

LITERASI BAHAYA ADIKSI INTERNET DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA JAKARTA SELATAN

Nurbaiti Nurbaiti^{1*}, Sinta Gunawati Sutoro², Eny Supriyaningsih³, Imas Maesaroh⁴,
Sri Wiwik Wiyanti⁵

^{1,2,3}Jurusan Teknik Radiodiagnostik dan Radioterapi, Poltekkes Kemenkes Jakarta II

^{4,5}Jurusan Teknik Gigi, Poltekkes Kemenkes Jakarta II

* Penulis Korespondensi : nurbaiti@poltekkesjkt2.ac.id

Abstrak

Adiksi internet kian marak terjadi di kalangan siswa sekolah. Banyak kasus siswa dengan adiksi internet sepanjang tahun 2020 dan 2021 hingga harus dirawat di rumah sakit. Hal ini menjadi fakta penting bahwa adiksi internet berbahaya dan perlu mendapat perhatian banyak kalangan. Berbagai kondisi mempengaruhi terjadinya adiksi internet, salah satu diantaranya adalah kondisi pandemi Covid-19. Kebijakan social distancing dengan belajar dari rumah secara online sejak pandemi berlangsung menambah risiko terjadinya adiksi internet ini. Ada instrumen sederhana yang dapat digunakan untuk mendeteksi kondisi adiksi internet dan menjadikannya sebagai alarm untuk segera mengetahui dan mengatasi kondisi adiksi ini. Berdasarkan hasil assesmen dengan kuesioner adiksi internet, sebagian besar siswa yang mengikuti kegiatan sosialisasi berada pada kondisi normal. Sebagian siswa terindikasi adiksi internet dan perlu berkonsultasi lebih lanjut. Pendampingan bagi siswa ini diperlukan agar dapat mengembangkan pola kebiasaan berinternet lebih sehat. Kerusakan otak dapat terjadi akibat adiksi internet. Upaya pencegahan perlu dilakukan oleh banyak pihak secara bersama-sama. Kegiatan pengabdian masyarakat di sekolah berperan menguatkan kemampuan warga sekolah untuk mempertahankan dan meningkatkan kemampuan belajar para siswa.

Kata kunci: Adiksi Internet, Kuesioner, Literasi, Siswa

Abstract

Internet addiction is increasingly prevalent in students. Many students with internet addiction in 2020 and 2021 have to be hospitalized. This is an important fact that internet addiction is dangerous and deserves the attention of many people. Various factors influence the occurrence of internet addiction, one of which is the condition of the Covid-19 pandemic. The social distancing policy by studying online since the pandemic took place has increased the risk of this internet addiction. There is a simple instrument that can be used to detect this condition and make it an alarm to immediately find out and deal with this addictive condition. Based on the results of the assessment using the internet addiction questionnaire, most of students who took part in the socialization activities were in normal condition. Some students indicated internet addiction and needed further consultation. Assistance for students is needed in order to develop healthier internet habits. Brain damage can occur due to internet addiction. Prevention efforts need to be carried out by many parties together. Community service activities in schools play a role in strengthening the ability of school community to maintain and improve students' learning abilities.

Keywords: Internet Addiction, Questionnaire, Literacy, Student

1. PENDAHULUAN

Keadaan adiksi internet ditandai dengan gejala kegelisahan sosial, berkurangnya kemampuan emosional dan kontrol diri yang disebabkan oleh kelemahan di otak. Bagian dorsal *Anterior Cingulate Cortex* (dACC) berperan penting dalam kontrol kognitif dan afek negatif,

seperti kecemasan, rasa nyeri dan mengisolasi diri. Kerusakan pada bagian ini akan melepaskan kemampuan kontrol tersebut (Dieter et al. 2017). Secara neurobiologi penggunaan internet yang berlebihan memperlihatkan adanya perubahan di otak pada bagian prefrontal korteks yang mirip dengan kondisi sindrom adiksi lainnya (Kurniasanti et al. 2019).

