden dengan pola asuh demokratis memiliki jumlah total terbanyak yang mengalami depresi, yaitu 31 responden (34%). Namun, hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriana dan Mustafida (2019) yang menyebutkan bahwa tingkat depresi lebih tinggi dihasilkan oleh pola asuh otoriter serta permisif sedangkan remaja dengan pola asuh orang tua yang demokratis memiliki kecenderungan tidak depresi. Perbedaan ini dapat terjadi karena sejatinya tidak ada orang tua yang menerapkan hanya satu tipe pola asuh secara mutlak, tetapi biasanya ada satu pola asuh yang dominan (Safitri dan Hidayati, 2013).

4. Hasil Analisis Bivariat Hubungan antara Depresi dengan Kecanduan Internet

Berdasarkan hasil analisis pada penelitian ini, didapatkan bahwa kecanduan internet memiliki hubungan bermakna dengan resiko depresi (nilai $p = 0,001 < 0,05$). Hal ini berarti hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kecanduan internet dengan depresi pada siswa diterima. Remaja dengan kecanduan internet juga memiliki risiko 4,1 kali lebih besar mengalami kecenderungan depresi dibandingkan dengan remaja yang tidak kecanduan internet. Hasil ini sejalan dengan penelitian Prihayanti *et al.*, (2021) bahwa ditemukan hubungan signifikan antara depresi dengan adiksi internet (nilai $p = 0,012$). Penelitian lainnya oleh Indra *et al.*, (2019) juga menyatakan bahwa terdapat hubungan antara adiksi internet dengan depresi (nilai $p = 0,0002$). Menurut penelitian Ostovar *et al.* (2016), ditemukan bahwa semakin tinggi tingkat adiksi internet seseorang, maka tingkat stress, depresi, *anxiety*, dan kesepian yang dialami juga akan semakin tinggi.

Menurut teori *the negative consequences model*, adiksi internet yang persisten dapat menimbulkan berbagai dampak yang berujung pada timbulnya depresi (Huang, Liu and Su, 2016). Hal ini dapat disebabkan oleh banyak faktor, salah satunya yaitu berkurangnya waktu untuk berinteraksi sosial. Walaupun pada saat diterapkannya *lockdown* dan *social distancing* membuat remaja memiliki banyak waktu untuk bersama keluarga, tetapi perasaan-perasaan seperti ketakutan terinfeksi virus corona serta munculnya rasa kesepian akibat terlalu lama berdiam di tempat tinggal dan tidak bersosialisasi juga dapat menjadi peningkatan isu-isu kesehatan mental (Kathrine, 2022).

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, penyebab munculnya gejala depresi pada individu yang mengalami kecanduan internet berhubungan dengan penurunan produktivitas, kekurangan waktu tidur, dan kurangnya waktu untuk berinteraksi dengan orang lain. Peran orang tua dan juga lingkungan sekitar telah terbukti berperan penting dalam mengurangi pengaruh adiksi internet terhadap terjadinya depresi, misalnya dengan terus memberikan dukungan positif kepada anak atau teman mereka untuk mengurangi rasa kesepian akibat berkurangnya waktu berinteraksi sosial, membantu mengendalikan waktu penggunaan internet, dan mengalihkan kepada aktivitas-aktivitas positif lainnya (Utami and Nurhayati, 2019).

Namun sebaliknya, seseorang yang depresi juga dapat menggunakan internet untuk mengurangi stress. Menurut Young (2009) seseorang yang adiksi internet termasuk ke dalam kategori gangguan pada kesehatan mental karena sering digunakan sebagai

