

Hubungan Antara Stres Dan Biaya Internet Dengan Tingkat Kecanduan Internet Pada Remaja

Aliffatullah Alyu RAJ*

Universitas Muhammadiyah Madiun, Indonesia. aar516@ummad.ac.id

Hasibatul Isnar Sepbrina Pratiwi

Universitas Muhammadiyah Madiun, Indonesia his510@ummad.ac.id

Ma'rifatul Jannah

Universitas Muhammadiyah Madiun, Indonesia mj514@ummad.ac.id

Anita Prawardani

Universitas Muhammadiyah Madiun, Indonesia ap519@ummad.ac.id

Ony Ditasari

Universitas Muhammadiyah Madiun, Indonesia 2573201004@ummad.ac.id

Abstrak: Internet addiction is the inability to self-regulate while engrossed in internet access. One factor that can lead to internet addiction is frustration among adolescents. Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood, during which adolescents experience unstable emotions. During this transition to adulthood, adolescents often experience stress, leading them to use the internet to cope. As a result of internet addiction, adolescents incur increased costs for internet access to stay online. This study aims to determine the relationship between stress and internet costs and internet addiction. This study is a quantitative study, with 200 subjects attending PKBM KA-ER Madiun using a purposive sampling technique. The data collection tools used are the psychological scales of the Internet Addiction Test (IAT) and the Depression, Anxiety, and Stress Scale (DASS). The Indonesian version of the Internet Addiction Test (IAT) scale has good validity ($\chi^2 p < 0.001$; RMSEA = 0.076; CFI = 0.95; SRMR = 0.057, and AIC = 784.63) and the reliability of the alpha-cronbach score is 0.855. The Depression Anxiety and Stress Scale (DASS) scale has good validity, namely all DASS-21 items are valid (RMSEA = 0.076, CFI = 0.961, TLI = 0.955, SRMR = 0.065) and the reliability of the alpha-cronbach score is 0.850-0.923. The data analysis technique in this study uses multiple regression analysis techniques through the SPSS version 32 program tool. Based on the data analysis, the following results were obtained: 1) there is a positive relationship between stress and internet costs with internet addiction as indicated by the calculated F value = 19.917 with a significance value of $0.001 < 0.05$. 2) there is a positive relationship between stress and internet addiction as seen from the Sign value of $0.001 < 0.05$. 3) there is no positive relationship between internet costs and internet addiction in adolescents, which means that internet costs do not affect the tendency of internet addiction in adolescents as evidenced by the results of the Sign value = $0.259 > 0.05$.

Keywords: Internet Addiction, Stress and Internet Costs

Abstract: Kecanduan internet adalah ketidakmampuan seseorang untuk mengatur dirinya sendiri saat sedang asyik mengakses internet. Faktor yang memungkinkan seseorang mengalami kecanduan internet diantaranya karena adanya keadaan frustrasi di kalangan remaja. Remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak ke masa dewasa, dimana pada masa ini remaja memiliki kondisi emosi yang labil. Selama masa transisi menuju dewasa remaja sering mengalami stress, sehingga remaja sering menggunakan internet untuk mengatasi stres. Akibat kecanduan internet remaja menjadi lebih banyak membutuhkan biaya untuk berinternet agar tetap online. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stress dan biaya internet dengan kecanduan internet. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, jumlah subjek adalah sejumlah 200 subjek yang bersekolah di PKBM KA-ER Madiun dengan teknik *purposive sampling*. Alat pengumpul data yang digunakan yaitu skala psikologi ialah Skala *Internet Addiction Test* (IAT) dan *Skala Depression Anxiety and Stress Scale* (DASS). Skala *Internet Addiction Test* (IAT) versi bahasa Indonesia memiliki validitas yang baik ($\chi^2 p < 0.001$; RMSEA = 0.076; CFI = 0.95; SRMR = 0.057, and AIC = 784.63) dan

realibilitas skor *alfacronbach* sebesar 0,855. *Skala Depression Anxiety and Stress Scale* (DASS) memiliki validitas yang baik yaitu semua item DASS-21 valid (RMSEA = 0,076, CFI = 0,961, TLI = 0,955, SRMR = 0,065) dan hasil realibilitas skor *alfacronbach* sebesar 0,850-0,923. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda melalui alat bantu program SPSS *version* 32. Berdasarkan analisis data diperoleh hasil: 1) terdapat hubungan positif antara stress dan biaya internet dengan kecanduan internet ditunjukkan dengan nilai F hitung = 19.917 dengan nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$. 2) ada hubungan positif antara stress dengan kecanduan internet dilihat dari nilai Sign $0,001 < 0,05$. 3) tidak adanya hubungan positif antara biaya internet dengan kecanduan internet pada remaja, yang artinya biaya internet tidak mempengaruhi kecenderungan kecanduan internet pada remaja dibuktikan dengan hasil nilai Sign = $0,259 > 0,05$.

