

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Seiring dengan perubahan zaman, perkembangan teknologi semakin maju mengikuti kebutuhan masyarakat. Kebutuhan masyarakat untuk kemudahan dalam mendapatkan informasi dan berkomunikasi memicu perkembangan internet sebagai salah satu produk teknologi di bidang informasi dan komunikasi. Peningkatan kebutuhan masyarakat terhadap internet terlihat dari laporan survei pengguna internet yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). Angka penetrasi pengguna internet di Indonesia pada tahun 2019 adalah 73,7%. Hal ini berarti 196.714.071 penduduk Indonesia adalah pengguna internet. Angka ini mengalami peningkatan 8,9% dibandingkan tahun 2018 yaitu pada 64,8% atau sekitar 171,17 juta penduduk Indonesia sebagai pengguna internet.¹

Wilayah dengan angka pengguna internet tertinggi di Indonesia adalah Jawa sebesar 41,7% disusul oleh Sumatera sebesar 16,2% dari total pengguna internet di Indonesia. Berdasarkan provinsi di wilayah Sumatera, Sumatera Utara memberikan kontribusi pengguna internet terbanyak yaitu 5,8%, diikuti Sumatera Selatan 3,5%, Lampung 2,7%, dan Sumatera Barat pada 2,6% dari total pengguna internet di Indonesia. Jika dibandingkan dengan jumlah penduduk di masing-masing provinsi tersebut, persentase pengguna internet di Sumatera Barat adalah yang paling tinggi di wilayah Sumatera yaitu dengan 91,4% penduduk Sumatera Barat sebagai pengguna internet. Seiring dengan pertambahan jumlah penduduk, angka ini mengalami peningkatan sebanyak 7,2% dibandingkan tahun 2018.¹

Menurut survei pengguna internet berdasarkan usia pada tahun 2018, jumlah pengguna internet tertinggi terdapat pada usia 15-19 tahun yaitu mencapai 91% yang diikuti usia 20-24 tahun dengan 88,5% pengguna internet.² Menurut data statistik perguruan tinggi oleh Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi, sebanyak 35,69 % penduduk usia 19-23 tahun adalah mahasiswa.³ Menurut survei pengguna internet berdasarkan pekerjaan di tahun 2018, 92,6% mahasiswa di Indonesia merupakan pengguna internet.² Internet menunjang kegiatan akademik mahasiswa, termasuk bagi mahasiswa kedokteran. Mahasiswa kedokteran dituntut untuk selalu memperbarui kompetensi kognitif dan nonkognitif secara

berkelanjutan untuk belajar sepanjang hayat.⁴ Melalui internet, mahasiswa dapat dengan mudah menemukan literatur dan informasi kesehatan terbaru untuk menunjang proses pendidikan.⁵ Perkuliahan juga dapat dilakukan secara *online* melalui aplikasi *video conference* yang dapat diakses dengan internet.

Selain untuk tujuan akademik, mahasiswa juga menggunakan internet untuk kebutuhan nonakademik. Beban akademik dapat menjadi stresor bagi mahasiswa, sehingga akan menjadi distres jika mahasiswa tidak dapat beradaptasi dengan beban tersebut. Mahasiswa kedokteran juga cenderung menaruh standar yang tinggi terhadap diri mereka sendiri dan mengalami distres ketika gagal mencapai standar tersebut.⁶ Salah satu cara mahasiswa meminimalisir stresor tersebut adalah dengan menggunakan internet untuk rekreasi dan hiburan seperti mendengarkan musik, menonton video, bermain gim, dan lain-lain. Berinteraksi dengan orang tua, teman, kerabat, atau bahkan orang-orang baru di media sosial hingga belanja *online* atau hanya sekadar melihat-lihat unggahan terbaru di media sosial dan *online shop* juga dilakukan mahasiswa untuk melepaskan kejenuhan dan stresor dari kegiatan akademik.⁷

Berdasarkan tujuan penggunaan internet yang melibatkan kedua aspek baik akademik maupun nonakademik, terlihat bahwa internet merupakan kebutuhan yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari. Posisi internet sebagai bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari ini mengakibatkan batasan antara penggunaan internet yang fungsional dan patologis menjadi tidak jelas.⁸

