

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Perkembangan teknologi digital telah membawa dampak besar terhadap berbagai aspek kehidupan, termasuk cara manusia berkomunikasi dan bersosialisasi. Salah satu bentuk inovasi digital yang paling menonjol adalah media sosial, yang kini menjadi bagian integral dalam kehidupan sehari-hari. Media sosial seperti *Instagram*, *TikTok*, *X*, dan *Facebook* telah mengubah pola interaksi sosial manusia, terutama di kalangan generasi muda. Sebagai kelompok yang tumbuh bersamaan dengan era digital, mahasiswa menjadi salah satu pengguna media sosial yang paling aktif. Media sosial tidak hanya digunakan sebagai sarana komunikasi, tetapi juga sebagai media untuk berbagi pengalaman, mengekspresikan diri, hingga mencari informasi akademik dan hiburan. Namun, di balik manfaat yang ditawarkan, media sosial juga memiliki dampak negatif yang signifikan, terutama jika digunakan secara berlebihan. Salah satu dampak tersebut adalah munculnya *Problematic Internet Use* atau penggunaan internet yang bermasalah.<sup>1</sup>

Penggunaan internet yang bermasalah umumnya mengacu pada kebiasaan menggunakan internet secara berlebihan atau sulit dikendalikan, yang menyebabkan gangguan atau kesulitan dalam kehidupan sehari-hari. Ciri-cirinya meliputi ketergantungan yang berlebihan, kesulitan mengatur

---

<sup>1</sup> G. Novanda & A. Supriyanto. "Pengaruh media sosial terhadap penyimpangan perilaku pada mahasiswa." *Seminar Nasional Arah Manajemen Sekolah Pada Masa dan Pasca Pandemi Covid-19*. (2020). <https://conference.um.ac.id/index.php/apfip/article/view/380/332>.

waktu *online*, serta dampak negatif pada kehidupan sosial, akademik, pekerjaan, atau kesehatan fisik dan mental. Masalah ini bisa mencakup kecanduan media sosial, bermain *game*, belanja *online*, atau mengakses konten yang tidak sesuai. Menurut Caplan *Problematic Internet Use* adalah suatu sindrom yang bersifat multidimensional, mencakup aspek kognitif, emosional, dan perilaku. Sindrom ini dapat menyebabkan seseorang mengalami kesulitan dalam menjalani kehidupan di dunia nyata saat tidak terhubung ke internet.<sup>2</sup>

Menurut Young, *Problematic Internet Use* didefinisikan sebagai penggunaan internet yang dilakukan secara berlebihan untuk berbagai aktivitas daring, yang dapat memberikan dampak negatif pada berbagai aspek kehidupan individu. Ini termasuk kondisi fisik, kesehatan psikologis, lingkungan sosial, kemampuan akademis, serta relasi dengan individu lain.<sup>3</sup> Young menjelaskan bahwa *Problematic Internet Use* adalah perilaku yang tidak adaptif, yang disebabkan oleh ketidakmampuan individu untuk mengontrol penggunaan internet. Akibatnya, hal ini dapat menimbulkan perasaan negatif dan mengganggu kehidupan sehari-hari mereka.<sup>4</sup>

*Problematic Internet Use* juga dikaitkan dengan munculnya perasaan tidak mampu mengelola waktu dengan baik, isolasi sosial, hingga terganggunya kesehatan mental secara keseluruhan. *Problematic Internet*

---

<sup>2</sup> S. E. Caplan. "Problematic Internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument." *Computers in Human Behavior*, 18(5), 553–575.

<sup>3</sup> R. Nisrina. "Pengaruh Harga Diri, Distres Psikologis, dan Penggunaan Instagram terhadap Problematic Internet Use Pada Siswa" (Bachelor's thesis, Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. (2022).

<sup>4</sup> Kimberly S. Young. *Internet Addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment*. (2011). 312 pp. ISBN 978-0-470-55116-5.

*Use* menjadi isu yang semakin relevan.<sup>5</sup> Menurut survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, media sosial menjadi aplikasi internet yang paling sering diakses oleh masyarakat Indonesia. Selama periode 2021-2022, sebanyak 89,15% responden tercatat menggunakan media sosial. Sementara itu, berdasarkan data dari *We Are Social*, jumlah pengguna media sosial di Indonesia pada tahun 2023 mencapai 167 juta orang, atau sekitar 60,4% dari total populasi. Persentase ini merupakan yang tertinggi dibandingkan jenis konten lainnya di internet.<sup>6</sup> Pada tahun 2024, Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa sekitar 25-30% pengguna internet di Indonesia menunjukkan gejala *Problematic Internet Use*, terutama di kalangan remaja dan dewasa muda (15-24 tahun). Faktor penyebab utama yaitu Media sosial (*TikTok, Instagram*), game *online*, dan kecanduan konten digital.<sup>7</sup>