Berbagai teori berkembang untuk menjelaskan fenomena adiksi internet. Salah satunya adalah *neuropsychological model*. Teori ini menjelaskan bahwa adiksi internet berkaitan dengan adanya sistem dopaminergik yang terstimulasi berlebihan sehingga mengaktifasi sistem reward di otak dan menimbulkan afek positif. Hasilnya orang tersebut akan merasakan kenyamanan, bersemangat dan bisa berkonsentrasi penuh. Efek ini ingin terus menerus diperoleh, sehingga membangkitkan ketagihan atau adiksi untuk terus menggunakan internet akses (Cudo and Zabielska-Mendyk 2019).

Banyak pemberitaan yang muncul sepanjang tahun 2020 dan 2021 berisi tentang kasus adiksi internet pada siswa sekolah, mulai dari siswa sekolah dasar hingga siswa sekolah tingkat menengah di tanah air. Pada bulan Januari 2021 saja sudah ada 200 pasien adiksi internet yang dirawat di Rumah Sakit Jiwa Cisarua, Kabupaten Bandung Barat. Pada sebagian pasien ini kondisi diawali dengan kondisi stress, mengisolasi diri dari pergaulan sosial, dan cenderung tidak punya teman. Penggunaan gawai memperburuk kondisi yang mereka alami. Kasus-kasus ini menarik perhatian para pemangku kebijakan untuk segera menemukan formula bagi penanganan kasus serta pencegahannya di kalangan anak-anak dan remaja (Republika 2021).

Kondisi pandemi COVID-19 memang membutuhkan perhatian khusus. Ada peningkatan prevalensi adiksi internet pada populasi dewasa Indonesia lebih dari 50% menjadi 14,4% dibandingkan kondisi sebelum pandemi. Hasil ini diperoleh dari penelitian yang dilakukan oleh Departemen Ilmu Kesehatan Jiwa, FKUI sepanjang 28 April sampai 1 Juni 2020 secara online dengan cara *respondent driven sampling*. Dengan cara ini responden penelitian turut membantu menyebarkan link kuesioner hingga keseluruhan mencapai 4,734 jumlah responden dengan umur rata-rata 31,84 +/- 7,73 tahun dan sebanyak 55,2% dari responden adalah pria. Responden berasal dari 34 propinsi di Indonesia (Siste et al. 2020).

Dari satu studi metaanalisis yang dilakukan secara global dan mencakup data-data dari 31 negara di dunia didapatkan prevalensi adiksi internet mencapai 6%. Namun angka prevalensi ini tidak sama dengan hasil penelitian lainnya di berbagai negara. Adanya perbedaan metode penelitian, faktor budaya setiap negara dan alat ukur yang digunakan mempengaruhi hasil studi yang dilakukan (Tural Hesapçioğlu and Yeşilova 2020). Istilah adiksi internet diperkenalkan pertama kali oleh seorang pakar Ilmu Kesehatan Jiwa bernama Ivan Golberg di tahun 1995. Beliau menjelaskan bahwa kelainan ini merupakan kebiasaan maladaptif penggunaan internet yang menimbulkan gangguan klinis dengan gejala-gejala khusus. Kemudian di tahun berikutnya Dr. Kimberly Young menyusun serangkaian kuesioner sebagai instrumen untuk menilai kelainan ini.

Beliau mendefinisikan adiksi internet sebagai ketidakmampuan seseorang dalam mengendalikan penggunaan internet sehingga merusak kehidupannya (Prasojo, Maharani, and Hasanuddin 2018).

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan mengeluarkan kebijakan pendidikan jarak jauh sebagai upaya untuk mencegah penularan Covid-19. Kebijakan ini memang terasa dilematis (Kemdikbud 2020). Bukan hanya karena akses internet untuk pembelajaran jarak jauh masih belum merata di tanah air, sehingga proses belajar bagian sebagian siswa kemungkinan tidak berjalan mulus (Natarajan 2020). Namun sejak awal ada kekhawatiran tentang penggunaan internet yang berlebihan bagi siswa. Jika upaya ini tidak dilakukan sejak awal proses pembelajaran jarak jauh, adiksi internet bisa dialami oleh para siswa. Banyak hasil penelitian yang sudah memprediksi risiko ini.

