

Hubungan antara Kesepian dan *Internet Addiction* selama Masa Pandemi COVID-19 pada Siswa/i Kelas XI SMA Negeri 99 Jakarta Semester Genap Tahun Ajaran 2021/2022

Relationship between Loneliness and Internet Addiction During The COVID-19 Pandemic on Class XI Students of 99 Jakarta Public High School Even Semester in The Academic Year 2021/2022

Misae Fattah Rizki¹, Sri Hastuti Andayani²

¹Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

²Bagian Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

Email : misae.fattah.rizki@gmail.com

KATA KUNCI Kesepian, *Internet Addiction*, Pandemi, COVID-19, Pelajar

ABSTRAK Saat WHO menyatakan bahwa salah satu pencegahan penularan COVID-19 adalah pembatasan jarak sosial atau *social distancing*, Pemerintah Indonesia melakukan program Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yaitu bekerja dari rumah (*work from home*), pembelajaran jarak jauh/belajar dari rumah (*school from home*), serta melaksanakan kegiatan ibadah dari rumah. Program tersebut dapat menimbulkan kurangnya interaksi sosial pelajar, yang mana dapat meningkatkan kesepian selama masa pandemi. Individu yang merasa kesepian akan mencari cara untuk memenuhi kekosongannya, salah satunya dengan internet. Internet merupakan tempat pelarian atau *coping* bagi banyak individu yang kesepian, dimana internet dapat digunakan untuk membentuk persahabatan secara *online* sehingga dapat mengurangi kesepian, namun jika penggunaannya berlebih dapat berubah menjadi kecanduan atau *internet addiction*. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara kesepian dan *internet addiction* selama masa pandemi COVID-19 pada siswa/i Kelas XI SMA Negeri 99 Jakarta semester genap tahun ajaran 2021/2022. Penelitian ini menggunakan studi observasional dengan pendekatan *cross-sectional* yang dilakukan pada siswa/i dengan rentang usia 15-18 tahun. Hasil penelitian Hasil analisis hubungan kesepian dan *internet addiction* menunjukkan nilai koefisien korelasi (r) = 0.418 dan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$), dapat disimpulkan bahwa kesepian berpengaruh signifikan terhadap *internet addiction*. Kesimpulan pada penelitian ini terdapat korelasi positif antara kedua variabel tersebut, dimana semakin tinggi kesepian maka semakin tinggi tingkat *internet addiction*-nya

KEYWORDS

Loneliness, Internet Addiction, Pandemic, COVID-19, Student.

ABSTRACT

When WHO stated that one way to prevent transmission of COVID-19 is social distancing, the Government of Indonesia carried out a large-scale social restriction program (PSBB), namely work from home, distance learning/learning from home (school from home), and carrying out worship activities from home. Those programs can lead to a lack of social interaction in students' social life cause an increase in loneliness during a pandemic. Individuals who feel lonely will look for ways to fill their emptiness, including the internet. The internet can be a place of escape or coping for many lonely individuals that can form an online friendship, which can cause reducing loneliness despite the excessive use that can turn into an addiction. This study aims to determine the relationship between loneliness and internet addiction during the COVID-19 pandemic in Class XI students at SMA Negeri 99 Jakarta in the even semester of the 2021/2022 academic year. This study used an observational study with a cross-sectional that conducted by students at age 15-18 years old. The results of the analysis of the relationship between loneliness and internet addiction show a correlation coefficient (r) = 0.418 and a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), which concludes loneliness has a significant effect on internet addiction. This study concludes that there is a positive correlation between the two variables, where the higher the loneliness, the higher the level of internet addiction.

PENDAHULUAN

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit menular yang ditemukan pertama kali pada akhir tahun 2019 di kota Wuhan, Provinsi Hubei, Cina (Aziza, et al., 2020). Dikarenakan penyebaran yang cepat dan luas, pada tanggal 11 Maret 2020 *World Health Organization* (WHO) menetapkan penyakit yang diakibatkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARS-CoV-2) ini sebagai pandemi. WHO menyatakan bahwa salah satu pencegahan penularan COVID-19 adalah pembatasan jarak sosial atau *social distancing* (World Health Organization, 2020).