Kata Kunci: Kecanduan Internet, Stres dan Biaya Internet

PENDAHULUAN

Kehadiran internet di zaman yang semakin maju ini membuat segalanya menjadi lebih praktis dan mudah. Pemanfaatan teknologi internet dapat mempermudah remaja dalam beraktifitas, namun di samping itu internet juga memiliki dampak negatif bagi para remaja jika tidak mampu mengontrol dalam waktu penggunaan internet. Hasil survey Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2019 masyarakat Indonesia telah terhubung dengan internet dengan jumlah pengguna internet sebanyak 171 juta jiwa. Pada tahun 2020 jumlah pengguna internet Indonesia adalah 196,7 juta orang atau 73,7 % dari total populasi Indonesia yaitu 266,9 juta berdasarkan data BPS. Angka ini meningkat dari tahun 2019, naik sekitar 8,9% dengan kata lain kenaikan tersebut berjumlah 25,5 juta pengguna. Pada tahun 2021-2022 ada 210,03 juta pengguna internet di Indonesia. Jumlah tersebut meningkat 6,78% dibandingkan pada periode sebelumnya sebesar 196,7 juta pengguna, atau meningkat menjadi 77,02%. Dilihat berdasarkan tingkat usia, kelompok tertinggi pengguna internet direntang usia remaja 13-18 tahun yakni sebesar 99,16%.

Pada tahun 2022-2023 menunjukkan pengguna internet di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 215,3 juta pengguna. Jumlah tersebut meningkat 2,67% dibandingkan pada periode sebelumnya sebanyak 210,03 juta pengguna. Jumlah tersebut setara dengan 78,19% dari total populasi Indonesia sebanyak 275,77 juta jiwa. Dan Survei APJII 2024-2025 (dirilis Agustus 2025) menunjukkan penetrasi internet Indonesia mencapai 80,66% (sekitar 229 juta jiwa), naik dari tahun 2024 (sekitar 79,50%), didominasi Gen Z, Milenial, dan Gen Alpha, dengan Pulau Jawa paling terkoneksi, dan mayoritas akses via ponsel (95%) menggunakan data seluler. TikTok jadi favorit.

Dalam penggunaan internet khususnya di kalangan para remaja, lebih banyak mengakses media sosial. Media sosial telah merubah kebiasaan remaja dalam berkomunikasi dan bersosialisasi (Masih, 2019). Masa remaja dianggap sebagai masa kritis dalam memanfaatkan teknologi. Penggunaan teknologi seperti internet dan media sosial lebih umum di kalangan remaja. Hal ini membuat remaja lebih rentan terhadap kecanduan teknologi (Savci & Aysan, 2017). Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Novrialdy (2019) remaja merupakan kelompok usia terbanyak yang mengalami permasalahan terhadap penggunaan internet addiction.

Kecanduan internet adalah ketidakmampuan seseorang untuk mengatur dirinya sendiri saat sedang asyik mengakses internet, lalu kemudian berdampak pada terganggunya fungsional kegiatan sehari-hari, serta individu dapat mengalami

perasaan tertekan (Busubul & Rahman, 2021). Faktor yang memungkinkan seseorang mengalami kecanduan internet diantaranya karena adanya keadaan frustrasi di kalangan remaja yaitu meningkatnya tekanan dari pihak orang tua, pendidik, teman dan kenalan, serta tanggung jawab yang semakin meningkat sebagai anggota masyarakat. Secara emosional, akan mengurangi komunikasi di dunia nyata dan menghambat pembentukan kepribadian, merusak integritas, stabilitas, dan pembentukan sosial (Vondrácková & Gabrhelík, 2016). Menurut Siste, Suwartono, Nasrun, Bardosono, Sekartini, Pandelaki, Sarasvita, Murtani, Damayanti & Wiguna (2021) menyebutkan bahwa seseorang yang mengalami kecanduan internet memiliki gejala yang menonjol tentang bagaimana cara mereka berfikir terkait penggunaan internet.