mekanisme koping depresi. Hal ini terjadi karena beberapa individu yang mengalami gangguan psikososial, merasa diri kurang berkompeten untuk membangun hubungan sosial secara langsung sehingga lebih memilih untuk berinteraksi melalui internet karena dapat mengurangi kecanggungan ketika berinteraksi secara langsung (Indra, Dundu dan Kairupan, 2019). Seperti yang kita ketahui bahwa manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan interaksi dengan orang lain, sehingga bagi mereka yang mengalami gangguan psikososial dapat memenuhi kebutuhannya melalui internet dan menyebabkan orang tersebut menghabiskan waktunya untuk menggunakan internet.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara intensitas penggunaan internet dengan resiko gangguan depresi pada siswa SMA X Kota Mataram, didapatkan bahwa angka kejadian kecanduan internet pada siswa sebesar 27,8%. Kemudian resiko gangguan depresi pada siswa yang dideteksi menggunakan *Child Depression Inventory* (CDI) sebesar 57,4%. Selanjutnya pola penggunaan internet pada remaja untuk perangkat yang dominan digunakan adalah *smartphone*, tujuan utama penggunaan internet adalah media sosial dan hiburan, serta aplikasi yang paling banyak digunakan adalah media sosial. Terakhir hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara intensitas penggunaan internet dengan resiko gangguan depresi pada siswa SMA X Kota Mataram.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Anggraini, D., Nuryanto, M. K. and Nugrahayu, E. Y. (2021) 'Hubungan Antara Internet Addiction dengan Depresi pada Siswa SMA Negeri 3 Samarinda Pengguna Smartphone', *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(4), pp. 506–511. doi: 10.25026/jsk.v3i4.439.
- [2] Azizah, S. M., Andayani, T. R. and Scarvanovi, B. W. (2019) 'Kualitas Relasi Remaja dan Orang Tua dengan Kecanduan Internet pada Siswa Sekolah Menengah Atas Pengguna Smartphone', *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 9(2), pp. 112–121. doi: 10.26740/jptt.v9n2.p112-121.
- [3] Bibelia, J., Hidayati, N. and Somantri, I. (2021) 'Pola asuh orang tua pada remaja dengan kecanduan internet', *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15, pp. 166–175. doi: 10.33024/hjk.v15i1.4629.
- [4] Caponnetto, P. et al. (2021) 'Smartphone addiction across the lifetime during Italian lockdown for COVID-19.', *Journal of addictive diseases*, 39(4), pp. 441–449. doi: 10.1080/10550887.2021.1889751.
- [5] Chung, S. and Lee, J. (2019) 'Personal Factors, Internet Characteristics, and Environmental Factors Contributing to Adolescent Internet Addiction: A Public Health Perspective', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(4635), pp. 1–12.
- [6] Darmayanti, N. and Tarbiyah, F. (2008) 'Meta-Analisis: Gender Dan Depresi Pada Remaja', *Jurnal Psikologi*, 35(2), pp. 164–180.
- [7] Dianoviana, K. (2018) 'Depresi pada Remaja: Gejala dan Permasalahannya', *Jurnal Psikogenesis*, 6(1), pp. 69–78.
- [8] Dirgayunita, A. (2016) 'Depresi: Ciri, Penyebab dan Penangannya', *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 1(1), pp. 1–14. doi: 10.33367/psi.v1i1.235.

