

# HUBUNGAN TINGKAT ADIKSI INTERNET DENGAN DERAJAT DEPRESI MAHASISWA PREKLINIK FAKULTAS KEDOKTERAN

*Lintang Briliana Aristia<sup>1</sup>, Derri Tallo Manafe<sup>2</sup>, Dyah Gita Rambu Kareri<sup>3</sup>,  
Idawati Trisno<sup>4</sup>*

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana,

<sup>2</sup>Bagian Fisiologi Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana,

<sup>3</sup>Bagian Rehabilitasi Medik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana,

<sup>4</sup>Bagian Kedokteran Komunitas Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana

## ABSTRAK

Internet sebagai alat dan sarana pertukaran informasi komunikasi dalam skala besar telah menjadi kebutuhan hidup sehari-hari. Data Asosiasi Pengguna Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan pengguna internet terbanyak di Indonesia adalah mahasiswa, termasuk mahasiswa kedokteran dibandingkan remaja dan populasi umum. Banyak kemudahan yang ditawarkan oleh internet, namun jika digunakan berlebihan akan berdampak negatif bagi kesehatan. Adiksi internet timbul akibat penggunaan internet berlebihan berkaitan dengan gangguan kesehatan mental seperti depresi. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan antara tingkat adiksi internet dengan derajat depresi mahasiswa prelinik Fakultas Kedokteran. Metode penelitian ini menggunakan analitis observasional dengan rancangan *cross sectional* yang dilakukan pada mahasiswa prelinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana dengan pengisian kuesioner *Young's Internet Addiction Test* (YIAT) dan kuesioner *Patient Health Questionnaire-9* (PHQ-9). Teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive sampling* dengan jumlah responden 80 orang yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian dianalisis secara univariat, dan analisis bivariat menggunakan uji *Spearman*. Dari 80 responden, didapatkan hasil 25 responden (31,3%) mengalami adiksi internet ringan, 51 responden (63,8%) adiksi internet sedang, dan 4 responden (5,0%) mengalami adiksi internet berat. Dari 80 responden juga didapatkan 41 responden (51,3%) mengalami depresi ringan, 13 responden (16,3%) mengalami depresi sedang, 4 responden (5,0%) mengalami depresi berat, dan 22 responden (27,5%) tidak mengalami depresi. Hasil uji analisis bivariat pada penelitian ini diperoleh hasil  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Terdapat hubungan yang signifikan dengan korelasi kuat antara tingkat adiksi internet dengan derajat depresi, yang menandakan semakin tinggi tingkat adiksi internet maka semakin tinggi pula derajat depresi pada Mahasiswa Prelinik Fakultas Kedokteran angkatan 2017, 2018, dan 2019.

**Kata kunci:** Adiksi internet, depresi, mahasiswa kedokteran

## PENDAHULUAN

Internet di era milenium digunakan sebagai alat pertukaran informasi dan sarana komunikasi dalam skala besar sehingga menjadi kebutuhan hidup. Dampak dari meningkatnya penggunaan internet, mengakibatkan kecanduan yang paling banyak dialami oleh generasi muda di seluruh dunia.<sup>(1)</sup> Menurut data statistik pada Juni 2019 tercatat lebih dari 41% dari total populasi dunia atau sekitar 4,13 miliar orang adalah pengguna internet. Indonesia menduduki peringkat keempat dunia persentase tertinggi

pengguna internet di dunia tahun 2019 dengan 171,26 juta orang.<sup>(2)</sup> Data yang dirilis oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia hingga akhir tahun 2018 sebesar 171,17 juta jiwa dan akan mengalami kenaikan setiap tahunnya. Penyebaran pengguna internet di Provinsi Nusa Tenggara dan Bali sebesar 5,2% dari 64,8% pengguna internet di Indonesia dan 55% dari total penduduk Nusa Tenggara Timur merupakan pengguna internet.<sup>(3)</sup>

Rentang usia pengguna internet terbesar pada tahun 2018 yaitu 15-19 tahun (91%) dan 20-24 tahun (88,5%). Berdasarkan data APJII tahun 2016, pengguna internet terbanyak di Indonesia adalah mahasiswa<sup>(3)</sup>. Penggunaan internet telah mendominasi kalangan mahasiswa, termasuk mahasiswa kedokteran dibandingkan remaja dan populasi umum.<sup>(4,5)</sup>

