Jurnal Ilmiah ZONA PSIKOLOGI Universitas Batam

p - ISSN: 2654-846
e - ISSN: 2798-9321

http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi

GAMBARAN PROBLEMATIC INTERNET USE PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS BATAM

Dyna Salawaty Maulidya[1], Stephanie Young[2], Serlyna[3], Maryana[4]
102222007@univbatam.ac.id
Program studi Psikologi, Universitas Batam

Abstrak: Penggunaan internet yang semakin meluas di kalangan mahasiswa membawa dampak positif dan negatif dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu dampak negatif yang menjadi perhatian adalah *Problematic Internet Use* (PIU), yaitu penggunaan internet yang berlebihan dan tidak terkendali sehingga dapat mengganggu fungsi akademik maupun sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat *Problematic Internet Use* pada mahasiswa Psikologi Universitas Batam angkatan 7 dan 8. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif deskriptif dengan teknik *simple random sampling*. Sampel berjumlah 51 mahasiswa dari total populasi 62 mahasiswa. Alat ukur yang digunakan adalah *Problematic Internet Use Questionnaire* (PIUQ) yang terdiri dari 18 item dan mencakup tiga aspek, yaitu *obsession, neglect*, dan *control disorder*. Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori PIU tingkat sedang (66,7%), sementara 33,3% berada pada kategori rendah, dan tidak terdapat responden dengan kategori tinggi. Berdasarkan aspek PIU, aspek *control disorder* memiliki rata-rata tertinggi (38,28%). Temuan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa, khususnya pada usia lebih muda (18-19 tahun), rentan mengalami kesulitan dalam mengontrol penggunaan internet.

Kata Kunci: *Penggunaan Internet Bermasala , Mahasiswa, Kontrol Diri*

Abstract: *The increasing use of the internet among university students has both positive and negative impacts on daily life. One negative impact of concern is Problematic Internet Use (PIU), which is excessive and uncontrolled use of the internet that can interfere with academic and social functioning. This study aims to describe the level of Problematic Internet Use among Psychology students at Batam University, cohorts 7 and 8. The research method used is descriptive quantitative with simple random sampling technique. The sample consisted of 51 students out of a total population of 62 students. The measurement tool used was the Problematic Internet Use Questionnaire (PIUQ), which consists of 18 items and covers three aspects: obsession, neglect, and control disorder. The analysis results showed that the majority of respondents were in the moderate PIU category (66.7%), while 33.3% were in the low category, and there were no respondents in the high category. Based on the PIU aspects, the control disorder aspect had the highest average (38.28%). This finding indicates that students, especially those in the younger age group (18-19 years old), are vulnerable to difficulties in controlling their internet use.*

Keywords: *Problematic Internet Use[1],University Students [2], Self-Control[3]*

Jurnal Ilmiah ZONA PSIKOLOGI Universitas Batam
p - ISSN: 2654-846
e - ISSN: 2798-9321
http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi

PENDAHULUAN

Penggunaan internet sudah menjadi suatu hal yang tidak terpisahkan dari kehidupan setiap individu. Setiap individu membutuhkan internet untuk menunjang berbagai macam aktivitas. Dilansir dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), dikatakan bahwa pengguna internet Indonesia pada tahun 2024 mencapai 221.563.479 jiwa dari total populasi 278.696.200 jiwa penduduk Indonesia di tahun 2023. Berdasarkan survei APJII, terdapat peningkatan sebanyak 1,4% dari tahun sebelumnya dengan tingkat penggunaan internet di Indonesia mencapai 79,5% (APJII, 2024). Kenaikan ini mencerminkan semakin luasnya akses masyarakat terhadap teknologi digital. Hampir semua kalangan, termasuk mahasiswa yang tercatat sebagai salah satu kelompok dengan frekuensi

penggunaan internet yang paling tinggi berdasarkan kategori pekerjaan dan tingkat pemanfaatan internet (APJII, 2022) dalam (Hilmy & Sumaryanti, 2023). Adanya internet membawa dampak positif dan negatif bagi individu. Dari sisi positif, internet memberikan dukungan teknis dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk aspek sosial, pribadi, dan pekerjaan. Melalui aktivitas daring di media sosial, individu dapat berkomunikasi dengan teman dan keluarga serta terhubung dengan orang lain yang memiliki minat serupa dalam komunikasi virtual (Kittinger, Coreia, & Irons, 2011) dalam (Jatmika, 2020). Dibalik itu, penggunaan internet juga memiliki sisi negatif. Sisi negatif internet merujuk pada istilah *Problematic Internet Use* (PIU).