Remaja yang mengalami kecanduan internet lebih mungkin mengalami masalah kesehatan mental dibandingkan remaja yang tergolong pengguna internet normal. Gejalanya adalah mengalami stress, kecemasan, kesedihan, perasaan gelisah, kehilangan minat dalam beraktivitas sehari-hari (Brooks, Longstreet & Califf, 2017). Pada penelitian yang dilakukan oleh Young (1998) menemukan bahwa 34% dari mereka yang kecanduan internet memiliki riwayat gangguan kecemasan. Hal itu menjadi teori awal yang menunjukkan penyebab keterkaitan remaja pada internet karena menariknya internet sebagai media yang dapat diterima secara sosial untuk digunakan sebagai sarana melepaskan diri dari kecemasan sosial (Santos dkk, 2017).

Remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak ke masa dewasa, dimana pada masa ini remaja memiliki kondisi emosi yang labil. Sikap remaja terhadap kehadiran internet di pengaruhi oleh ciri-ciri masa remaja yang diantaranya adalah di masa ini remaja mengalami peningkatan emosi sehingga pada masa ini remaja cenderung belum mampu berfikir secara matang dalam memanfaatkan kehadiran internet. Selain itu hal lain yang mempengaruhi sikap remaja terhadap kehadiran internet adalah rasa ingin tahu yang lebih untuk segala hal yang ada disekitarnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Yang dkk (2018) menunjukkan bahwa penggunaan internet yang terlalu sering akan menyebabkan gangguan psikologis dan mental seperti kecemasan, depresi, stres, dan gangguan obsesif kompulsif. Selain itu, dampak lain dari kecanduan internet adalah seseorang akan mengalami kualitas tidur yang kurang baik, anti sosial, kesepian, perubahan suasana hati secara mendadak, kesehatan secara fisik yang memburuk, dan akhirnya berujung pada penggunaannya yang mengalami internet addiction. Tidak sedikit orang yang sangat bergantung pada internet sehingga individu kecanduan. Kecanduan internet bagi pelajar dapat diketahui melalui kegiatannya yang setiap hari setelah pulang sekolah atau malam hari banyak dijumpai remaja di depan komputer untuk melakukan internet. Internet telah membuat remaja kecanduan, karena di internet menawarkan berbagai fasilitas informasi, mainan, dan hiburan yang membuat remaja tidak ingin meninggalkan internet. Tanda-tanda remaja yang kecanduan internet, antara lain remaja merasa senang dengan internet, durasi penggunaan internet terus meningkat, menjadi cemas dan bosan ketika harus melalui beberapa hari tanpa internet (Ningtyas, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Gupta dkk (2018) menemukan hubungan positif yang kuat antara stres dan risiko Internet Addiction hal ini sejalan dengan

penelitian yang dilakukan oleh Younes (2016); Thomee dkk (2012); dan Al Gamal dkk (2016) yang juga menemukan bahwa stres berhubungan positif dengan risiko kecanduan internet. Penelitian yang dilakukan oleh Gholamian dkk (2017) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa skor rata-rata stres di antara yang memiliki kecanduan internet secara signifikan lebih tinggi daripada di antara pengguna internet normal ($P < 0,001$). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kim dkk (2009) dan Ozturk dkk (2013) pada remaja di Korea dan Turki menunjukkan bahwa stres secara signifikan terkait dengan kecanduan internet.

Pada tahun 2020 hingga 2023, biaya pembelian internet di Indonesia bervariasi tergantung pada pemakaian paket internet dan penyediaan layanan internet yang di pilih oleh pengguna. Sedangkan pada tahun 2020, biaya pembelian internet di Indonesia dapat dikatakan terjangkau yang dapat di akses oleh masyarakat. Lalu, ditahun 2021 harga internet di Indonesia mengalami adanya kenaikan sekitar rata-rata 10 sampai 20% dibandingkan pada tahun 2020. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kenaikan harga internet pada tahun 2021 adalah, karna adanya peningkatan biaya infrastruktur dan investasi jaringan oleh penyedia layanan, naiknya harga perangkat dan komponen teknologi internet. Dan pada tahun 2022 harga internet di Indonesia mengalami kenaikan lagi sekitar 10 hingga 15% dan faktor yang mengakibatkan kenaikan biaya internet tersebut adalah di karenakan peningkatan biaya operasional dan investasi jaringan dan dampak inflasi yang menyebabkan kenaikan biaya. Pada tahun 2023, harga internet di Indonesia mengalami kenaikan mencapai sekitar 10% hingga 15%, dikarenakan pada faktor peningkatan biaya infrastruktur penyediaan layanan terutama untuk pengembangan teknologi 5G karena adanya pengembangan teknologi penyesuaian tarif oleh penyedia untuk meningkatkan kualitas layanan dan kapasitas jaringan (Fathimatuzzahra & Dompok, 2024).