Saat ini mahasiswa dapat menggunakan internet dengan mudah di ruang-ruang publik maupun ruang privat seperti rumah, indekos, dan lain-lain. Mahasiswa dapat mengakses internet melalui perangkat pribadi seperti ponsel pintar, laptop, tablet, komputer pribadi dengan koneksi internet dari data operator seluler, *Wi-Fi* milik pribadi atau *Wi-Fi* gratis yang disediakan kampus.⁹ Perangkat pribadi terutama ponsel pintar menjadi pilihan utama mayoritas mahasiswa karena lebih mudah digunakan dan dapat dibawa kemana-mana.^{9,10} Hal ini menguntungkan mahasiswa karena dapat mengakses internet langsung ketika membutuhkan informasi dan bahan pelajaran secara *online* bahkan ketika perkuliahan sedang berlangsung. Beberapa mahasiswa juga sudah tidak menggunakan buku tulis dan

pena lagi untuk mencatat resume perkuliahan. Penggunaan laptop dan tablet sebagai pengganti buku catatan dianggap lebih efisien serta lebih mudah ditata, disimpan, dan dicari ketika dibutuhkan.¹¹ Namun, kemudahan akses internet dan ketersediaan fasilitas saat perkuliahan membuat mahasiswa juga dapat dengan bebas mengakses internet untuk hal-hal yang tidak relevan dengan topik perkuliahan. Tindakan ini disebut dengan *cyberslacking*. Studi yang dilakukan oleh Simanjuntak dkk pada tahun 2019 terhadap mahasiswa di Surabaya menemukan bahwa 90,8% mahasiswa mengaku pernah melakukan tindakan ini.¹²

Menurut survei yang dilakukan Hootsuite dan We Are Social pada Januari 2021 didapatkan bahwa rata-rata pengguna internet di Indonesia menghabiskan waktu 8 jam 52 menit setiap harinya untuk mengakses internet.¹³ Suatu studi oleh Siste dkk yang dilakukan pada masa pandemi COVID-19 (*Coronavirus Disease 2019*) terhadap orang dewasa di Indonesia dengan usia di atas 20 tahun, didapatkan rata-rata durasi penggunaan internet selama 10 jam perhari. Durasi ini mengalami peningkatan 52% dibandingkan sebelum pandemi COVID-19.¹⁴ Sejalan dengan orang dewasa, pada remaja juga terjadi peningkatan durasi penggunaan internet. Dr. dr. Kristiana Siste, Sp.KJ (K) menyatakan bahwa menurut hasil studi yang dilakukan bersama tim didapatkan hasil bahwa durasi penggunaan internet pada remaja di masa pandemi mencapai 11,6 jam per hari.¹⁵ Dari peningkatan durasi penggunaan internet pada remaja dan dewasa di Indonesia diperkirakan bahwa pada mahasiswa dapat terjadi peningkatan durasi penggunaan internet juga, sebab mahasiswa terdiri dari usia remaja akhir dan dewasa awal berdasarkan usia perkembangannya.¹⁶ Remaja akhir adalah remaja yang berada pada usia 17-20 tahun.¹⁷ Sedangkan dewasa awal berada pada usia 21 hingga 40 tahun.¹⁸ Peningkatan durasi penggunaan internet yang disertai dengan kurangnya kontrol diri pada penggunaan internet di luar tujuan belajar dan pekerjaan, berhubungan dengan kondisi penggunaan internet patologis yang disebut kecanduan internet atau adiksi internet.^{9,19} Kecanduan internet atau adiksi internet adalah gangguan pengontrolan impuls penggunaan internet yang mengakibatkan timbulnya masalah dalam hubungan, pekerjaan atau pendidikan, dan sosial.²⁰

Prevalensi kecanduan internet pada mahasiswa kedokteran secara global adalah 30,1%.²¹ Angka ini mencapai sekitar 4 kali lipat dari prevalensi kecanduan

internet pada populasi umum secara global yaitu 7,02%.²² Lebih tinggi lagi, prevalensi kecanduan internet secara umum di Indonesia mencapai 38,5%. Angka tersebut membawa Indonesia menempati posisi kedua angka kecanduan internet tertinggi di Asia Tenggara setelah Thailand.²³

Studi oleh Tao dkk dari tahun 2005 hingga 2007 terhadap pasien dengan penggunaan internet bermasalah mendapatkan durasi penggunaan internet 6 jam atau lebih per hari untuk tujuan di luar belajar dan bekerja diajukan sebagai salah satu kriteria dari kecanduan internet.²⁴ Studi oleh Anand dkk terhadap mahasiswa kedokteran di India Selatan pada tahun 2018 bahkan menemukan bahwa penggunaan internet yang lebih dari 3 jam per hari saja sudah meningkatkan risiko kecanduan internet.²⁵ Dari studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap mahasiswa pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas didapatkan 21 dari 61 mahasiswa menggunakan internet selama 6 jam atau lebih per hari untuk tujuan di luar belajar dan bekerja di hari kerja. Jumlah ini meningkat di akhir pekan yaitu sebanyak 31 dari 61 mahasiswa menggunakan internet selama 6 jam atau lebih per hari untuk tujuan di luar belajar dan bekerja.