Istilah *Problematic Internet Use* (PIU) menurut (Young & Rogers, 1998; Caplan, 2012) dalam (Jatmika, 2020) merupakan kondisi di mana individu mengalami kesulitan dalam mengelola waktu, sehingga cenderung menggunakan internet secara berlebihan dan menghabiskan waktu yang sangat lama untuk *online*. Sedangkan menurut teori Demetrovics et al., (2008) dalam (Azizah,

p - ISSN: 2654-846
e - ISSN: 2798-9321
http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi

2021), *Problematic Internet Use* (PIU) adalah perilaku adiktif yang ditandai dengan gejala kompulsif dan impulsif serta menyebabkan gangguan dalam hal pekerjaan atau akademik akibat penggunaan internet yang berlebihan. Demetrovics membagi *Problematic Internet Use* (PIU) menjadi tiga dimensi, yaitu *obsession, neglect,* dan *control disorder* (Agriyani & Widyastuti, 2024). *Problematic Internet Use* berbeda dengan *Internet Addiction.* Perbedaannya terletak pada tingkat keparahannya dan cara pengukurannya. *Problematic Internet Use* mencerminkan bentuk ringan atau indikasi awal dari *Internet Addiction*, yang berada di tengah kontinum keparahan, sedangkan *Internet Addiction* berada di kontinum tertinggi. Secara pengukuran, *Internet Addiction* menggunakan *Structure Clinical Process* untuk mendiagnosis gangguan mental, sementara *Problematic Internet Use* diukur secara psikometri melalui kuesioner (Rusliha, 2024).

Penggunaan internet telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Di mana mahasiswa sebagai individu yang sering menggunakan internet dalam menunjang kegiatan akademiknya rentan mengalami *Problematic Internet Use* (PIU). Mahasiswa memanfaatkan internet tidak hanya untuk menunjang kegiatan akademiknya, tetapi juga untuk berkomunikasi secara daring, mencari hiburan, serta mengatasi rasa jenuh (Hilmy & Sumaryanti, 2023). Hal ini ditunjukkan dengan beberapa penelitian mengenai *Problematic Internet Use* (PIU) yang terjadi pada mahasiswa. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Rini et al. (2020) dalam (Octaviani & Hatta, 2024) yang menemukan bahwa 38,33% mahasiswa di Indonesia mengalami *Problematic Internet Use* (PIU) pada tingkat tinggi, sementara 53,33% lainnya berada pada tingkat sedang.

Berdasarkan pemaparan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran *Problematic Internet Use* (PIU)

p - ISSN: 2654-846
e - ISSN: 2798-9321
http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi

pada Mahasiswa Psikologi di Universitas Batam. Dengan memahami pola penggunaan internet di kalangan mahasiswa Psikologi di Universitas Batam, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai sejauh mana *Problematic Internet Use* (PIU) terjadi serta implikasinya terhadap kehidupan akademik dan sosial mahasiswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk melihat gambaran *Problematic Internet Use* pada mahasiswa Psikologi Universitas Batam angkatan 7 dan 8 dengan menggunakan alat ukur yang telah teruji. Alat ukur yang digunakan adalah *Problematic Internet Use Scale* yang telah dikembangkan oleh Zsolt Demetrovics, Beatrix Szeredi, dan Sándor Rózsa. Alat ukur ini terdiri dari 18 item yang memiliki 3 aspek, yaitu *obsession, neglect,* dan *control disorder*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Psikologi Universitas Batam angkatan 7 dan 8 yang berjumlah 62 mahasiswa, dengan jumlah sampel sebanyak 51 sampel.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *simple random sampling*, yang sesuai digunakan pada populasi yang bersifat homogen. Di mana setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih (Bhardwaj, 2019) dalam (Noor et al., 2022). Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran kuesioner yang disusun menggunakan *Google Forms*. Tiap item menggunakan skala likert, dengan pilihan 1 “Sangat Tidak Puas” dan 5 “Sangat Puas. Data yang didapat dianalisis menggunakan SPSS untuk mendapatkan gambaran mengenai *Problematic Internet Use* pada Mahasiswa Psikologi Universitas Batam.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk melihat Gambaran *Problematic Internet Use* (PIU) pada Mahasiswa Psikologi Universitas Batam dengan menggunakan alat ukur yang dikembangkan oleh Zsolt

Jurnal Ilmiah ZONA PSIKOLOGI Universitas Batam
p - ISSN: 2654-846
e - ISSN: 2798-9321
http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi

Demetrovics, Beatrix Szeredi, dan Sándor Rózsa. Alat ukur ini adalah *Problematic Internet Use Scale* yang terdiri dari 18 item sedangan 3 aspek, yaitu *obsession, neglect,* dan *control disorder*. Data penelitian dari skala *Problematic Internet Use* diperoleh melalui perhitungan skor empirik dan skor hipotetik. Deskripsi perhitungan skor data tersebut dapat dilihat pada tabel 1 berikut.

Table 1. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Data Empirik					Data Hipotetik			
	N	Mean	Skor		SD	Mean	Skor		SD
			Min	Max			Min	Max	
Problematic Internet Use	51	41,14	20	66	10,83	54	18	90	18

Tabel di atas menunjukkan bahwa variabel *Problematic Internet Use* memiliki skor maximum hipotetik 90 dan skor minimum 18. Skor minimum 20 dan maximum 66, yang artinya skor yang didapatkan oleh responden masih dalam batas alat ukur. Standar deviasi empirik yang lebih kecil dari standar deviasi hipotetik menunjukkan bahwa penyebaran skor pada data empirik lebih homogen dari nilai rata-rata dibandingkan dengan data hipotetik. Rata-rata skor empirik (41,14) yang lebih rendah dari rata-rata skor hipotetik (54) menunjukkan bahwa tingkat *Problematic Internet Use* lebih rendah dibandingkan dengan nilai rata-rata yang diasumsikan secara teoritis.

Table 2. Kategorisasi *Problematic Internet Use*

Kategori	Pedoman	Skor	N	%
Rendah	$X < (\mu - 1\sigma)$	$X \leq 36$	17	33.3
Sedang	$\mu - 1\sigma \leq X < \mu + 1\sigma$	$36 \leq X \leq 72$	34	66.7
Tinggi	$\mu + 1\sigma \leq X$	$72 \leq X$	0	0
Total			51	100

p - ISSN: 2654-846
e - ISSN: 2798-9321
http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi

Berdasarkan hasil kategorisasi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa subjek yang memiliki kategorisasi *Problematic Internet Use* tinggi sebanyak 0 subjek atau dapat dikatakan bahwa tidak ditemukan subjek yang memiliki tingkat *Problematic Internet Use* tinggi. Terdapat 24 subjek (66,7%) memiliki kategorisasi *Problematic Internet Use* sedang, yang artinya menunjukkan sebagian besar responden mengalami tingkat *Problematic Internet Use* pada tingkat moderat. Sebanyak 17 subjek (33,3%) termasuk dalam kategori rendah, yang berarti responden memiliki tingkat *Problematic Internet Use* yang tergolong ringan.