Menurut Kementerian Kesehatan RI (2024), penggunaan internet berlebihan berkorelasi dengan peningkatan gangguan kecemasan, insomnia, dan penurunan produktivitas. KPAI (Komisi Perlindungan Anak Indonesia) melaporkan bahwa 40% kasus gangguan belajar anak terkait dengan kecanduan internet.<sup>8</sup> Menurut We Are Social & Hootsuite, Indonesia masuk dalam 10 besar negara dengan tingkat kecanduan internet

---

<sup>5</sup> S. Budury, & A. Fitriyani. Penggunaan media sosial terhadap kejadian depresi, kecemasan dan stres pada mahasiswa: use of social media on events of depression, anxiety and stress among university students. *Bali Medika Jurnal*, 6(2). (2019) 205-208.

<sup>6</sup> Retno Edya Permatasari. *Hubungan Social Anxiety Dan Loneliness Dengan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial Tiktok Di Surabaya Raya* (Fakultas Psikologi Dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya). (2023).

<sup>7</sup> Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). *Survei Penggunaan Internet dan Dampaknya di Indonesia*. (Jakarta: APJII, 2024)

<sup>8</sup> Kementerian Kesehatan RI. *Laporan Kesehatan Mental dan Penggunaan Internet*. (Jakarta: Kemenkes RI, 2024).

tertinggi di Asia.<sup>9</sup> Fenomena ini tidak hanya terjadi pada anak-anak, tetapi juga merambah kalangan mahasiswa yang rentan terhadap penggunaan internet secara berlebihan, terutama untuk aktivitas non-akademik seperti media sosial, *game online*, atau konten hiburan digital. Penggunaan yang tidak terkontrol tersebut kerap mengganggu konsentrasi, menurunkan performa akademik, serta mengurangi kualitas hubungan sosial di dunia nyata. Dalam jangka panjang, mahasiswa yang mengalami ketergantungan terhadap internet berisiko mengalami *Problematic Internet Use*.

Menurut Frangos dkk, mahasiswa dipandang sebagai kelompok yang rentan terhadap *Problematic Internet Use* karena mereka memiliki banyak waktu luang akibat jadwal yang kurang terstruktur. Selain itu, akses internet tanpa batas yang disediakan oleh universitas melalui *Wi-Fi* turut mendukung kecenderungan tersebut.<sup>10</sup> Berdasarkan penelitian dari Paul G. Brown bahwa mahasiswa dengan usia 18-24 tahun ditemukan bahwa mereka secara sadar menggunakan media sosial untuk membentuk dan menampilkan identitas diri mereka secara *online*. Selain itu, data menunjukkan bahwa mahasiswa sebagai pengguna aktif media sosial menguasai atau memegang kendali secara penuh media sosial yang digunakan.<sup>11</sup> Menurut penelitian yang dilakukan oleh Young, terdapat temuan yang menunjukkan bahwa sekitar 13 hingga 18,4% populasi mahasiswa di berbagai negara berisiko tinggi mengalami ketergantungan

---

<sup>9</sup> We Are Social & Hootsuite. "Digital Report 2024: Global Overview". Diakses 10 Januari 2025 dari <https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report>.

<sup>10</sup> Y. Yashinta, & D. Hurriyati. "Problematic internet use digunakan ketika kesepian pada remaja". *Jurnal Ilmiah Psyche*, 14(1). (2020). 45-60.

<sup>11</sup> Retno Edya Permatasari. "*Hubungan Social Anxiety Dan Loneliness Dengan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial Tiktok Di Surabaya Raya*". Skripsi (Fakultas Psikologi Dan Kesehatan, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2023).

terhadap penggunaan internet, baik secara fisik maupun mental.<sup>12</sup> Mahasiswa menjadi kelompok yang rentan terhadap masalah internet berlebihan karena berbagai faktor, termasuk tuntutan akademik, tekanan sosial, dan kebutuhan akan pembenaran diri. Selain itu, mahasiswa yang menghabiskan banyak waktu di media sosial menunjukkan kecenderungan untuk mengalami gangguan seperti kecemasan, stres, bahkan depresi. Mahasiswa yang dihadapkan pada tekanan akademik dan sosial menjadikan media sosial sebagai pelarian untuk mengurangi stres.<sup>13</sup>