Berdasarkan fenomena dan masalah yang timbul akibat dari permasalahan kecanduan internet yang berdampak negatif pada remaja, baik dampak secara psikologis maupun kehidupan sosial remaja. Sehubungan dengan fenomena yang muncul dilapangan, maka penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang apakah ada hubungan antara stress dan biaya internet dengan kecenderungan kecanduan internet pada remaja.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk menguji terhadap hipotesis-hipotesis yang telah dirumuskan secara teoritis pada tahap awal kajian. Pendekatan ini menitikberatkan pada pengumpulan dan analisis data berbentuk numerik yang diperoleh melalui instrumen terstandarisasi guna mengukur konstruk yang telah ditentukan secara kuantitatif menggunakan skala pengukuran tertentu (Uher, 2018). Populasi untuk penelitian ini ialah siswa yang bersekolah di kota Madiun, Jawa Timur ditingkat SMA Sederajat. Sampel dalam penelitian ini ditentukan menggunakan teknik sampling purposive yaitu teknik pengambilan sampel dengan menggunakan suatu pertimbangan, kondisi atau kriteria tertentu. Jumlah subjek dalam penelitian ini adalah sejumlah 200 subjek yang bersekolah di PKBM KA-ER Madiun.

Metode pengumpul data penelitian ini memanfaatkan metode angket melalui penggunaan alat ukur skala. Penelitian ini menerapkan metode angket

dengan penggunaan alat ukur skala. Penelitian ini menggunakan skala likert. alasan digunakannya metode ini yaitu karena subjek adalah seseorang yang harus paham dan tahu akan dirinya sendiri (Azwar, 2015). Selain itu, alasan lain mengapa menggunakan skala menurut Arikunto (2011) diantaranya: (a) tidak perlu hadirnya peneliti; (b) bisa diberikan secara bersamaan kepada responden; (c) bisa dijawab berdasar kecepatan dan kesenggangan responden; (d) bisa disusun standar.

Alat pengumpul data yang peneliti gunakan yaitu skala psikologi ialah Skala Internet Addiction Test (IAT) dan Skala Depression Anxiety and Stress Scale (DASS). Kedua skala yang dipilih penelitian ini ialah skala baku yang telah teruji validitas dan realibilitasnya. Skala Internet Addiction Test (IAT) versi bahasa Indonesia dikembangkan oleh Siste dkk (2021) memiliki validitas yang baik ($\chi^2 p < 0.001$; RMSEA = 0.076; CFI = 0.95; SRMR = 0.057, and AIC = 784.63) dan realibilitas skor alfa cronbach sebesar 0,855. Untuk skala Internet Addiction Test (IAT) ini memiliki 6 pilihan jawaban: tidak sesuai, jarang, kadang-kadang, sering, sangat sering, serta selalu.