Penggunaan internet pada mahasiswa Fakultas Kedokteran masih sangat tinggi, hal ini disebabkan karena Fakultas Kedokteran menerapkan Kurikulum Berbasis Kompetensi (KBK) dengan pendekatan SPICES (*student centered, problem based, integrated, community based, elective, systematic*) yang menekankan kemandirian untuk mencari dan mempelajari secara lebih mendalam materi-materi yang diberikan selama perkuliahan.<sup>(6,7)</sup>

Internet digunakan kalangan mahasiswa kedokteran untuk mencari literatur dan informasi medis yang relevan karena murah, mudah, dan dapat diakses melalui laptop hingga *smartphone*. Selain itu, internet dapat diakses secara bebas untuk kegiatan santai guna melepas stress dan ketegangan. Penggunaannya pun bervariasi seperti bermain *game online*, menonton film, mengobrol dengan teman melalui situs jejaring sosial, membeli secara kompulsif (*convulsive buying*).<sup>(4,5,8)</sup>

Seiring waktu, batas penggunaan internet fungsional dan disfungsional semakin samar hingga dapat menyebabkan seseorang mengalami adiksi internet. Adiksi Internet adalah sindrom multidimensional terdiri dari tanda-tanda kognitif maladaptif meliputi: gangguan interpersonal, gangguan perilaku, kurang tidur, kinerja akademis yang buruk, penurunan produktivitas kerja, stabilitas emosional<sup>(9,10,11)</sup> dan

menggambarkan ketidakmampuan individu untuk mengendalikan penggunaan internetnya sendiri.<sup>(12,13)</sup>

Menurut Bilge Evran dan kawan-kawan tahun 2018 terdapat kaitan yang kuat antara adiksi internet dengan kondisi psikiatri seperti gangguan kepribadian, kecemasan, insomnia, *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD), fobia sosial, dan depresi.<sup>(9,14)</sup> Depresi mempunyai hubungan paling kuat dengan adiksi internet yaitu sebesar 37% dibanding kondisi psikiatri yang lain.<sup>(15)</sup> Penelitian lainnya yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran di Thailand (2017) dan India Selatan (2018) secara berturut-turut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara adiksi internet dengan depresi sebesar 28,8%.<sup>(10,12)</sup>

Depresi merupakan gangguan mental yang dapat diderita oleh semua tingkatan usia diseluruh dunia baik di negara maju maupun berkembang. Menurut data WHO tahun 2017 sebanyak 322 juta orang hidup dengan depresi, setengah dari jumlah tersebut tinggal di Asia Tenggara dan Wilayah Pasifik Barat. Depresi adalah penyebab utama kecacatan di seluruh dunia, dan dapat menyebabkan seseorang bunuh diri. Hampir 800.000 orang meninggal karna bunuh diri setiap tahun dan merupakan penyebab utama kematian kedua pada usia 15-29 tahun.<sup>(16)</sup>

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik membuat penelitian dengan judul: "Hubungan Tingkat Adiksi Internet dengan Derajat Depresi Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran".

---

\*corresponding author  
Lintang Briliana Arista  
[ohlintang11@gmail.com](mailto:ohlintang11@gmail.com)

## METODE PENELITIAN

Tempat penelitian dilakukan secara daring/*online* menggunakan media *zoom*.

Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2020.

Jenis penelitian yang dilakukan merupakan penelitian analitik observasional dengan *cross-sectional study* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat adiksi internet dengan derajat depresi mahasiswa prelinik Fakultas Kedokteran.

Penilaian adiksi internet dengan menggunakan kuesioner *Young's Internet Addiction Test (YIAT)* dan depresi menggunakan kuesioner *Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9)*.

Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah responden 80 orang yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *spearman*.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah adiksi internet, dan variabel terikat pada penelitian ini adalah depresi.

## HASIL

**Tabel 4.1** Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
17	1	1,3
18	10	12,5
19	19	23,8
20	30	37,5
21	17	21,3
22	3	3,8
Total	80	100

Berdasarkan data pada Tabel 4.1 diketahui bahwa usia dengan jumlah paling banyak dari responden adalah pada usia 20 tahun dengan jumlah 30 orang dan persentase sebesar 37,5%, sedangkan usia dengan jumlah paling sedikit dari responden adalah pada usia 17 tahun dengan jumlah 1 orang dan persentase

1,3%. Usia termuda berada pada usia 17 tahun dan usia tertua berada pada usia 22 tahun.