Menurut Caplan, terdapat empat dimensi dalam menggambarkan *Problematic Internet Use* pada seseorang, yaitu:<sup>14</sup> *POSI (Preference for Online Social Interaction)* yaitu kecenderungan individu lebih memilih interaksi sosial secara daring dibandingkan secara langsung karena dianggap lebih nyaman dan aman, *Mood Regulation* yaitu penggunaan internet sebagai sarana untuk mengatur atau menghindari emosi negatif, seperti stres atau kecemasan, *Deficient Self-Regulation* yakni ketidakmampuan individu dalam mengendalikan perilaku penggunaan internet, seperti kesulitan untuk berhenti atau membatasi waktu penggunaannya, *Negative Outcomes* yaitu munculnya dampak negatif yang signifikan dalam kehidupan seseorang akibat penggunaan internet secara berlebihan, seperti terganggunya hubungan sosial, prestasi akademik, atau kondisi psikologis. Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi

---

<sup>12</sup> *Ibid.*

<sup>13</sup> B. Keles, N. McCrae, & A. Grealish. A systematic review: "The influence of social media on depression, anxiety and psychological distress in adolescents". *International Journal of Adolescence and Youth*, 25(1), (2020). 79–93.

<sup>14</sup> A. Hasanah. "Hubungan Antara Problematic Internet Use Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Smk Tritech Informatika Medan". (Doctoral dissertation, Universitas Medan Area, 2023)

*Problematic Internet Use*, antara lain :<sup>15</sup> *Loneliness, Self-esteem, Coping style, Psychological distress, Life satisfaction, Interpersonal relationships, Social media usage.*

Gabriella Putri Yolita dan Ratriana Yuliasuti Endang Kusumiati menyimpulkan bahwa penelitian mengenai hubungan antara *self - esteem* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa terdapat hubungan negatif antara *self - esteem* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana, AMA, dan IAIN Salatiga.<sup>16</sup> Harga diri menunjukkan hubungan dengan kecanduan internet, yang berarti semakin rendah harga diri, semakin besar kemungkinan mahasiswa mengalami kecanduan internet. Individu dengan *self - esteem* tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang baik, sementara individu dengan *self - esteem* rendah mungkin merasa kurang berharga atau tidak mampu.<sup>17</sup>

Berdasarkan hasil wawancara dengan Mahasiswa Psikologi Islam UIN Syekh Wasil Kediri dengan inisial H, ditemukan bahwa H cenderung menggunakan internet secara intensif.<sup>18</sup> H menyatakan bahwa setiap bangun tidur ia langsung mengaktifkan internet, di tengah kesibukannya sebagai mahasiswa dan pekerja. H merasa lebih nyaman dan percaya diri saat berkomunikasi melalui platform digital seperti media sosial, forum *online*, atau aplikasi perpesanan. Menurutnya, internet menjadi sarana utama untuk

---

<sup>15</sup>R. Nisrina. "Pengaruh Harga Diri, Distres Psikologis, dan Penggunaan Instagram terhadap Problematic Internet Use Pada Siswa" (Bachelor's thesis: Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2021).

<sup>16</sup> G. P. Yolita, & R. Y. E Kusumiati. "Hubungan Antara Self Esteem dengan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa". *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(1), (2023) 5969-5974.

<sup>17</sup> Kissela, B., & Hertinjung, W. S. "Hubungan antara Harga Diri, Kesepian dan Kontrol Diri dengan Kecanduan Internet pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19" (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2021).

<sup>18</sup> Wawancara dengan H (2025. Januari 10).

mengisi waktu luang dan mengeksplorasi berbagai hal baru yang menarik perhatiannya, terutama dari media sosial. H aktif menggunakan *TikTok*, *Instagram*, dan *YouTube*, dengan intensitas penggunaan tertinggi pada *YouTube*. Subjek ini mengaktifkan internet hampir sepanjang hari dan menggunakan media sosial selama 14 hingga 16 jam per hari. H pernah mencoba untuk berhenti menggunakan internet ketika merasa sangat sibuk, namun kecenderungan untuk kembali menggunakan internet secara terus-menerus menunjukkan adanya pola penggunaan yang sulit dikendalikan.

Sedangkan hasil observasi dari subjek yang kedua dengan inisial S mahasiswa Psikologi Islam UIN Syekh Wasil Kediri menunjukkan bahwa dia lebih memilih menghabiskan waktu bermain *game online* dengan teman-teman virtualnya daripada bertemu dengan teman-teman sebayanya di dunia nyata, dia merasa lebih diterima dan dihargai di dunia *online* karena tidak perlu menghadapi tekanan sosial seperti di kehidupan nyata dan menurutnya hal tersebut menjadikan suasana tenang dalam dirinya.<sup>19</sup> Dia mengaktifkan internetnya sama dengan subjek sebelumnya. Dari kecanduan *game online* hingga lupa waktu dia mengalami penurunan nilai akademis, kurang tidur, dan konflik dengan keluarga karena dianggap tidak bertanggung jawab. Dia juga merasa terisolasi dari teman-temannya di dunia nyata.