Skala Depression Anxiety and Stress Scale (DASS) dikembangkan oleh Nada, Herdiana dan Andriani (2022) memiliki validitas yang baik yaitu semua item DASS-21 valid (RMSEA = 0,076, CFI = 0,961, TLI = 0,955, SRMR = 0,065) dan hasil realibilitas skor alfa cronbach sebesar 0,850-0,923. Untuk skala DASS mempunyai 4 pilihan jawabannya antara lain; tidak pernah, kadang-kadang, cukup sering, dan sering sekali. Khusus dalam penelitian ini, dari skala Depression Anxiety and Stress Scale (DASS) peneliti hanya mengambil data stress untuk melengkapi dan menjawab salah satu variabel yang diukur. Sedangkan data depression dan anxiety tidak digunakan didalam penelitian ini, data depression dan anxiety akan digunakan untuk keperluan penelitian yang lain. Hal ini sesuai dengan pendapat Nada, Herdiana dan Andriani (2022) yang menyebutkan bahwa hasil dari penyebaran data skala Depression Anxiety and Stress Scale (DASS) datanya boleh dipakai secara keseluruhan atau sebagian aspek sesuai dengan kebutuhan. Hal ini dapat dijelaskan dari hasil beban faktor yaitu yang berkisar antara 0,658 sampai 0,888 untuk dimensi depresi, dari 0,440 sampai 0,855 untuk dimensi kecemasan, dan antara 0,536 - 0,852 untuk dimensi stres, menunjukkan bahwa nilai beban faktor telah memenuhi standar yang direkomendasikan oleh (Stevens, 2009) yaitu minimal beban factor $> 0,4$.

Validitas adalah suatu ukuran yang menggambarkan tingkat ketepatan sebuah instrument yang berguna sebagai pengukuran data yang didapat dari variabel penelitiannya. Reliabilitas didefinisikan sebagai akurat atau konsistensinya suatu hasil ukuran (Periantalo, 2016). Sebelum subjek diminta untuk mengisi kedua skala tersebut, subjek terlebih dahulu mengisi data demografi berupa identitas subjek dan beberapa pertanyaan, diantaranya: ketika sedang online, situs/ media sosial apa yang paling sering adik-adik akses; (2) dalam sebulan kira-kira berapa biaya yang adik-adik keluarkan untuk membeli pulsa/ kuota internet. Data di analisis menggunakan aplikasi program SPSS version 32. Untuk menjamin validitas dan realibilitas, penelitian ini melewati proses analisis data diantaranya: Uji Normalitas, Uji Linearitas dan Uji Hipotesis. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi berganda melalui alat bantu program SPSS version 32. Teknik regresi berganda digunakan untuk menganalisis hubungan kecanduan internet, stress dan biaya internet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji asumsi regresi linear berganda diketahui bahwa data dalam penelitian ini memenuhi seluruh uji asumsi yang diperlukan, diantaranya: uji normalitas diketahui data berdistribusi normal dengan nilai signifikansi sebesar $0,678 > 0,05$ yang artinya bahwa semua data variabel penelitian berupa kecanduan internet, stress dan biaya internet terdistribusi normal. Sedangkan hasil uji asumsi linearitas menunjukkan bahwa ketiga variabel memiliki hubungan yang linear (dengan nilai signifikansi 0,508 untuk variabel stress dan 0,321 untuk variabel biaya internet). Untuk hasil uji asumsi multikolinearitas variabel stress diketahui nilai signifikansi $TOL = 0,995$ dan $VIF = 1,005 < 10$ kemudian untuk variabel biaya internet $TOL = 0,995 > 0,1$ dan $VIF = 1,005 < 10$, artinya tidak terdapat gejala multikolinearitas variabel stress dan biaya internet dengan variabel lainnya. Dan uji heteroskedastisitas menunjukkan bahwa variabel stress memiliki nilai signifikansi $0,181 > 0,5$ sedangkan pada variabel biaya internet nilai signifikansi $0,187 > 0,5$ yang artinya tidak ada masalah heteroskedastisitas.

Hasil Uji F (Regresi Linear Berganda Sacara Simultan)

ANOVA

Model Squares	Sum of	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	6922.624	2	3461.312	19.917	<,001 b
Residual	34235.376	197	173.784		
Total	41158.000	199			

Berdasarkan hasil analisis tabel diatas menunjukkan bahwa nilai F hitung = 19.917 dengan nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$ yang artinya variabel stress dan biaya internet bersama-sama berpengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan kecanduan internet.

Nilai Koefisien Determinasi (R^2) Secara Simultan

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.410 ^a	.168	.160	13.183

Hasil analisis tabel diatas menunjukkan bahwa variabel stress dan variabel biaya internet memiliki nilai sumbangan efektif terhadap kecenderungan kecanduan internet sebesar $R^2 = 0,168$ yang dapat disimpulkan bahwa meskipun kedua variabel tersebut mempengaruhi variabel kecenderungan kecanduan internet secara signifikan, kedua variabel tersebut hanya memprediksi sebesar 16,8%. Sehingga terdapat 83,2% faktor lain yang mempengaruhi variabel kecenderungan kecanduan internet.