Dalam menanggapi saran dari WHO, Pemerintah Indonesia melakukan program Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yaitu bekerja dari rumah (*work from home*), pembelajaran jarak jauh/belajar dari rumah (*school from home*), serta melaksanakan kegiatan ibadah dari rumah (Damayanti, et al., 2020). Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) juga menerbitkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 yang melahirkan program Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ). Kedua program tersebut dapat menimbulkan kurangnya interaksi sosial pelajar yang mana dapat meningkatkan kesepian selama masa pandemi (Rinaldi, 2021).

Kesepian yaitu pengalaman tidak mengenakkan yang terjadi saat hubungan sosial seseorang secara signifikan rendah secara kualitas maupun kuantitas (Margalit, 2010). Karena bersifat subjektif, individu yang memiliki banyak teman dan kontak

sosial dapat merasa kesepian, sebaliknya individu yang mempunyai sedikit kontak sosial merasa puas dan tidak merasa kesepian (Hawkley & Cacioppo, 2010). Dengan kata lain, kesepian disebabkan oleh ketidakseimbangan antara ekspektasi dan kenyataan kontak sosial yang terjadi sehingga individu mengalami perasaan kesepian.

Individu yang merasa kesepian akan mencari cara untuk memenuhi kekosongannya, salah satunya dengan internet. Internet merupakan tempat pelarian atau *coping* bagi banyak individu yang kesepian, dimana internet dapat digunakan untuk membentuk persahabatan secara *online* sehingga dapat mengurangi kesepian, namun jika penggunaannya berlebih dapat berubah menjadi kecanduan (Kim, et al., 2009).

Hal tersebut dapat dilihat dengan adanya peningkatan *internet addiction* pada remaja dan anak-anak selama pandemi COVID-19, dimana timbulnya sifat kecanduan akan media sosial dan ketergantungan tidak dapat jauh dari gadget. Menurut penelitian Ratulangi et al., menyatakan bahwa salah satu dampak negatif PJJ adalah *internet addiction*. Hal tersebut menjadi ancaman serius bagi para pengajar maupun pelajar (Ratulangi, et al., 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada hubungan antara kesepian dan *internet addiction* selama masa pandemi COVID-19 pada siswa/i Kelas XI SMA Negeri 99 Jakarta semester genap tahun ajaran 2021/2022 dan ditinjau dari pandangan Islam.

METODOLOGI

Penelitian ini merupakan studi observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dipilih sebagai rancangan penelitian untuk melihat hubungan antara kesepian dan *internet addiction* pada siswa/i kelas XI SMA Negeri 99 Jakarta semester genap tahun ajaran 2021/2022. Sampel penelitian ini didapatkan dari data primer yang diambil dari hasil kuesioner yang diisi oleh siswa/i dengan rentang usia 15-18 tahun yang mengikuti pembelajaran *online* selama 6 bulan terakhir.

Penelitian ini menggunakan pengumpulan data univariat. Dengan menggunakan kuesioner yang disebarakan secara online menggunakan

google form. Kuesioner tersebut menggunakan skala *likert* dan jenis data ordinal. Penelitian ini menggunakan uji hipotesis korelatif untuk menguji korelasi antara tingkat kesepian dengan tingkat *internet addiction* dilakukan uji korelasi *Pearson*, bila data yang diperoleh terdistribusi normal, atau menggunakan uji *Spearman* bila data yang diperoleh tidak terdistribusi normal.