**Tabel 4.2** Karakteristik Responden Berdasarkan Angkatan

Angkatan	Frekuensi	Persentase (%)
2017	24	30,0
2018	37	46,3
2019	19	23,8
Total	80	100

Berdasarkan data Tabel 4.2 didapatkan hasil bahwa jumlah responden dalam penelitian ini adalah 80 responden yang merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana, yang terbagi menjadi 24 responden (30%) merupakan mahasiswa angkatan 2017, 37 responden (46,3%) merupakan mahasiswa angkatan 2018, dan 19 responden (23,8%) merupakan mahasiswa angkatan 2019. Hal ini dikarenakan mahasiswa angkatan 2018 memiliki jumlah paling banyak di FK Undana.

**Tabel 4.3** Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	23	28,8
Perempuan	57	71,3
Total	80	100

Data pada Tabel 4.3 menunjukkan bahwa jumlah responden dalam penelitian ini adalah 80 responden yang merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana, yang terbagi menjadi 23 responden (28,8%) berjenis kelamin laki-laki dan 57 responden (71,3%) merupakan berjenis kelamin perempuan. Jumlah sampel perempuan lebih banyak daripada laki-laki, hal ini sesuai dengan proporsi jumlah mahasiswa

perempuan yang lebih banyak dari laki-laki.

**Tabel 4.4** Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Dengan Derajat Depresi

Jenis Kelamin	Derajat Depresi				Total
	Normal	Ringan	Sedang	Berat	
Laki-Laki	7	10	5	1	23
Perempuan	15	31	8	3	57
Total	22	41	13	4	80

Berdasarkan data pada Tabel 4.4 menunjukkan bahwa dari 57 responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana berjenis kelamin laki-laki dan perempuan didapatkan angka

kejadian depresi berjumlah 42 orang (73,69%) dan dari 23 responden berjenis kelamin laki-laki didapatkan angka kejadian depresi berjumlah 16 orang (69,57%).

**Tabel 4.5** Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Waktu Penggunaan Internet

Lama Waktu Penggunaan Internet	Frekuensi	Persentase (%)
3-4 jam/ hari	5	6,3
4-5 jam/ hari	10	12,5
5-6 jam/ hari	23	28,8
>7 jam/ hari	42	52,5
Total	80	100

Berdasarkan data pada Tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 80 responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana, lama waktu penggunaan internet dengan jumlah terbanyak adalah pada waktu lebih dari 7 jam dalam sehari dengan jumlah 42 orang (52,5%), dan lama waktu penggunaan internet yang paling sedikit pada 3 sampai dengan 4 jam dalam sehari dengan jumlah 5 orang (6.3%).

**Tabel 4.6** Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Waktu Penggunaan Internet Dengan Tingkat Adiksi Internet

Lama Waktu Penggunaan Internet (jam/hari)	Tingkat Adiksi Internet			Total
	Ringan	Sedang	Berat	
3-4	3	1	1	5
4-5	6	4	0	10
5-6	8	15	0	23
> 7	8	31	3	42
Total	25	51	4	80

Berdasarkan data pada Tabel 4.6 menunjukkan bahwa berturut-turut pada penggunaan internet 3-4 jam/hari dan 4-5 jam/hari mayoritas responden mengalami adiksi ringan yaitu 3 orang dan 6 orang, pada penggunaan internet 5-6 jam/hari dan >7 jam/hari mayoritas responden

mengalami adiksi sedang yaitu 15 orang dan 31 orang.

**Tabel 4.7** Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Waktu Penggunaan Internet Dengan Derajat Depresi

Lama Waktu Penggunaan Internet (jam/hari)	Derajat Depresi				Total
	Normal	Ringan	Sedang	Berat	
3-4 jam	2	2	0	1	5
4-5 jam	4	6	0	0	10
5-6 jam	6	9	7	1	23
> 7 jam	10	24	6	2	42
Total	22	41	13	4	80

Berdasarkan data pada Tabel 4.7 menunjukkan bahwa berturut-turut pada penggunaan internet 3-4 jam/hari, 4-5 jam/hari, 5-6 jam/hari, dan >7 jam/hari mayoritas responden mengalami depresi ringan yaitu 2 orang, 6 orang, 9 orang dan 24 orang.