Ada penelitian di Turki yang dilakukan pada 7 Mei – 8 Juni 2012 pada siswa sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas di Sivrihisar, daerah pedesaan wilayah Anatolia, Turki. Disini masyarakatnya hidup dari bercocok tanam dan beternak. Namun demikian para siswa sekolah menengahnya sudah rentan terhadap adiksi internet. Penelitian ini mengungkap bahwa ada 9,7% dari 1157 siswa putra dan putri yang berusia antara 11 hingga 19 tahun mengalami adiksi. Risiko munculnya adiksi pada siswa-siswa ini berkaitan erat dengan waktu pertama kali menggunakan internet yaitu di bawah usia 12 tahun, mengakses internet setiap hari, dan durasi penggunaan internet lebih dari 2 jam per hari. Selain itu adanya rasa kesepian yang dialami siswa menjadi faktor yang juga berhubungan dengan berkembangnya adiksi internet pada para siswa. Kondisi ini ditambah dengan fakta bahwa perkembangan di usia remaja seiring dengan masa pubertas. Mereka berada pada fase kerentanan emotional dan sosial yang tinggi terhadap pengaruh eksternal (Koyuncu, Unsal, and Arslantas 2014). Dari penelitian lain juga diketahui bahwa tingginya rasa percaya diri (*self-esteem*) pada remaja dapat menjadi kekuatan dirinya untuk mengontrol penggunaan internet hingga tidak jatuh pada kondisi adiksi (Tural Hesapçioğlu and Yeşilova 2020).

Sejak terjadinya pandemi Covid-19 WHO memberikan instruksi pada negara-negara di dunia untuk melakukan *social distancing*. Upaya ini dilakukan untuk mencegah penularan yang cepat dari penyakit ini dan menurunkan morbiditas serta mortalitas Covid-19 ini. Pemerintah Indonesia pada bulan April 2020 mulai melakukan *social distancing* melalui kebijakan PSBB atau Pembatasan Sosial Berskala Besar. Kondisi PSBB membuat perubahan pada pola kehidupan masyarakat. Mobilitas mereka lebih terbatas. Perubahan ini cukup mengagetkan dan mendorong mereka melakukan komunikasi dan mencari informasi melalui internet (Siste et al. 2020).

Taiwan juga mengalami permasalahan yang mirip dengan Indonesia. Di masa pandemi Covid-19 masalah adiksi internet menjadi isu penting kesehatan di negeri ini. Tercatat penambahan prevalensi adiksi internet di kalangan remajanya mencapai 24,4%. Hasil ini diperoleh dari sebuah survei yang dilakukan pada tanggal 2 – 27 Maret 2020. Kejadian adiksi internet tertinggi terjadi pada siswa sekolah menengah tingkat pertama (SMP). Adanya dukungan yang besar untuk menggunakan internet dan kurangnya perhatian dari keluarga menjadi faktor yang mendorong munculnya kondisi ini. Para ahli juga memperkirakan bahwa kondisi pandemi menyebabkan distress pada para siswa SMP (Lin 2020).

Bertahan di rumah dengan belajar secara online menyebabkan pada remaja mendapatkan kesempatan untuk mencari dan mengakses informasi lebih lama melalui internet. Mereka kemungkinan mencari banyak pengetahuan tentang Covid-19 dan berinteraksi dengan teman-temannya secara online. Akses informasi melalui internet kian bertambah dan bisa tak terkontrol hingga menimbulkan kondisi adiksi internet (Lin 2020).

Adiksi Internet menjadi isu kesehatan yang merebak di Indonesia dan berbagai negara di dunia di tengah upaya *social distancing* besar-besaran yang direkomendasikan WHO sebagai dalam rangka mencegah penularan Covid-19.

Penggunaan internet menjadi pilihan bagi banyak pelajar dan mahasiswa di seluruh dunia, sejak kementerian pendidikan mengambil kebijakan untuk belajar jarak jauh atau belajar secara online. Ini adalah pilihan yang dilematis, padahal para ahli sudah mengetahui bahwa ada risiko dibalik penggunaan internet yang berlebihan. Risiko penggunaan internet dalam waktu yang lama akan menimbulkan kondisi adiksi. Adiksi adalah keadaan patologi yang mempengaruhi fungsi otak.