- [9] Fitriana, V. and Mustafida, S. (2019) 'Gambaran pola asuh keluarga dengan tingkat depresi pada remaja', Jurnal Profesi Keperawatan, 6(1), pp. 91–104. Available at: <http://jurnal.akperkridahusada.ac.id/index.php/jpk/article/view/65>.
- [10] Gorain, S. C. et al. (2018) 'Social Isolation in Relation to Internet Usage and Stream of Study of Under Graduate Students', American Journal of Educational Research, 6(4), pp. 361–4. doi: 10.12691/education-6-4-10.
- [11] Hadi, I. et al. (2017) 'Gangguan Depresi Mayor (Mayor Depressive Disorder) Mini Review', Health Information: Jurnal Penelitian, 9(1), pp. 25–40. doi: 10.36990/hijp.v9i1.102.
- [12] Hakim, S. N. and Raj, A. A. (2017) 'Dampak kecanduan internet (internet addiction) pada remaja', Jurnal UNISSULA, 978-602-22(2), pp. 280–284. Available at: jurnal.unissula.ac.id/index.php/ippi/article/download/2200/1662.
- [13] Ho, R. C. et al. (2014) 'The Association Between Internet Addiction and Psychiatric Co-Morbidity: A Meta-Analysis', BMC Psychiatry, 14(183), pp. 1–9. doi: 10.1186/1471-244X-14-183.
- [14] Huang, M., Liu, T. and Su, C. (2016) 'The Association between Internet Addiction and Depression', Taiwanese Journal of Psychiatry, 30(4), pp. 241–249.
- [15] Indra, C. M., Dundu, A. E. and Kairupan, B. H. R. (2019) 'Hubungan Kecanduan Internet dengan Depresi pada Pelajar Kelas XI di SMA Negeri 9 Binsus Manado Tahun Ajaran 2018/2019 1', 1(3), pp. 1–10.
- [16] Kurniasanti, K. S. et al. (2019) 'Internet addiction : A New Addiction ?', Medical Journal of Indonesia, 28(1), pp. 82–91.
- [17] Latief, N. S. A. and Retnowati, E. (2019) 'Loneliness and Self Esteem as Predictor of Internet Addiction In Adolescents', Proceedings of the 3rd International Conference on Current Issues in Education (ICCIE 2018). doi: <https://doi.org/10.2991/iccie-18.2019.65>.
- [18] Leach, C. R. et al. (2021) 'Stressors and Other Pandemic-related Predictors of Prospective Changes in Psychological Distress', The Lancet Regional Health - Americas, 4(100069), pp. 1–8. doi: 10.1016/j.lana.2021.100069.
- [19] Lewis, M. (2017) 'Addiction and the Brain: Development, Not Disease', Neuroethics, 10(1), pp. 7–18. doi: 10.1007/s12152-016-9293-4.
- [20] Li, Y. Y. et al. (2021) 'Internet Addiction Increases in the General Population During COVID - 19 : Evidence From China', The American Journal on Addictions, 30, pp. 389–397. doi: 10.1111/ajad.13156.
- [21] Melina, S. A. and Herbawani, C. K. (2022) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental Remaja Selama Pandemi Covid-19 : Tinjauan Literatur', Media Kesehatan Masyarakat Indonesia, 21(4), pp. 286–291. doi: 10.14710/mkmi.21.4.286-291.
- [22] Mulyati, T. and Frieda, N. (2018) 'Kecanduan Smartphone Ditinjau Dari Kontrol Diri Dan Jenis Kelamin Pada Siswa SMA Mardisiswa Semarang', Jurnal Empati, 7(4), pp. 152–161.
- [23] Mutoharoh, A. et al. (2014) 'Teknik Pengelolaan Diri Perilaku Dalam Menurunkan Kecanduan Internet Pada Mahasiswa Yogyakarta Behavioral', Humanitas: Indonesian Psychological Journal, 6(1), pp. 102–124.
- [24] Ostovar, S. et al. (2016) 'Internet addiction and its psychosocial risks (depression,