HASIL

Jumlah sampel pada penelitian ini yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 320 responden dengan karakteristik yang mencakup jenis kelamin, usia, tipe keluarga, dan aktivitas *online* yang sering dilakukan. Kategori tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

No.	Karakteristik	Frekuensi (N)	Presentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	129	40.3
	Perempuan	191	59.7
2	Usia		
	15 tahun	1	0.3
	16 tahun	54	16.9
	17 tahun	230	71.9
	18 tahun	35	10.9
3	Tipe Keluarga		
	<i>Nuclear family</i>	299	93.4
	<i>Extended family</i>	10	3.1
	Tanpa keluarga inti	11	3.4
Total		320	100

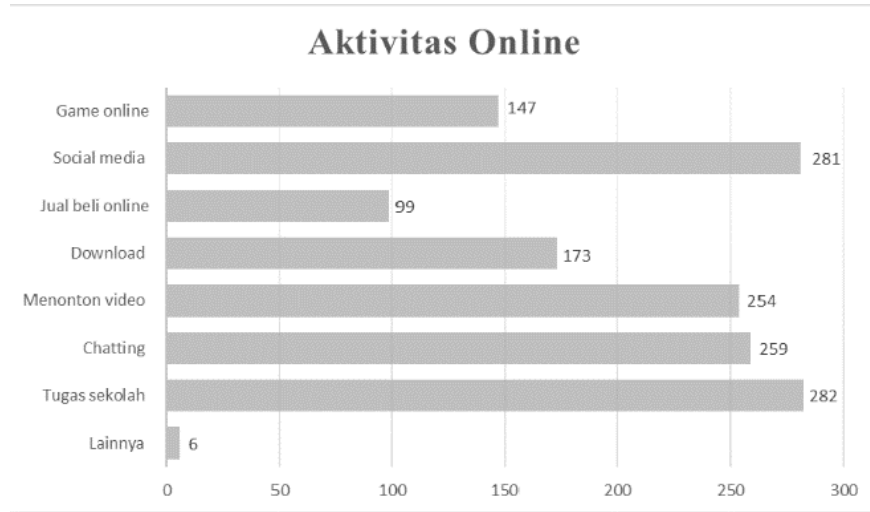
Pada tabel 1 menggambarkan bahwa persentase tertinggi dari variabel jenis kelamin yaitu perempuan sebanyak 191 responden (59.7%). Mayoritas usia responden adalah 17 tahun sebanyak 230 responden (71.9%). Umumnya responden tinggal dengan *nuclear family* yaitu sebanyak 299 responden (93.4%)

dan sisa responden yang tinggal bersama *extended family* sebanyak 10 responden (3.1%) lalu yang tinggal tanpa keluarga inti sebanyak 11 orang (3.4%).

Gambar 1 menunjukkan mayoritas responden menggunakan internet paling banyak untuk

mengerjakan tugas sekolah yaitu 282 responden. Hal tersebut disebabkan oleh program PJJ dimana kegiatan belajar mengajar dilakukan secara *online* yang memerlukan akses internet. Selain itu dapat dilihat bahwa internet sering digunakan untuk mengakses sosial media sebanyak 281 responden. Hal ini

menunjukkan bahwa responden kebanyakan menggunakan internet sebagai sarana berkomunikasi. Responden juga menggunakan internet untuk menonton video, bermain *game online*, *download*, jual beli *online*, dan aktivitas lainnya.



Gambar 1. Distribusi Aktivitas *Online*

Adanya dampak positif dan negatif dilihat dari hasil distribusi aktivitas *online* penggunaan internet, dari sisi dampak positif memiliki aktivitas yang bermanfaat bagi sarana belajar seperti mengakses tugas sekolah, sarana komunikasi dan jual beli *online*. Sedangkan dampak negatif yang terjadi jika terlalu sering mengakses internet akan menyebabkan kecanduan.

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa responden yang tidak

memiliki *internet addiction* serta responden yang memiliki tingkat *internet addiction* yang rendah didominasi oleh responden dengan tingkat kesepian rendah. Sedangkan responden yang memiliki *internet addiction* sedang didominasi oleh responden dengan tingkat kesepian sedang, dan 1 responden dengan *internet addiction* tingkat tinggi merupakan responden yang memiliki tingkat kesepian yang sedang.