Data BPS tahun 2018 memperlihatkan bahwa kepemilikan telepon seluler di Indonesia mencapai 62,41%. Kepemilikan perangkat telepon seluler ini disertai pula oleh penambahan jumlah komputer (20,05%) dan internet akses (66,22%) di rumah tangga Indonesia. Pada catatan lainnya BPS mencatat persentase pengguna internet dalam tiga bulan terakhir di tahun 2014 mencapai 17,14 % dan tahun 2018 meningkat pesat hingga 39,90 % (Statistik 2020).

Angka penetrasi internet di awal tahun 2021 telah mencapai 73,7% dan jumlah pengguna internet menembus angka 202,6 juta jiwa. Penduduk Indonesia saat ini 274,9 juta jiwa. Sebuah peningkatan yang cukup signifikan. Fakta ini perlu menjadi fokus perhatian kita akan dampak penetrasi internet di kalangan muda Indonesia, khususnya remaja (Statistik 2020).

Penduduk di DKI Jakarta memiliki tingkat penggunaan internet yang tinggi yaitu untuk rumah tangga mencapai 34,49% dan individu 82,63%. Telepon

seluler atau *smartphone* menjadi perangkat utama mengakses internet hingga mencapai 98,55% penggunaannya (Kemkominfo 2019).

Penggunaan telepon pintar atau *smartphone* di kalangan remaja memicu adiksi internet. Telepon pintar sangat mudah digunakan dan memiliki banyak fitur media sosial yang mengasyikkan. Selain itu telepon pintar mudah menjerumuskan penggunanya pada kenikmatan sensasi sentuhannya atau populer dengan sebutan *Need for Touch*. Jika remaja terjebak pada kebiasaan penggunaan media sosial yang berlebihan dengan telepon pintarnya maka akan mudah dihantui rasa takut akan kehilangan momen kebersamaan dengan temannya atau *Fear of Missing Out* (FoMO) (UNAIR News 2020).

Fakta di atas menyadarkan kita bahwa dibutuhkan kerja keras untuk mendorong pemanfaatan teknologi digital untuk mencerdaskan masyarakat, sambil terus mendorong penggunaan internet sehat khususnya di kalangan usia muda. Untuk itu upaya pencegahan penggunaan internet berlebihan bagi remaja khususnya siswa SMP yang sedang berada pada proses pubertas.

Program pencegahan adiksi internet pada anak dan remaja telah digagas melalui beberapa model, antara lain dengan cara melakukan beberapa aktifitas berikut ini (Kurniasanti et al. 2019):

- a. Keluarga membuat aturan penggunaan internet di rumah dengan menentukan waktu akses internet
- b. Orang dewasa yang berperan mengawasi penggunaan internet anak-anak dan remaja di rumah
- c. Para pendidik di sekolah melakukan kegiatan sosialisasi tentang penggunaan internet yang sehat dan aman kepada siswa dan orang tuanya
- d. Peningkatan keterampilan orang tua dalam berkomunikasi dengan anak-anak mereka dan mampu mengarahkan mereka dalam penggunaan internet
- e. Peningkatkan peran pemerintah dalam mengimplementasikan kebijakan agar tidak terjadi kasus adiksi internet di masyarakat

Tentu kita berharap pandemi Covid-19 mereda dalam waktu cepat dan anak-anak sekolah kembali belajar dengan tenang di sekolah-sekolah mereka.

Untuk itu tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk:

- a. Melakukan assessmen adiksi internet di kalangan para siswa.
- b. Memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang bahaya adiksi internet dan upaya pencegahannya.
- c. Menyampaikan hasil assessmen adiksi internet kepada sekolah untuk masukan bagi program pembinaan para siswanya di sekolah.

Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Literasi Bahaya Adiksi Internet

2. BAHAN DAN METODE

Pada tahap awal tim pengabdian masyarakat mengundang pihak sekolah untuk mengadakan kegiatan untuk meningkatkan literasi akan bahaya adiksi internet bagi siswa-siswi di sekolahnya. Beberapa pertemuan persiapan diselenggarakan untuk menyusun agenda kegiatan. Sekolah yang terlibat dalam kegiatan ini adalah SMP Islam Terpadu Ar-Rahman yang terletak di Kotamadya Jakarta Selatan, Propinsi DKI Jakarta.