- anxiety, stress and loneliness) among Iranian adolescents and young adults: A structural equation model in a cross-sectional study.', *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(3), pp. 257–267. doi: 10.1007/s11469-015-9628-0.
- [25] Prihayanti, N. K. T., Swedarma, K. E. and Nurhesti, P. O. Y. (2021) 'Hubungan Kecanduan Internet Dengan Gejala Depresi Pada Remaja', *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 9(3), p. 347. doi: 10.24843/coping.2021.v09.i03.p14.
- [26] Racine, N. et al. (2021) 'Global Prevalence of Depressive and Anxiety Symptoms in Children and Adolescents during COVID-19: A Meta-analysis', *JAMA Pediatrics*, 175(11), pp. 1142–1150. doi: 10.1001/jamapediatrics.2021.2482.
- [27] Ridlo, I. A. (2020) 'Pandemi COVID-19 dan Tantangan Kebijakan Kesehatan Mental di Indonesia', *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 5(2), pp. 162–171. doi: 10.20473/jpkkm.V5I22020.162-171.
- [28] Safitri, Y. and Hidayati, N. E. (2013) 'Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Depresi Remaja Di Smk 10 November Semarang', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 1(1), pp. 11–17.
- [29] Saputra, A. (2019) 'Survei Penggunaan Media Sosial Di Kalangan Mahasiswa Kota Padang Menggunakan Teori Uses and Gratifications', *Baca: Jurnal Dokumentasi Dan Informasi*, 40(2), p. 207. doi: 10.14203/j.baca.v40i2.476.
- [30] Saragih, E. S. (2020) 'Kontrol Diri dan Kecenderungan Internet Addiction Disorder', *Philanthropy Journal of Psychology*, 4(1), pp. 57–58. doi: 10.26623/philanthropy.v4i1.1859.
- [31] Shaw, M. and Black, D. W. (2008) 'Internet addiction: definition, assessment, epidemiology and clinical management.', *CNS drugs*, 22(5), pp. 353–365. doi: 10.2165/00023210-200822050-00001.
- [32] Siste, K. et al. (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, pp. 1–11. doi: 10.3389/fpsy.2020.580977.
- [33] Song, I. et al. (2004) 'Internet Gratifications and Internet Addiction: On the Uses and Abuses of New Media.', *Cyberpsychology & behavior: the impact of the Internet, multimedia and virtual reality on behavior and society*, 7(4), pp. 384–394. doi: 10.1089/cpb.2004.7.384.
- [34] Suryaningsih, Fakhri, N. and Ridfah, A. (2021) 'Shyness dan kecanduan internet pada mahasiswa', *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 1(1), pp. 68–78.
- [35] Taywade, A. and Khubalkar, R. (2019) 'Gender differences in smartphone usage patterns of adolescents', *The International Journal of Indian Psychology*, 7, pp. 509–515. doi: 10.25215/0704.060.
- [36] Tereshchenko, S. and Kasparov, E. (2019) 'Neurobiological Risk Factors for the Development of Internet Addiction in Adolescents Sergey', *Behavioral Sciences*, 9(62), pp. 1–6. doi: 10.3390/bs9060062.
- [37] Torales, J. et al. (2020) 'The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health.', *The International journal of social psychiatry*, 66(4), pp. 317–320. doi: 10.1177/0020764020915212.
- [38] Tujuwale, A. et al. (2016) 'Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Tingkat Depresi Pada

- Siswa Kelas X Di Sma Negeri 1 Amurang', eJournal Keperawatan, 4(1), pp. 1–8.
- [39] Utami, T. W. and Nurhayati, F. (2019) 'Kecanduan Internet Berhubungan Dengan Interaksi Sosial Remaja', Jurnal Keperawatan Jiwa, 7(1), p. 33. doi: 10.26714/jkj.7.1.2019.33-38.
- [40] Whiting, A. and Williams, D. (2013) 'Why people use social media: a uses and gratifications approach', Qualitative Market Research: An International Journal, 16(4), pp. 362–369. doi: 10.1108/QMR-06-2013-0041.
- [41] Wiener, J. M. and Dulcan, M. K. (2004) Textbook of Child and Adolescent Psychiatry. 3rd Edition.
- [42] Yongky (1990) Penentuan Validitas dan Reliabilitas Child Depression Inventory. Universitas Indonesia.
- [43] Young, K. et al. (1999) 'The Mental Health Concern for the New Millenium Cyber Psychology&Behavior', Cyber-Disorders, 3(5), pp. 475–479.
- [44] Young, K. S. (1998) 'Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder', CyberPsychology and Behavior, 1(3), pp. 237–244. doi: 10.1089/cpb.1998.1.237.
- [45] Young, K. S. (1999) 'Internet Addiction: Symptoms, Evaluation and Treatment', Bmj, 17, pp. 19–31. doi: 10.1136/sbmj.9910351.
- [46] Young, K. S. (2009) 'Understanding Online Gaming Addiction.Pdf', The American Journal of Family Therapy, 37, pp. 355–372.
- [47] Young, K. S. and Rogers, R. C. (1998) 'The Relationship Between Depression and Internet Addiction', Cyberpsychology and Behavior, 1(1), pp. 25–28. doi: 10.1089/cpb.1998.1.25.
- [48] Zegarra Zamalloa, C. O. and Cuba Fuentes, M. S. (2017) 'Frequency of Internet Addiction and Development of Social Skills in Adolescents in an Urban Area of Lima.', Medwave, 17(1), p. e6857. doi: 10.5867/medwave.2017.01.6857.
- [49] Zhu, Y., Zhang, H. and Tian, M. (2015) 'Molecular and Functional Imaging of Internet Addiction', BioMed Research International. Edited by A. C. Civelek, 2015, p. 378675. doi: 10.1155/2015/378675.