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden

Tingkat <i>Internet Addiction</i>	Tingkat Kesenian				Total	
	Tidak Kesenian	Tingkat Rendah	Tingkat Sedang	Tingkat Tinggi		
Tidak Adiksi	N	24	43	16	0	83
	%	28.9%	51.8%	19.3%	0.0%	100%
Tingkat Rendah	N	11	80	53	2	146
	%	7.5%	54.8%	36.3%	1.4%	100%
Tingkat Sedang	N	5	28	54	3	90
	%	5.6%	31.1%	60.0%	3.3%	100%
Tingkat Tinggi	N	0	0	1	0	1
	%	0.0%	0.0%	100%	0.0%	100%
Total	N	40	151	124	5	320
	%	12.5%	47.2%	38.8%	1.6%	100%

Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan SPSS 26 didapat dilihat pada tabel 3 bahwa koefisien korelasi (r) sebesar 0.418 dan nilai signifikansi (P -Value) lebih kecil dari 0.05 yaitu sebesar 0.000, sehingga dapat dinyatakan bahwa H_0 ditolak. Berdasarkan hasil pengujian tersebut

dapat disimpulkan bahwa: “Adanya hubungan positif antara kesepian dan *internet addiction* selama Masa Pandemi COVID-19 pada siswa/i Kelas XI SMA Negeri 99 Jakarta semester genap tahun ajaran 2021/2022”.

Tabel 3. Hubungan Kesenian dengan Internet Addiction

Variabel	p -value	r
Kesenian ↔ <i>Internet Addition</i>	0.000	0.418

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami kesepian selama pandemi COVID-19, yaitu sebesar 87.5%. Hal ini dapat dipicu oleh adanya program pembatasan sosial yang diadakan selama periode tersebut yang mana menyebabkan berkurangnya interaksi sosial atau isolasi sosial dalam kurung waktu yang lama. Isolasi sosial ini mengakibatkan munculnya kesepian. Sebuah studi sebelumnya menemukan bahwa terdapat peningkatan kasus kesepian selama pandemi COVID-19, dimana ditemukan kasus kesepian tingkat tinggi meningkat dari 6% menjadi 21% dari responden (O'Sullivan, et al., 2021).

Pada penelitian ini tidak ditemukan adanya hubungan signifikan antara *internet addiction* dengan usia, jenis kelamin dan tipe keluarga. Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian terdahulu (Prakash, et al., 2020) yang menyebutkan bahwa terdapatnya hubungan yang signifikan antara *internet addiction* dengan ketiga faktor tersebut. Hal ini dapat disebabkan oleh kurangnya variasi latar belakang responden dalam ketiga faktor tersebut, sehingga hasil penelitian ini lebih seragam yang mengakibatkan lebih sulit untuk membandingkan antar kelompok responden.

Hasil uji hipotesis didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kesepian dengan *internet addiction*. Nilai koefisien korelasi pada penelitian ini sebesar 0.418 yang termasuk kategori korelasi sedang dengan nilai positif yang berarti peningkatan kesepian kemungkinan diikuti oleh peningkatan *internet*

addiction. Hasil ini sama dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Alheneidi, et al. (2021) yang dilakukan di Kuwait, Arab Saudi menemukan bahwa terdapatnya hubungan antara kesepian dan *internet addiction*. Kesepian akan mempengaruhi lamanya waktu yang dihabiskan *online*, seperti yang dijelaskan oleh Caplan (2003) penggunaa internet yang tinggi dapat disebabkan oleh perasaan kesepian dan rendahnya dukungan sosial.

KESIMPULAN

Penelitian ini menghasilkan Tingkatan kesepian pada siswa/i Kelas XI SMA Negeri 99 Jakarta semester genap tahun ajaran 2021/2022 paling banyak mengalami kesepian tingkat rendah sebanyak 47.19%, kemudian responden yang mengalami tingkat kesepian sedang sebanyak 38.75%, dan 1.56% mengalami tingkat kesepian tinggi.