Pihak sekolah menyiapkan tempat dan mengkondisikan kesiapan para siswa-siswi yang ikut dalam kegiatan ini. Kegiatan ini masuk dalam salah satu agenda kegiatan sekolah.

Kegiatan literasi bahaya adiksi internet dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu:

- a. Seminar bahaya adiksi internet bagi para siswa.
- b. Pengisian kuesioner adiksi internet secara mandiri oleh para siswa.

Kegiatan assesmen adiksi internet menggunakan instrumen pengukuran adiksi internet KDAI (Kuesioner Diagnostik Adiksi Internet) yang sudah diuji validitas pengukurannya oleh peneliti dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.

Instrumen dalam bentuk kuesioner adiksi internet versi bahasa Indonesia ini telah diadaptasi dari instrumen aslinya. Instrumen awal dikembangkan oleh Dr. Kimberly Young (Siste et al. 2021). Kuesioner adiksi internet ini sebelumnya juga telah dikaji oleh peneliti dari Institut Teknologi Bandung. Laporan penelitiannya dipublikasikan pada jurnal yang diterbitkan pada tahun 2018 (Prasojo et al. 2018).

Data hasil pengisian kuesioner diharapkan dapat memberikan informasi tentang karakteristik siswa dan tingkat adiksi internetnya. Data dirangkum dalam bentuk laporan dan diserahkan kepada sekolah.



Pemberian pengetahuan dan pemahaman tentang bahaya adiksi internet disajikan dalam bentuk seminar dan dikemas secara interaktif dengan diselingi permainan atau *games*. Pola ini sesuai dengan karakteristik peserta yang sudah akrab dengan berbagai fitur dalam perangkat telepon pintarnya dan berbagai aplikasi digital. Penyelenggaraan kegiatan ini seperti tampak pada gambar 1.

Pengetahuan tentang bahaya adiksi internet diberikan kepada peserta dengan materi pembuka tentang Bagaimana anatomi dan fungsi otak serta pentingnya peran otak dalam proses belajar dan meraih kesuksesan di masa depan. Dengan demikian diharapkan mereka mengerti mengapa kondisi adiksi karena kebiasaan berinternet secara berlebihan dan tanpa manfaat yang jelas harus dihindari.

Pola mengatur interaksi dengan internet untuk belajar, bersosialisasi atau menikmati hiburan menjadi keterampilan penting yang harus dimiliki para siswa. Orang tua, guru dan pihak sekolah perlu mendukung mereka agar dapat menemukan kemandirian dalam kebiasaan berinternet secara bijak. Dengan demikian belajar online selama masa pandemi Covid-19 pun diharapkan dapat berjalan baik dengan tetap meminimalkan resiko terjadinya adiksi internet.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat diselenggarakan pada hari Kamis, 24 Maret 2022 di lingkungan SMP Islam Terpadu Ar-Rahman. Peserta yang mengikuti kegiatan adalah seluruh siswa kelas 8 yang berjumlah 79 orang didampingi para guru. Kegiatan berlangsung pukul 07.30 – 11.00 WIB. Agenda kegiatan terdiri dari acara pembukaan oleh pihak sekolah, literasi bahaya adiksi internet dan dilanjutkan pengisian kuesioner adiksi internet bersama-sama. Kepala sekolah Ibu Siti Syaroh, S.Pd membuka kegiatan ini terlebih dahulu dengan disertai pemberian motivasi tentang pentingnya menjaga otak dari resiko kerusakan.

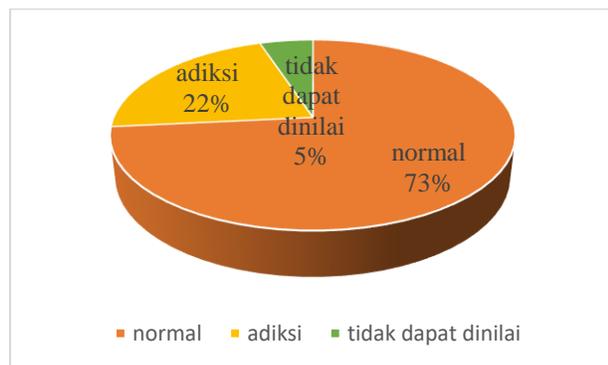
Sepanjang kegiatan ini peserta antusias menyampaikan berbagai pertanyaan. Beberapa pertanyaan yang diajukan antara lain: apakah adiksi internet dapat disembuhkan, berapa lama mengakses internet yang aman dan bagaimana proses adiksi internet dapat merusak otak. Diantara mereka ada yang menceritakan bahwa aktifitas berinternetnya yaitu untuk belajar, berkomunikasi dengan rekan sebayanya serta untuk menikmati hiburan, diantaranya game online.