Kecanduan internet pada mahasiswa kedokteran berhubungan signifikan dengan kecenderungan untuk menunda kegiatan dan kewajiban yang berhubungan dengan akademik atau disebut juga dengan prokrastinasi akademik.²⁶ Pada penelitian sebelumnya terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas didapatkan pula tingkat keparahan kecanduan internet berbanding lurus dengan perburukan prestasi belajar.²⁷

Kecanduan internet berhubungan juga dengan berbagai kondisi psikopatologi sebagai komorbid. Kecanduan internet berkorelasi signifikan dengan depresi^{28,29,30}, kecemasan^{28,29,30}, dan *Attention Deficit Hyperactivity Disorder* (ADHD)³¹. Diantara berbagai dampak psikopatologis yang dapat muncul, depresi merupakan salah satu yang banyak terjadi serta paling signifikan dan konsisten berkorelasi dengan kecanduan internet.²⁸

Kecanduan internet juga berhubungan signifikan dengan buruknya kualitas tidur. Kecanduan internet dapat mengurangi waktu tidur dan mengakibatkan kecenderungan untuk tidur terlambat. Eksposur terhadap cahaya terang dapat menekan sekresi melatonin sehingga proses menuju tidur menjadi terhambat.

Akibatnya seseorang menjadi mudah lelah dan mengantuk saat beraktivitas.³² Lelah dan mengantuk mengakibatkan mahasiswa menjadi tidak konsentrasi saat mengikuti kuliah ataupun melakukan aktivitas lainnya.⁷

Gangguan penglihatan seperti penglihatan kabur pada jarak dekat dan sindrom mata kering juga bisa muncul pada kecanduan internet.³³ Gejala muskuloskeletal berupa nyeri di beberapa bagian tubuh seperti punggung, pergelangan tangan, dan jari juga dikeluhkan akibat postur tubuh yang tidak baik saat menggunakan perangkat untuk akses internet. Keluhan fisik ini dapat diiringi dengan penurunan aktivitas fisik sebagai dampak dari habisnya banyak waktu di depan layar akibat mengakses internet.³⁴ Kecanduan internet juga menjadi prediktor dari gangguan makan seperti diet yang tidak terkontrol hingga *binge eating disorder*.³⁵

Kecanduan internet juga dapat berdampak pada penurunan interaksi sosial seseorang dengan keluarga dan lingkungannya. Meski internet menyediakan metode interaksi sosial yang lebih efisien, namun tidak dapat dipungkiri bahwa interaksi sosial di dunia nyata akan berbeda dengan dunia maya. Dunia maya memungkinkan seseorang untuk berkomunikasi dengan orang lain menggunakan identitas yang dimodifikasinya dan mengedit pesan sebelum dikirim guna memenuhi kesan yang diinginkan oleh lawan komunikasinya.⁸ Sehingga internet merupakan lingkungan yang nyaman bagi orang dengan penghargaan diri yang rendah, takut terhadap penolakan, dan butuh pengakuan. Internet mengakibatkan kekurangan tersebut teratasi di dunia maya, namun tetap ada di dunia nyata. Mereka terhubung dengan banyak teman di internet, namun dapat terisolasi secara sosial di dunia nyata.³⁶

Semakin banyak waktu yang dihabiskan di internet, maka semakin banyak pula biaya yang dihabiskan untuk pemenuhan kebutuhan bermain internet ini. Akibatnya seseorang dengan kecanduan internet sering merasa tidak cukup secara finansial.³⁷ Internet juga mempermudah aksi kriminal para peretas, mata-mata, predator seksual, bahkan pembunuh yang dapat membahayakan keamanan para pengguna internet.³⁸

Berdasarkan dampak yang dapat ditimbulkan tersebut, kecanduan internet dapat memengaruhi kualitas hidup mahasiswa. Menurut World Health

Organization (WHO), kualitas hidup merupakan penilaian individu terhadap posisinya di dalam kehidupan dalam konteks budaya dan sistem nilai di tempat ia tinggal dan berkaitan dengan tujuan, harapan, standar, dan kepentingannya.³⁹ WHO menyusun 4 domain kualitas hidup yaitu fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan.⁴⁰