**Tabel 4.8** Distribusi Tingkat Adiksi Internet

Tingkat Adiksi Internet	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	25	31,2
Sedang	51	63,8
Berat	4	5,0
Total	80	100

Berdasarkan data Tabel 4.8 di atas menunjukkan bahwa dari 80 responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana didapatkan sebagian besar dari responden mengalami adiksi internet sedang dengan jumlah 51 orang (63,8%), sedangkan 4 orang (5,0%) responden mengalami adiksi internet berat.

**Tabel 4.9** Distribusi Derajat Depresi

Derajat Depresi	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	22	27,5
Ringan	41	51,3
Sedang	13	16,2
Berat	4	5,0
Total	80	100

Berdasarkan data Tabel 4.9 di atas menunjukkan bahwa dari 80 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana yang mengalami depresi ringan sejumlah 41 orang (51,3%) dan responden yang mengalami depresi berat dengan jumlah 4 orang (5,0%)

**Tabel 4.10** Hubungan Tingkat Adiksi Internet Dengan Derajat Depresi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana

Adiksi Internet	Depresi				Total	Nilai p
	Normal	Ringan	Sedang	Berat		
Ringan	10(12,5%)	12 (15%)	3 (3,8%)	0 (0%)	25(31,3%)	0,000
Sedang	11(13,8%)	28(35,3%)	8 (9,7%)	4 (5%)	51(63,8%)	
Berat	1 (1,3%)	1 (1,3%)	2 (2,5%)	0 (0%)	4 (5%)	
<b>Total</b>	22(27,5%)	41 (51,3%)	13(16,3%)	4 (5%)	80(100%)	

\* p <0,05# Spearman Test

Tabel 4.10 menunjukkan bahwa dari 80 responden yang diteliti, terdapat 25 (31,3%) responden yang mengalami adiksi internet ringan dengan 10 (23,5%) responden tidak mengalami depresi, 12 (15%) responden mengalami depresi ringan, 3 (3,8%) responden mengalami depresi

sedang. Untuk responden yang mengalami adiksi sedang, terdapat 51 (63,8%) responden dengan 11 (13,8%) responden tidak mengalami depresi, 28 (35,3%) responden mengalami depresi ringan, 8 (9,7%) responden mengalami depresi sedang, dan 4 (5,0%) responden mengalami depresi

berat. Terdapat 4 (5,0%) responden yang mengalami adiksi internet berat, dengan 1 (1,3%) responden tidak mengalami depresi, 1 (1,3%) responden mengalami depresi ringan, dan 2 (2,5%) responden mengalami depresi sedang.

Berdasarkan uji statistik menggunakan uji *Spearman Test* diperoleh hasil bahwa nilai tingkat signifikansi  $p = 0,000$  atau  $p < 0,05$  dengan nilai koefisien korelasi 0,561. Koefisien korelasi sebesar 0,561 menunjukkan korelasi positif yang signifikan dengan hubungan yang kuat antara tingkat adiksi internet dengan derajat depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran karena berada pada rentang 0,5 – 0,75<sup>(17)</sup>. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat korelasi positif yang signifikan dengan hubungan yang kuat antara tingkat adiksi internet dengan derajat depresi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana ( $p = 0,000$  atau  $p < 0,05$ ).

## PEMBAHASAN

Adiksi internet merupakan gangguan obsesi/kompulsif yang mendorong seseorang untuk menggunakan internet secara berlebihan, mencakup beragam perilaku masalah dengan kontrol impuls yang dapat terlihat dari ketidakmampuan individu untuk mengontrol penggunaan internetnya sendiri serta dapat berdampak negatif bagi kesehatan psikologis, sosial, dan pekerjaan individu tersebut<sup>(9,13,18)</sup>.

Berdasarkan tabel 4.6 didapatkan data bahwa penggunaan internet 3-4 jam/hari merupakan risiko terjadinya adiksi internet ringan sampai berat, risiko ini meningkat dengan penggunaan internet lebih dari 7 jam/hari dan dapat mengakibatkan adiksi internet sedang hingga berat. Pada tabel 4.7 didapatkan data bahwa penggunaan internet 3-4 jam/hari dapat menjadi risiko terjadinya depresi ringan sampai berat dan angka kejadian depresi ringan dan berat