Hasil Uji t (Regresi Linear Berganda Secara Parsial)

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	<i>t</i>	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	22.056	2.283		9.663	<,001
	Biaya Internet	2.491E-5	.000	.076	1.132	.259
	Stress	.743	.129	.385	5.747	<,001

Tabel di atas menunjukkan hasil uji regresi linear berganda secara parsial antara variabel stress dan biaya internet dengan variabel kecenderungan kecanduan internet. Variabel berupa biaya internet memiliki nilai Sign= 0,259 > 0,05 artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara variabel biaya internet terhadap kecenderungan kecanduan internet. Variabel stress memiliki nilai Sign 0,001 < 0,05 yang artinya ada pengaruh signifikan stress terhadap kecenderungan kecanduan internet.

Kategorisasi Variabel Kecanduan Internet

<i>Kecanduan Internet</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
Normal	82	41
Ringan	93	47
Sedang	25	13
Total	200	100,0

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan kecanduan internet subjek paling banyak berada pada kategorisasi tingkat ringan yaitu sebesar 93 (47%).

Kategorisasi Variabel Stress

<i>Stress</i>	<i>N</i>	<i>%</i>
Normal	109	55
Ringan	35	18
Sedang	35	18
Berat	19	10
Sangat Berat	2	1
Total	200	100,0

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan stress subjek paling banyak berada pada kategorisasi tingkat normal yaitu sebanyak 109 (55%).

Kategorisasi Variabel Biaya Internet

Kategori	Biaya Internet	N	%
Normal	0-100.000	187	93,5
Agak Tinggi	101.000-200.000	12	6
Tinggi	201.000-300.000	0	0
Sangat Tinggi	301.000-400.000	1	0,5
Total		200	100

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan biaya internet subjek paling banyak berada pada kategorisasi normal yaitu sebanyak 187 (93,5%).

Hubungan antara Stres dan Biaya Internet dengan Kecanduan Internet

Berdasarkan tabel hasil uji F (regresi linear berganda secara simultan) menunjukkan bahwa nilai F hitung sebesar 19.917 dengan nilai signifikan sebesar $0,001 < 0,05$ yang artinya variabel stress dan biaya internet bersama-sama berpengaruh secara signifikan terhadap kecenderungan kecanduan internet. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Yun dkk (2024) bahwa semakin tinggi stres maka semakin tinggi kecenderungan kecanduan internet. Chen dkk (2025) menunjukkan bahwa status sosial ekonomi mempengaruhi individu dalam penggunaan mengakses internet yang kemudian akan berdampak pada individu mengalami kecanduan internet.

Hubungan antara Stress dengan Kcenduan Internet

Berdasarkan tabel hasil uji t (regresi linear berganda secara parsial) menunjukkan bahwa hasil variabel stress memiliki nilai Sign $0,001 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh signifikan stress terhadap kecenderungan kecanduan internet. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Jun & Choi (2015) mengemukakan bahwa remaja yang mudah mengalami stres adalah remaja dengan rentang usia 14-19 tahun. Remaja rentan terhadap stres karena tuntutan akademik yang lebih tinggi. Karena rentan mengalami stres, remaja cenderung melarikan diri untuk menggunakan internet secara berlebihan. Younes dkk (2016) mengemukakan bahwa stres berhubungan positif dengan risiko kecanduan internet. Gupta dkk (2018) dalam penelitiannya menemukan hubungan positif yang kuat antara stres dan risiko Internet Addiction. Hal ini juga semakin diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Shen dkk (2023) bahwa semakin tinggi tingkat stres yang dialami remaja, semakin tinggi kecenderungan kecanduan internet. Aziz dkk (2024) menunjukkan bahwa stres, depresi, dan kecemasan berhubungan signifikan dengan kecanduan internet pada remaja.

Hubungan Biaya Internet dengan Kecanduan Internet

Berdasarkan tabel hasil uji t (regresi linear berganda secara parsial) menunjukkan bahwa hasil variabel biaya internet memiliki nilai Sign = $0,259 > 0,05$

artinya tidak ada pengaruh yang signifikan antara variabel biaya internet terhadap kecenderungan kecanduan internet. Hal ini tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Broadbent & Dakki (2015) menunjukkan bahwa ketika biaya akses internet sangat murah atau gratis hal tersebut akan mempengaruhi waktu penggunaan internet yang cenderung meningkat dan ketika biaya akses internet meningkat durasi penggunaan internet cenderung menurun.