Hasil pengisian kuesioner adiksi internet menunjukkan hasil sesuai dengan tabel 1. Tabel ini menjelaskan bahwa dari 79 siswa terdapat 58 siswa atau 22% yang mendapatkan nilai hasil pengisian kuesioner

adiksi internet diatas angka 107, terindikasi adiksi internet. Sebagian besar diantara mereka yaitu 58 siswa atau 73% berada dalam kategori normal. Sementara 4 siswa hasil pengisian kuesionernya tidak dapat dinilai atau error.

Hasil penilaian ini merupakan *screening* atau deteksi awal. Untuk itu perlu penilaian lebih lanjut karena banyak faktor yang dapat kondisi adiksi internet. Konsultasi pada dokter atau tenaga kesehatan lainnya dapat dilakukan sebagai tindak lanjut.

Tabel 1. Hasil penilaian kuesioner adiksi internet



Hasil penilaian ini merupakan *screening* atau deteksi awal. Untuk itu perlu penilaian lebih lanjut karena banyak faktor yang mempengaruhi kondisi adiksi internet. Untuk itu dukungan semua orang di sekitar mereka amat dibutuhkan untuk membantu kembali pada kondisi normal. Konsultasi pada dokter atau tenaga kesehatan lainnya dapat dilakukan sebagai tindak lanjut.

Kegiatan ini memberikan manfaat penting bagi para siswa tentang bahaya adiksi internet dan pengaruhnya pada kemampuan kognitif serta dampaknya pada masa depan mereka. Ancaman adiksi internet bisa bersifat jangka panjang dan mempengaruhi kualitas kehidupan mereka di masa depan.

Rusaknya otak yang menyebabkan menurunnya kemampuan kognisi akibat adiksi internet menjadi kehilangan yang sangat besar bagi masa depan mereka. Untuk itu pengetahuan dan pemahaman yang benar tentang bahaya adiksi internet menjadi modal untuk melakukan tindakan preventif sejak dini secara mandiri.

Kenaikan angka kejadian kasus adiksi internet di kalangan remaja akan mengancam proses pembangunan. Pribudiarta Nur Sitepu, Sekretaris Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) pernah menyebutkan dalam Seminar Hari Anak Nasional di Jakarta pada tahun 2018 bahwa penggunaan internet yang berlebihan dapat mengancam bonus demografi yang akan hadir di Indonesia sekitar tahun 2030. Untuk itu berbagai upaya pencegahan perlu segera dilakukan (Herald et al. 2021).

Hasil Assesmen tingkat adiksi internet pada para siswa menjadi bahan pembelajaran bagi kita semua bahwa bahaya itu ada di tengah-tengah kita. Kewaspadaan terhadap adiksi internet harus dihadirkan sesegera mungkin dengan fakta yang nyata.

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini diharapkan dapat membantu sekolah dalam mengembangkan program belajar yang baik, dan mencegah siswa dari adiksi internet, sekalipun telepon pintar (*smart-phone*) dan perangkat digital lainnya seperti komputer, tablet atau lap top menjadi piranti yang dibutuhkan saat ini dalam mendukung proses belajar. Budaya dan kebiasaan mengakses internet secara sehat dapat dikembangkan menjadi salah satu kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS)

4. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di SMP Islam Terpadu Ar-Rahman telah memberikan gambaran kondisi adiksi internet para siswanya. Para siswa dan guru-guru yang mendampingi juga sudah mendapatkan bekal pengetahuan tentang apa itu adiksi internet dan upaya pencegahannya.