meningkat pada penggunaan internet lebih dari 7 jam/hari. Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Thummaphorn Boonvisudhi dkk (2017) yang menunjukkan penggunaan internet lebih lama dari 5 jam/hari meningkatkan risiko terjadinya adiksi internet maupun depresi<sup>(10)</sup>.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa insidensi tingkat adiksi internet ringan pada responden berjumlah 25 orang (31,3%), adiksi internet sedang berjumlah 51 orang (63,8%), dan adiksi internet berat berjumlah 4 orang (5,0%). Dari data tersebut rata-rata responden dalam penelitian ini mengalami adiksi internet sedang. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan terhadap 210 mahasiswa kedokteran di Azad Kashmir dengan hasil 107 (52,4%) mengalami adiksi internet sedang, adiksi internet ringan 99 orang (44,3%), dan adiksi internet berat 3 orang (1,4%)<sup>(19)</sup>. Adiksi internet sedang merupakan suatu kondisi dimana seseorang sesekali atau sering mengalami permasalahan karena penggunaan internetnya<sup>(4)</sup>.

Berdasarkan Tabel 4.4 didapatkan data bahwa angka kejadian depresi lebih tinggi pada perempuan yaitu sebesar 42 orang (73,69%) dibandingkan laki-laki yaitu 16 orang (69,57%). Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Thummaphorn Boonvisudhi dkk (2017) mengenai adiksi internet dengan depresi yang menunjukkan sebanyak 117 (30,3%) responden perempuan mengalami depresi, jumlah ini lebih tinggi daripada responden laki-laki yang mengalami depresi yaitu 85 (27,2%)<sup>(10)</sup>. Perempuan memiliki kecenderungan hampir dua kali lipat lebih besar daripada laki-laki untuk mengalami depresi, dikarenakan perubahan kadar hormon seperti estrogen dan progesteron yang dapat terjadi saat menstruasi, kehamilan, keguguran, melahirkan, dan menopause. Perubahan kadar estrogen dapat bertindak sebagai faktor predisposisi dengan meningkatkan kerentanan limbik terhadap stresor lingkungan, sebagai faktor pencetus, sehingga rentan mengalami gangguan mood berupa depresi<sup>(20,21)</sup>.

Berdasarkan Tabel 4.9 didapatkan data bahwa depresi ringan merupakan hal yang paling banyak dialami responden dengan jumlah 41 orang (51,3%), diikuti dengan tidak mengalami depresi 22 orang (27,5%), depresi sedang 13 orang (16,3%), dan depresi berat 4 orang (5,0%). Adanya responden yang tidak mengalami depresi dapat dipengaruhi oleh keberhasilan responden melakukan coping stress strategi yang tepat misalnya melalui hobi sehingga tidak menimbulkan gejala depresi<sup>(22)</sup>. Coping stress strategi merupakan usaha-usaha yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi, meredakan dan mentolerir tuntutan-tuntutan dalam hidup baik secara eksternal maupun secara internal yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan peristiwa-peristiwa yang dinilai dapat menimbulkan stres bagi individu<sup>(23)</sup>, stres yang berkepanjangan dapat berlanjut menjadi gejala depresi<sup>(24)</sup>. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Rini Riana Nenobesi pada 153 orang Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran di Universitas Nusa Cendana (2018) menunjukkan tingkat depresi mahasiswa yang memiliki hasil normal sebanyak 34 orang (22,2%), depresi ringan sebanyak 52 orang (34%), depresi sedang sebanyak 24 orang (15,7%), depresi berat sebanyak 28 orang (18,3%) dan yang mengalami depresi sangat berat sebanyak 15 orang (9,8%)<sup>(25)</sup>. Penelitian sebelumnya yang dilakukan pada 142 Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran di Universitas Nusa Cendana (2019) juga sejalan dengan penelitian ini dimana 81 orang mengalami depresi dan mayoritas mengalami depresi ringan dengan jumlah 30 orang (37%)<sup>(26)</sup>.