Tingkatan *internet addiction* pada siswa/i Kelas XI SMA Negeri 99 Jakarta semester genap tahun ajaran 2021/2022 bermayoritaskan oleh tingkat *internet addiction* rendah sebanyak 45.63%, kemudian sebanyak 28.13% mengalami *internet addiction* tingkat sedang, dan 0.31% mengalami *internet addiction* tingkat tinggi. Terdapatnya hubungan yang signifikan antara kesepian dan *internet addiction* ($p\text{-value} < 0.05$), dimana peningkatan kesepian akan diikuti oleh peningkatan *internet addiction*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Civitas Academica Fakultas Kedokteran Umum Universitas YARSI dan SMA Negeri 99 Jakarta yang telah

mendukung dan memfasilitasi kegiatan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Alheneidi, H., AlSumait, L., AlSumait, D., & Smith, A. P. (2021). Loneliness and Problematic Internet Use during COVID-19 Lock-Down. *Behavioral Sciences*, 11(1), 5. Diunduh dari: <https://doi.org/10.3390/bs11010005>
- Aziza, L., Aqmarina, A., & Ihsan, M. (Eds.). (2020). *Pedoman Pencegahan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19) Revisi 5*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diunduh dari: https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/REV-05_Pedoman_P2_COVID-19_13_Juli_2020_1.pdf
- Caplan, S. E. (2003). Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being. *Communication Research*, 30(6), 625-648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>
- Damayanti, A., Suradika, A., & Asmas, T. B. (2020). Strategi Mengurangi Kejenuhan Anak Dalam Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) melalui Aplikasi ICANDO pada Siswa Kelas I SDN Pondok Pinang 08 Pagsional. *Seminar Nasional Penelitian LPPM UMJ*, 158: 1-10. Diunduh dari: <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnas.li>
- Hawkley, L. C., & Cacioppo, J. T. (2010). Loneliness Matters: A Theoretical and Empirical Review of Consequences and Mechanisms. *Annals of Behavioral Medicine*, 40(2), 218-227. Diunduh dari: <https://doi.org/10.1007/s12160-010-9210-8>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 04 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Coronavirus Disease (COVID-19)*. Diunduh dari: <https://pusdiklat.kemdikbud.go.id/surat-edaran-mendikbud-no-4-tahun-2020-tentang-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-coronavirus-disease-covid-1-9/>
- Kim, J., LaRose, R., & Peng, W. (2009). Loneliness as the cause and the effect of problematic internet use: The relationship between internet use and psychological well-being. *Cyberpsychology and Behavior*, 12(4), 451-455. Diunduh dari: <https://doi.org/10.1089/cpb.2008.0327>
- Margalit, M. (2010). *Lonely Children and Adolescents: Self-Perceptions, Social Exclusion, and Hope* (1st ed.). Springer New York. Diunduh dari <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6284-3>
- O'Sullivan, R., Burns, A., Leavey, G., Leroi, I., Burholt, V., Lubben, J., Holt-Lunstad, J., Victor, C., Lawlor, B., Vilar-Compte, M., Perissinotto, C. M., Tully, M. A., Sullivan, M. P., Rosato, M., Power, J. M., Tiilikainen, E., & Prohaska, T. R. (2021). Impact of the COVID-19 Pandemic on Loneliness and Social Isolation:

- A Multi-Country Study. *International journal of environmental research and public health*, 18(19), 9982. <https://doi.org/10.3390/ijerph18199982>
- Prakash, S., Yadav, J. S., & Singh, T.B. (2020). An online cross-sectional study to assess the prevalence of Internet Addiction among people staying at their home during Lockdown due to COVID-19. *International Journal of Indian Psychology*, 8(3), 424-432. DIP: 18.01.052/20200803, DOI: 10.25215/0803.052
- Ratulangi, A. G., Kairupan, B. H.R., & Dundu, A. E. (2021). Adiksi Internet Sebagai Salah Satu Dampak Negatif Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik*, 13(3), 251-258. Diunduh dari: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/biomedik/article/view/31957/32086>
- Rinaldi, M. R. (2021). Kesepian pada Mahasiswa selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 11(3), 267-277. Diunduh dari: <http://dx.doi.org/10.26740/jptt.v11n3.p267-277>
- World Health Organization. (2020). *Considerations for school-related public health measures in the context of COVID-19*. WHO | World Health Organization. Diunduh dari: <https://www.who.int/publications/i/item/considerations-for-school-related-public-health-measures-in-the-context-of-covid-19>