Untuk itu tim pengabdian masyarakat berharap kegiatan ini menjadi bekal bagi para guru, siswa dan lingkungan sekolah untuk siap menghadapi tantangan ini, sehingga pencegahan adiksi internet dapat dilaksanakan sejalan dengan kegiatan belajar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada Poltekkes Kemenkes Jakarta II yang telah mendukung kegiatan pengabdian masyarakat, kepala sekolah dan tim pengelola di SMP Islam Terpadu Ar-Rahman sebagai mitra kegiatan ini dan Kecamatan Pesanggrahan, Jakarta Selatan. Tak lupa pula kami sampaikan rasa terima kasih atas bantuan berbagai pihak yang tidak dapat disebutkan satu demi satu sehingga kegiatan dapat terselenggara dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Cudo, Andrzej, and Emilia Zabielska-Mendyk. 2019. "Cognitive Functions in Internet Addiction – a Review." *Psychiatria Polska* 53(1).
- Dieter, Julia, Sabine Hoffmann, Daniela Mier, Iris Reinhard, Martin Beutel, Sabine Vollstädt-Klein, Falk Kiefer, Karl Mann, and Tagrid Leménager. 2017. "The Role of Emotional Inhibitory Control in Specific Internet Addiction – an FMRI Study." *Behavioural Brain Research* 324.
- Herald, Hidayah Mualaf, Penyebab Muslim, Apakah Benar, Rasulullah Pernah, and Terhadap Republik. 2021. "KPPPA : Dampak Buruk Internet Ancam Bonus."
- Kemdikbud. 2020. "Mendikbud Terbitkan SE Tentang

- Pelaksanaan Pendidikan Dalam Masa Darurat Covid-19.” *Kemdikbud* 1–3.
- Kemkominfo, RI. 2019. “Survei Penggunaan Teknologi Informasi Dan Komunikasi DKI Jakarta.” 17.
- Koyuncu, Tugce, Alaettin Unsal, and Didem Arslantas. 2014. “Assessment of Internet Addiction and Loneliness in Secondary and High School Students.” *Journal of the Pakistan Medical Association* 64(9).
- Kurniasanti, Kristiana Siste, Pratiwi Assandi, Raden Irawati Ismail, Martina Wiwie Setiawan Nasrun, and Tjhin Wiguna. 2019. “Internet Addiction: A New Addiction?” *Medical Journal of Indonesia* 28(1).
- Lin, Min Pei. 2020. “Prevalence of Internet Addiction during the Covid-19 Outbreak and Its Risk Factors among Junior High School Students in Taiwan.” *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17(22).
- Natarajan, Swaminathan. 2020. “Covid-19 Memicu Ide Akses Internet ‘Jadi Hak Asasi Manusia’, Jutaan Orang Alami Kesenjangan Hingga Harus Naik Ke Atap Rumah.” *Bbc.Com*.
- Prasojo, Rahman Azis, Devira Anggi Maharani, and Muhammad Ogin Hasanuddin. 2018. “Mengujikan Internet Addiction Test (IAT) Ke Responden Indonesia.” (August 2019).
- Republika. 2021. “Ratusan Anak Kecanduan Gadget, Wagub Uu Buat ‘Setangkai.’” *Republika*, 2021 6.
- Siste, Kristiana, Enjeline Hanafi, Lee Thung Sen, Hans Christian, Adrian, Levina Putri Siswidiani, Albert Prabowo Limawan, Belinda Julivia Murtani, and Christiany Suwartono. 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.
- Siste, Kristiana, Christiany Suwartono, Martina Wiwie Nasrun, Saptawati Bardosono, Rini Sekartini, Jacub Pandelaki, Riza Sarasvita, Belinda Julivia Murtani, Reza Damayanti, and Tjhin Wiguna. 2021. “Validation Study of the Indonesian Internet Addiction Test among Adolescents.” *PLoS ONE* 16(2 February).
- Statistik, Badan Pusat. 2020. “Statistik Telekomunikasi Indonesia 2019.” *Badan Pusat Statistik* 4(3):135–36.
- Tural Hesapçioğlu, Selma, and Habibe Yeşilova. 2020. “Internet Addiction Prevalence in Youths and Its Relation with Depressive Symptoms, Self-Esteem, and Bullying.” *Anadolu Psikiyatri Dergisi* 21(5):483–90.
- UNAIR News. 2020. “Intensitas Kecanduan Smartphone Di Kalangan Remaja.”