Hasil analisis bivariat yang telah dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman mendapatkan nilai  $r = 0.561$  dengan nilai  $p = 0.000$  menunjukkan bahwa tingkat adiksi internet dengan derajat depresi memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat hubungan kuat<sup>(17)</sup>. Nilai koefisien korelasi yang positif menunjukkan terdapat hubungan yang positif

diantara kedua variabel dimana kenaikan nilai variabel bebas secara bersama-sama akan diikuti dengan kenaikan nilai variabel terikat. Hal ini berarti terdapat persamaan antara hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti dengan hipotesis (H1) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan tingkat antara adiksi internet dengan derajat depresi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya oleh Karina dimana didapatkan hubungan yang kuat antara adiksi internet dengan depresi dengan  $p < 0,000$ <sup>(27)</sup>. Boonvisudhi dan kawan-kawan juga telah melakukan penelitian yang sama, dimana terdapat hubungan yang signifikan antara adiksi internet dengan depresi dengan nilai  $OR(Odds Ratio) = 1,92$  dan nilai  $p = < 0.001$  yang berarti bahwa kemungkinan terjadinya depresi pada kelompok adiksi internet sebesar 1,58 kali lebih besar daripada kelompok pengguna internet normal<sup>(10)</sup>.

Seseorang yang adiksi internet akan mengalami disfungsi sistem neurotransmitter dopamin dimana terdapat peningkatan jumlah dopamin pada celah sinaps akibat tidak terjadinya *re-uptake* dopamin oleh *Dopamine Active Transporter* (DAT) yang dikarenakan penggunaan internet berlebihan. Proses adiksi internet akan mengaktifasi *reward system* yang terletak pada *nucleus accumbens* dan mengakibatkan peningkatan pelepasan dopamin dan neurokimia lainnya<sup>(28,29)</sup>. Adanya gangguan saat mengakses internet menyebabkan *withdrawal symptoms* (ketegangan, bosan, lekas marah, dan *mood dysphoric*) yang mengakibatkan menurunnya kadar dopamin diikuti penurunan kadar serotonin dan epinefrin dan akan bermanifestasi sebagai gejala depresi.

Banyak penelitian mengenai adiksi internet dan depresi yang menunjukkan bahwa penggunaan internet yang berlebihan menghasilkan gangguan kehidupan normal seorang individu dengan orang-orang disekelilingnya, ini terkait dengan peningkatan frekuensi depresi dari orang tersebut. Hal ini dikarenakan berlebihan dalam penggunaan

internet, waktu berharga yang seharusnya digunakan untuk berkumpul dengan keluarga, sahabat, teman-teman diganti menjadi kelengkapan sosial yang lebih kecil di mana tingkat kesepian, stress hingga depresi menjadi lebih tinggi<sup>(24)</sup>.

Internet bukanlah sesuatu yang harus dihindari penggunaannya, berbagai kemudahan diberikan dari internet namun peranan kontrol diri dalam penggunaannya menjadi penting agar tidak menjadi sebuah adiksi. Adiksi internet mengakibatkan kualitas hidup yang buruk terhadap mahasiswa, adanya gangguan fisik serta psikis mungkin terjadi diakibatkan terlalu lama penggunaan internet dengan kontrol diri yang rendah<sup>(1,10)</sup>.

## KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan dengan korelasi kuat antara tingkat adiksi internet dengan derajat depresi, yang menandakan semakin tinggi tingkat adiksi internet maka semakin tinggi pula derajat depresi pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran angkatan 2017, 2018, dan 2019 ( $p < 0,05$  ;  $r = 0,561$ ).

## REFERENSI

1. Fatehi F, Monajemi A, Sadeghi A, Mojtahedzadeh R, Mirzazadeh A. *Quality of Life in Medical Students With Internet Addiction*. 2017;(November 2016).
2. Clement, J. *Countries with The Highets Number of Internet Users in 2019*. 2020; Diakses melalui: <https://www.statista.com/statistics/262966/number-of-internet-users-in-selected-countries/>.
3. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. Penetrasi dan profil perilaku pengguna internet Indonesia tahun 2016 dan 2018. 2016;2018.
4. Ching, S. M., Awang, H., Ramachandran, V., Mohd, S., Lim, S., Aliaa, W., Hoo, F.

*Prevalence and factors associated with internet addiction among medical students - A cross-sectional study in Malaysia*. 72(1), 7–11;2017.