KESIMPULAN

Mengacu pada hasil penelitian yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan bahwa stres dan biaya internet secara bersama-sama memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap kecenderungan kecanduan internet pada remaja. Secara parsial, ditemukan adanya hubungan positif antara stres dan kecanduan internet, yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres yang dialami remaja, semakin tinggi pula kecenderungan mereka mengalami kecanduan internet, dan sebaliknya semakin rendah tingkat stres maka semakin rendah pula kecenderungan kecanduan internet. Namun, penelitian ini tidak menemukan hubungan positif antara biaya internet dan kecanduan internet pada remaja, sehingga dapat diartikan bahwa besarnya biaya internet yang dikeluarkan tidak berpengaruh terhadap kecenderungan kecanduan internet pada remaja.

REFERENSI

- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia [APJII]. (2019). Profil Pengguna Internet Indonesia. Jakarta: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia [APJII]. (2020). Survei APJII: 73 Persen Masyarakat Terhubung Internet. *Di akses dari Survei APJII: 73 Persen Masyarakat Terhubung Internet* | Republika Online pada tanggal 5 Juli 2023 pukul 19.05 WITA.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia [APJII]. (2022). APJII: Pengguna Internet Indonesia Tembus 210 Juta pada 2022. *Diakses dari APJII: Pengguna Internet Indonesia Tembus 210 Juta pada 2022* (dataindonesia.id) pada tanggal 5 Juli 2023 pukul 19.15 WITA.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia [APJII]. (2023). APJII: Pengguna Internet Indonesia 215,63 Juta pada 2022-2023. *Di akses dari APJII: Pengguna Internet Indonesia 215,63 Juta pada 2022-2023* (dataindonesia.id) pada tanggal 5 Juli 2023 pukul 19.30 WITA.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia [APJII]. (2024). APJII: Pengguna Internet Indonesia. *Di akses dari APJII: (dataindonesia.id)* pada tanggal 10 agustus 2024 pukul 20.00 WITA.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia [APJII]. (2025). APJII: Pengguna Internet Indonesia. *Di akses dari APJII: (dataindonesia.id)* pada tanggal 21 september 2025 pukul 15.00 WITA.
- Al-Gamal E, Alzayyat A, Ahmad MM. (2016). *Prevalence of internet addiction and its association with psychological distress and coping strategies among university students in Jordan*. *Perspect Psychiatr Care*.52(1):4961.
- Arikunto, S. (2011). Prosedur penelitian: suatu pendekatan praktik (Ed. Rev. VI, Cet. 14). Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2015). Penyusunan Skala Psikologi. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Aziz, M., Chemnad, K., Al-Harashsheh, S., Abdelmoneium, A. O., Baghdady, A.,