Konsep kualitas hidup direkomendasikan untuk masuk ke dalam penelitian kecanduan, karena kecanduan merupakan kondisi kronis yang memiliki sifat-sifat yang dapat memengaruhi kualitas hidup.⁴¹ Kecanduan internet dan kualitas hidup ini juga berpotensi memengaruhi pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs) ketiga yaitu kehidupan yang sehat dan sejahtera. Hubungan sejahtera dan kualitas hidup dijelaskan bahwa konsep sejahtera bernaung di dalam kualitas hidup.⁴² Meskipun sudah banyak studi menemukan dampak negatif yang spesifik dari kecanduan internet terhadap mahasiswa kedokteran, namun masih sedikit studi di Indonesia yang menilai hubungan kecanduan internet dengan kualitas hidup mahasiswa kedokteran.

Pada suatu studi oleh Zhang dkk terhadap mahasiswa kedokteran di China pada tahun 2011 didapatkan kualitas hidup yang lebih rendah pada mahasiswa kedokteran tahun ketiga karena merupakan masa transisi antara tingkat preklinik dengan klinik.⁴³ Mahasiswa tahun ketiga program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas berada pada tahap pengerjaan skripsi seiring dengan kegiatan perkuliahan blok. Oleh karena itu, mahasiswa tahun ketiga memiliki beban akademik yang berbeda dengan tahun pertama dan kedua.

Tingginya angka kecanduan internet dengan segala dampak yang dapat muncul pada mahasiswa kedokteran, menjadi salah satu permasalahan karena mahasiswa kedokteran dididik untuk menjadi tenaga kesehatan yang akan melayani masyarakat dengan ilmu dan keterampilan yang didapat pada masa pendidikan. Pada akhirnya dampak negatif kecanduan internet tidak hanya memengaruhi mahasiswa tersebut sebagai seorang pribadi, namun juga dapat memengaruhi keselamatan masyarakat sebagai pasien. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti korelasi antara kecanduan internet dengan kualitas hidup pada mahasiswa tahun pertama dan kedua program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat korelasi antara kecanduan internet dengan kualitas hidup pada mahasiswa tahun pertama dan kedua program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui korelasi kecanduan internet dengan kualitas hidup pada mahasiswa tahun pertama dan kedua program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi responden dan rerata skor kecanduan internet menurut status kecanduan internet mahasiswa tahun pertama dan kedua program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
2. Mengetahui gambaran status kecanduan internet menurut karakteristik demografi dan penggunaan internet mahasiswa tahun pertama dan kedua program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
3. Mengetahui skor persepsi kualitas hidup secara keseluruhan, kesehatan secara umum, dan empat domain kualitas hidup menurut status kecanduan internet mahasiswa tahun pertama dan kedua program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
4. Mengetahui korelasi skor kecanduan internet dengan skor persepsi kualitas hidup secara keseluruhan, kesehatan secara umum, dan empat domain kualitas hidup pada mahasiswa tahun pertama dan kedua program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan mengenai korelasi kecanduan internet dengan kualitas hidup mahasiswa tahun pertama dan kedua program studi pendidikan dokter.
2. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar dan rujukan bagi penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Manfaat bagi Peneliti

1. Penelitian ini dapat menambah pengetahuan peneliti tentang korelasi kecanduan internet dengan kualitas hidup pada mahasiswa tahun pertama dan kedua program studi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
2. Penelitian ini menambah pengalaman ilmiah peneliti dalam melakukan penelitian.

1.4.2.2 Manfaat bagi Institusi Pendidikan

1. Penelitian ini dapat memberikan gambaran status kecanduan internet pada mahasiswa pendidikan dokter, sehingga institusi pendidikan dapat mendeteksi lebih awal mahasiswa yang mengalami kecanduan internet.
2. Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai korelasi kecanduan internet dengan kualitas hidup mahasiswa pendidikan dokter, sehingga institusi dapat melakukan tindakan pencegahan terhadap kecanduan internet pada mahasiswa.

1.4.2.3 Manfaat bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat memberikan informasi bagi masyarakat mengenai korelasi kecanduan internet dengan kualitas hidup mahasiswa pendidikan dokter, sehingga masyarakat terutama mahasiswa dan orang-orang di sekitarnya dapat melakukan deteksi dini dan pencegahan kecanduan internet.