Table 3. *Problematic Internet Use* Berdasarkan Usia

Usia	N	Mean	Kategori
17 tahun	1	2.00	Tinggi
18 tahun	4	1.75	Tinggi
19 tahun	22	1.82	Tinggi
20 tahun	15	1.60	Sedang
21 tahun	5	1.40	Rendah
22 tahun	2	1.50	Sedang
23 tahun	1	1.00	Rendah
25 tahun	1	1.00	Rendah
Jumlah	51	1.67	Sedang

Berdasarkan data di atas, kelompok usia 19 tahun merupakan kelompok dengan jumlah responden terbanyak (N=22) sekaligus memiliki rata-rata skor PIU tertinggi (Mean=1.82). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa berusia 19 tahun cenderung memiliki perilaku penggunaan internet yang lebih bermasalah dibandingkan kelompok usia lainnya. Kelompok usia 17, 18, dan 19 tahun termasuk dalam kategori tinggi dalam hal PIU, yang dapat diindikasikan sebagai fase usia yang lebih rentan terhadap penggunaan internet secara berlebihan atau tidak

p - ISSN: 2654-846
e - ISSN: 2798-9321
http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi

terkendali. Sebaliknya, kelompok usia 21 tahun ke atas cenderung menunjukkan tingkat PIU yang lebih rendah, terutama usia 23 dan 25 tahun yang memperoleh skor rata-rata 1.00 (rendah). Secara keseluruhan, nilai mean total PIU adalah 1.67, yang termasuk dalam kategori sedang. Ini menunjukkan bahwa secara umum, mahasiswa dalam penelitian ini memiliki tingkat penggunaan internet bermasalah yang moderat, namun terdapat indikasi risiko lebih tinggi pada usia-usia yang lebih muda, khususnya 18–19 tahun.

Table 4. *Problematic Internet Use* Berdasarkan Angkatan

Angkatan	Mean	N	Kategori
7	1.61	18	Sedang
8	1.70	33	Sedang
Total	1.67	51	Sedang

Berdasarkan tabel 4 diatas, angkatan 7 maupun angkatan 8 sama-sama berada dalam kategori sedang dalam hal *Problematic Internet Use* (PIU), dengan angkatan 8 memiliki nilai rata-rata yang sedikit lebih tinggi (1.70) dibandingkan angkatan 7 (1.61). Ini mengindikasikan bahwa meskipun perbedaannya tidak terlalu signifikan, angkatan yang lebih baru (angkatan 8) cenderung memiliki tingkat PIU yang sedikit lebih tinggi, kemungkinan terkait dengan faktor adaptasi digital, beban akademik online, atau kebiasaan penggunaan teknologi.

Table 5. *Problematic Internet Use* Berdasarkan Durasi Penggunaan

Durasi	N	Persentase
1-2 Jam	4	7.84%
3-4 Jam	19	37.25%
>5 Jam	28	54.90%
Total	51	100%

Dalam analisis distribusi jumlah responden berdasarkan kategori durasi penggunaan internet per hari, terlihat bahwa kelompok dengan durasi > 5 jam merupakan yang paling dominan, yaitu sebanyak 28 responden atau setara dengan 54,90% dari total 51 partisipan. Sementara itu, kelompok dengan durasi 3-4 jam diikuti oleh 19 orang, yang mencakup 37,25% dari keseluruhan responden. Adapun kelompok durasi penggunaan internet 1-2 jam hanya melibatkan 4 orang, yang berarti sekitar 7,84% dari total. Hal ini menunjukkan

p - ISSN: 2654-846
e - ISSN: 2798-9321
http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi

bahwa mayoritas partisipan berada pada durasi penggunaan internet selama > 5 jam per hari, sementara durasi 1-2 jam per hari hanya mewakili sebagian kecil dari keseluruhan data yang dianalisis.