5. Simanjuntak, Y. Hubungan Adiksi Internet Dengan Anxietas Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. 2017.
6. Sari MI, Lisiswanti R, Oktaria D. Pembelajaran di Fakultas Kedokteran : Pengenalan bagi Mahasiswa Baru Learning in Medical Education : *Introduction for New Medical Students*. 2016;1:399–403.
7. Yudaristy H, Irfanuddin, Azhar MB. Persepsi Mahasiswa dan Dosen Tentang Ketercapaian Kompetensi Dasar dan Klinis Pendidikan Dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. *J Kedokt dan Kesehat*. 2014;1(1):25–33.
8. Mulyani, R. Hubungan Antara Depresi Dan Kecanduan Online Game Pada Mahasiswa Di Yogyakarta;2018.
9. Ummu, SL. Hubungan Adiksi Internet Dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Angkatan 2013-2014. 2017.
10. Boonvisudhi T, Kuladee S. *Association between Internet Addiction and Depression in Thai Medical Students at Faculty of Medicine , Ramathibodi Hospital*. 2017;1–10.
11. Aditiantoro M, Swasti M. Pengaruh *Problematic Internet Use* dan Regulasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. 2010;000:205–15.
12. Anand AN, Cherian A V, Thomas C. SC. *Internet Use Behaviors, Internet Addiction and Psychological Distress among Medical College Students: A Multi Centre Study from South India*. *Asian J Psychiatr [Internet]*. 2018; Available from: <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2018.07.020>



13. Sokang YA. Mahasiswa dan Internet : Dua Sisi Mata Uang ? *Problematic Internet Use* pada Mahasiswa. 2016;43:107–20.
14. Evren B, Evren C, Dalbudak E, Topcu M, Kutlu N. *The Impact of Depression, Anxiety, Neuroticism, and Severity of Internet Addiction Symptoms on The Relationship between Probable ADHD and Severity of Insomnia among Young Adults*. 2018; Available from: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.12.010>
15. Chou W, Yen C, Liu T. *Predicting Effects of Psychological Inflexibility / Experiential Avoidance and Stress Coping Strategies for Internet Addiction , Significant Depression , and Suicidality in College Students : A Prospective Study*. 2018:1–11.
16. World Health Organization. *Depression and Other Common Mental Disorders Global Health Estimates*. 2017. Diakses melalui: [https://www.who.int/health-topics/depression#tab=tab\\_2](https://www.who.int/health-topics/depression#tab=tab_2) dan <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>.
17. Raharjo S. Cara Melakukan Uji Statistik Deskriptif dengan Software SPSS. 2015 <http://www.spssindonesia.com/2014/01/uji-statistik-deskriptif-spss.html>
25. Nenobesi RR. Hubungan Tingkat Kuliah dengan Tingkat Depresi Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Semester Ganjil Tahun Akademik 2017/2018.2018;94-100
26. Sabu EF. Analisis Faktor Resiko Yang Mempengaruhi Kejadian Depresi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana. 2020.
27. Puspita, KD. Hubungan Kecanduan Internet Dengan Depresi Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Usia Muda 18-29 Tahun. 2018.
18. Rachmawati D. Hubungan Kecanduan Internet Terhadap Interaksi Sosial Remaja. 2018.
19. Javaeed A, Zafar MB, Iqbal M, Ghauri SK. *Correlation between Internet Addiction , Depression , Anxiety and Stress among Undergraduate Medical Students in Azad Kashmir*. Sari, Wahyu. Hubungan Antara Tingkat Adiksi Internet Dengan Derajat Depresi Pada Siswi Di Smk 1 Batik Surakarta. 2017.
20. States U, Brody DJ, Pratt LA, Ph D, Hughes JP. *Prevalence of Depression Among Adults Aged 20 and Over : 2018;(303):2013–6*.
21. Graziottin A, Serafini A. *Depression and the menopause: why antidepressant are not enough?*. *Menopause International* 2009;16;76-81.
22. Jaya SP, Wardani ND, Jusup I. Hubungan Intensitas Penggunaan Situs Jejaring Sosial Dengan Depresi Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. 2016.
23. Pratama R. Hubungan Tingkat Depresi, Cemas, Dan Stres Dengan Intensitas Bermain Video Game Sebagai Strategi Coping Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Palembang. 2019.
24. Dirgayunita A. Depresi: Ciri, Penyebab, dan Penanganannya. 2016.
28. Istiqomah S. Keterkaitan *Compulsive Gamer* dan Gangguan Pada Sistem Limbik Otak Dalam Pembelajaran Keagamaan Islam. MUADDIB: Studi Kependidikan Dan Keislaman Vol. 09 No. 02. 2019;
29. Love T, Laier C, Brand M, Hatch L, Hajela R. *Neuroscience of Internet Pornography Addiction: A Review and Update*. *Behavioral Sciences*. 2015;388–433.