- & Ali, R. (2024). Depression, stress, and anxiety versus internet addiction in early and middle adolescent groups: the mediating roles of family and school environments. *BMC Psychol*, 3:12(1):184.
- Brooks, S., Longstreet, P., & Califf, C. B. (2017). Social Media Induced Technostress and its Impact on Internet Addiction: A Distraction-conflict Theory Perspective. *Transactions on Human-Computer Interaction*, Vol 9 (2), hal 99-122.
- Broadbent, J., & Dakki, M. A. (2015). How Much Is Too Much to Pay for Internet Access? A Behavioral Economic Analysis of Internet Use. *PubMed*, 18 (8): 457-61.
- Chen, W., Gao, Y., Ren, R., Bi, Y., & Liao, Y. (2025). Socioeconomic status and internet addiction: double-mediated moderation. *BMC Public Health*, 25 (1).
- Fathimatuazzahraa, R. N., & Dompok, T. (2024). Menjembatani Kesenjangan Akses Internet: Studi Kasus Indonesia Dan Brunei Darussalam. *Seminar Nasional Ilmu Sosial & Teknologi*, 147-153.
- Gupta, A., Khan, A.M., Rajoura, O. P., Srivastava, S. (2018). *Internet addiction and its mental health correlates among undergraduate college students of a university in North India. Journal of Family Medicine and Primary Care*. Volume 7 : Issue 4.
- Gholamian, B., Shahnazi, H., Hassanzadeh, A. (2017). *The Prevalence of Internet Addiction and its Association with Depression, Anxiety, and Stress, among High School Students*. *Int J Pediatr*. Vol.5. N.4. Serial No.40.
- Jun, S., & Choi, E. (2015). Academic stress and Internet addiction from general strain theory framework. *Human Behavior*, 49, 282-287.
- Kim K, Ryu E, Chon MY, Yeun EJ, Choi SY, Seo JS. (2009). *Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: A questionnaire survey*. *Int J Nurs Stud*. 43(2):185-92.
- Masih, J., & Rajkumar, R. (2019). Internet Addiction Disorder and Mental Health in Adolescents. *Journal of Depression and Anxiety*, Hal 1-4.
- Ningtyas, S. D. (2012). Hubungan Antara Self Control Dengan Internet Addiction Pada Mahasiswa. *Educational Psychology Journal*, 1.
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan Game Online pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, Vol. 27, No. 2, hal 148 – 158.
- Nada, Q., Herdiana, I., & Andriani, F. (2022). Testing the validity and reliability of the Depression Anxiety Stress Scale (DASS)-21 instrument for individuals with Psychodermatology. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol 7 No 2, hal 153-168.
- Ozturk FO, Ekinci M, Ozturk O, Canan F. (2013). *The relationship of affective temperament and emotional-behavioral difficulties to internet addiction in Turkish teenagers*. *ISRN Psychiatry*. 26(1):1-7.
- Periantolo, J. (2016). *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar (Anggota IKAPI).
- Savci, M., & Aysan, F. (2017). Technological Addictions and Social Connectedness: Predictor Effect of Internet Addiction, Social Media Addiction, Digital Game Addiction and Smartphone Addiction on Social Connectedness. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, Volume 30, Number 3, hal 202-216.
- Siste, K., Suwartono, C., Nasrun, M. W., Bardosono, S., Sekartini, R., Pandelaki,

- J., . . . Wiguna, T. (2021). Validation Study Of The Indonesian Internet Addiction Test Among Adolescents. *Plos One*, Vol 16 No 2, Hal 1-15.
- Santos, V., Freire, R., Zugliani, M., Cirillo, P., Santos, H. H., Nardi, A. E., . . . King, S. (2017). Treatment Outcomes In Patients With Internet Addiction And Anxiety. *Medicalexpress* (Sao Paulo, Online), Vol 4 No 2, Hal 1-7.
- Stevens, J. P. (2009). *Applied Multivariate Statistics for the Social Sciences* (5th ed). *New York: Routledge*.
- Soliha, S. F. (2015). Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial. *Jurnal Interaksi*, Vol. 4 No. 1, Hal 1-10.
- Shen, X. W. (2023). Stress and Internet addiction: Mediated by anxiety and moderated by self-control. *America Psychological Association*, 16.
- Thomée S, Härenstam A, Hagberg M. (2012). *Computer use and stress, sleep disturbances, and symptoms of depression among young adults – A prospective cohort study*. *BMC Psychiatry*.12:176.
- Uher, J. (2018). Quantitative Data From Rating Scales: An Epistemological and Methodological Enquiry. *Sec. Educational Psychology*, Vol 9.
- Vondráčková, P., & Gabrhelík, R. (2016). Prevention of Internet addiction: A systematic review. *J Behav Addict*, 5 (4).
- Yang, J., Guo, Y., Du, X., Jiang, Y., Wang, W., Xiao, D., et al. (2018). Association between Problematic Internet Use and Sleep Disturbance among Adolescents: The Role of the Child's Sex. *Int. J. Environ. Res. Public Health* , Vol 15 (5) hal 2-9.
- Younes dkk (2016). *Internet addiction and relationships with insomnia, anxiety, depression, stress and self-esteem in university students: A Cross-sectional designed study*. *PLoS One*. 11:e0161126.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: Symptoms, evaluation and treatment. *Innovations in Clinical Practice* , Vol 17, hal 19-31.
- Yu, H., & Mu, Q. (2024). Effects of physical exercise on internet addiction among college students: Mediated by stress, moderated by self-control. *Social Behavior and Personality: an international journal*, Volume 52, Number 6.
- Yu, H., Mu, Q., Lv, X., Chen, S., & He, H. (2024). Effects of an exercise intervention on maternal depression, anxiety, and fatigue: a systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, Vol 15.