Tabel 6. Aspek *Problematic Internet Use*

Aspek	Mean	Persentase
Aspek *Obsession*	12.31	29,93%
Aspek *Neglect*	13.08	31,80%
Aspek *Control Disorder*	15.75	38,28%
Total	41.4	100%

Berdasarkan table diatas, menunjukkan tiga aspek utama *Problematic Internet Use* pada mahasiswa, yaitu *Obsession, Neglect,* dan *Control Disorder*. Aspek *Control Disorder* memiliki nilai rata-rata tertinggi (15,75) dengan kontribusi sebesar 38,28%, menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kesulitan mengontrol penggunaan internet. Disusul oleh aspek *Neglect* (31,80%) yang mencerminkan kecenderungan mengabaikan tanggung jawab akibat penggunaan internet. Sementara itu, aspek *Obsession* (29,93%) menunjukkan keterikatan emosional terhadap internet. Hasil ini menegaskan bahwa kendali diri menjadi faktor utama dalam perilaku penggunaan internet yang bermasalah di kalangan mahasiswa.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa Psikologi Universitas Batam angkatan 7 dan 8 memiliki tingkat penggunaan internet yang bermasalah pada kategori sedang. Sebanyak 66,7% mahasiswa berada di kategori sedang, sementara 33,3% lainnya berada di kategori rendah. Tidak ada mahasiswa yang masuk dalam kategori tinggi, artinya secara umum, mahasiswa belum sampai pada tahap penggunaan internet yang terlalu parah atau mengganggu secara signifikan. Dari tiga aspek yang diteliti, yaitu *obsession*, *neglect*, dan *control disorder*, aspek *control disorder* memiliki skor paling tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar

p - ISSN: 2654-846
e - ISSN: 2798-9321
http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi

mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengontrol waktu dan frekuensi penggunaan internet. Selain itu, ada kecenderungan mahasiswa mengabaikan tanggung jawab dan merasa terikat secara emosional dengan aktivitas online mereka.

Penelitian ini juga menemukan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki durasi penggunaan internet selama lebih dari 5 jam per hari. Mahasiswa dengan usia lebih muda, terutama usia 18-19 tahun, cenderung memiliki tingkat PIU yang lebih tinggi dibandingkan dengan usia yang lebih dewasa. Walaupun tidak terlalu mencolok, mahasiswa angkatan 8 sedikit lebih tinggi tingkat PIU-nya dibandingkan angkatan 7. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun penggunaan internet masih dalam batas wajar, tetap ada risiko yang perlu diwaspadai, khususnya terkait kemampuan mengontrol diri saat online.

DAFTAR PUSTAKA

Agriyani, M. A., & Widyastuti, T. (2024). Adaptasi Skala Problematic Internet Use Questionnaire (PIUQ) Versi Indonesia. *PSIKODIMENSIA*, *22*(2), 157–167. https://doi.org/10.24167/psidim.v22i2.10117

APJII, A. (2024, February 7). *Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia*. https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang

Azizah, N. (2021). *PENGARUH LIFE SATISFACTION DAN LONELINESS TERHADAP PROBLEMATIC INTERNET USE PADA REMAJA AWAL* [Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta]. https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/81721/1/FIDA%20RUSLIHA-FPSI.pdf

Hilmy, R. F., & Sumaryanti, I. U. (2023). Hubungan antara Keterampilan Sosial dengan Problematic Internet Use pada Mahasiswa Kota

p - ISSN: 2654-846
e - ISSN: 2798-9321
http://ejurnal.univbatam.ac.id/index.php/zonapsikologi

Bandung. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, *3*(1), Article 1. https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.5180

Jatmika, D. (2020). *HUBUNGAN ANTARA PSYCHOLOGICAL DISTRESS DAN PROBLEMATIC INTERNET USE PADA MAHASISWA*.

Noor, S., Tajik, O., & Golzar, J. (2022). Simple Random Sampling. *International Journal of Education & Language Studies*, *1*(2). https://doi.org/10.7713/ijms.2013.0032

Octaviani, A. M., & Hatta, I. (2024). Pengaruh Kesepian terhadap Problematic Internet Use pada Mahasiswa Universitas Islam Bandung. *Jurnal Riset Psikologi*, 43–50. https://doi.org/10.29313/jrp.v4i1.3885

Rusliha, F. (2024). *PENGARUH COPING STRATEGIES DAN PEER ATTACHMENT TERHADAP PROBLEMATIC INTERNET USE* [Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta]. https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/81721/1/FIDA%20RUSLIHA-FPSI.pdf