*Problematic Internet Use* sering dikaitkan dengan berbagai isu kesehatan mental, salah satunya adalah harga diri atau *self-esteem* yang rendah. *Self-esteem* merujuk pada penilaian individu terhadap dirinya sendiri, seseorang merasa dirinya berharga, mampu, dan layak untuk dihargai. Individu dengan *self-esteem* yang rendah cenderung mengalami

---

<sup>19</sup> Wawancara dengan S (2025. Januari 15)

ketidakpuasan terhadap diri sendiri dan mencari pelarian atau kompensasi melalui dunia maya terutama media sosial dan permainan daring yang dapat menjadi ruang alternatif untuk membangun identitas, mendapatkan pengakuan, dan menghindari realitas yang dirasa tidak menyenangkan. Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* yang tinggi umumnya memiliki kepercayaan diri yang lebih baik dalam berinteraksi secara langsung dan tidak terlalu tergantung pada internet sebagai sarana pelampiasan atau validasi diri.<sup>20</sup> Oleh karena itu, terdapat hubungan *negatif* antara *self-esteem* dan *problematic internet use*, di mana tingkat *self-esteem* tertentu dapat memengaruhi kecenderungan seseorang dalam menggunakan internet secara problematik.

*Self-Esteem* atau harga diri merupakan suatu pandangan seseorang terhadap kualitas diri sendiri, yang mana bisa diartikan sebagai penilaian pribadi seseorang tentang dirinya sendiri, yang meliputi rasa penghargaan, keyakinan pada kemampuan, dan penerimaan terhadap dirinya. Secara umum, *self-esteem* menunjukkan sejauh mana seseorang merasa dirinya memiliki nilai, kemampuan, dan layak untuk dicintai serta dihormati. *Self-esteem* yang sehat dapat membantu individu menghadapi tantangan hidup dengan lebih percaya diri, membangun hubungan yang positif, dan membuat keputusan yang bijaksana. Upaya untuk meningkatkan *self-esteem* dapat melibatkan berbagai strategi, seperti menetapkan tujuan yang realistis, merayakan pencapaian kecil, mengelola kritik secara konstruktif, dan membangun hubungan yang mendukung serta menghargai.<sup>21</sup>

---

<sup>20</sup>P. M. Valkenburg, J. Peter, & A. P. Schouten. "Friend networking sites and their relationship to adolescents' well-being and social self-esteem". *CyberPsychology & Behavior*, 9(5), (2006) 584–590.

<sup>21</sup> N. Branden. *The Six Pillars of Self-Esteem*. (New York: Bantam Books, 1994).

*Self-esteem* adalah salah satu faktor penting dalam keberhasilan individu dalam hidupnya, karena perkembangan *self-esteem* pada remaja akan mempengaruhi keberhasilan atau kegagalan di masa depan. Sebagai bentuk penilaian diri, pengembangan *self-esteem* menjadi aspek penting dalam pendidikan, dengan harapan dapat membantu anak menemukan dan membangun konsep diri yang positif. Menurut Lawrence, *Self-esteem* adalah evaluasi individu untuk mengubah atau untuk mengembangkan keterampilan sosial, fisik, dan akademis. Menurut Nikmarijal, *Self-esteem* pada anak usia sekolah dipengaruhi oleh orang-orang penting dalam hidup mereka, dimulai dari hubungan keluarga, kemudian berkembang melalui interaksi di sekolah dan masyarakat. Proses ini berkontribusi pada kemampuan individu untuk menentukan nasib mereka sendiri.<sup>22</sup>

*Self-esteem* merupakan dasar penting dalam membangun pandangan seseorang terhadap dirinya sendiri. Hal ini berpengaruh besar pada cara mereka menghadapi berbagai tantangan, baik dalam kehidupan pribadi maupun profesional. *Self-esteem* yang kuat membantu individu lebih percaya diri dalam mengambil keputusan, menghadapi kesulitan, dan mengembangkan hubungan yang sehat dengan orang lain. Sebaliknya, *self-esteem* yang rendah dapat menghambat kemampuan seseorang untuk tumbuh dan berkembang, membuat mereka lebih rentan terhadap stres dan kritik. Oleh karena itu, pemahaman dan pengembangan *self-esteem* yang

---

<sup>22</sup> R. Refnadi. "Konsep self-esteem serta implikasinya pada siswa". *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4(1), (2020) 16-22.

positif sangat penting untuk mencapai kesejahteraan dan kesuksesan dalam hidup.<sup>23</sup>

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “Hubungan Antara *Self - Esteem* dengan *Problematic Internet Use* Pada Mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2022 UIN Syekh Wasil Kediri” yang mana mendapatkan hasil dari kesimpulan penelitian terdahulu bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *Self - Esteem* dengan *Problematic Internet Use* mahasiswa. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin rendah harga diri, semakin besar kemungkinan mahasiswa mengalami kecanduan internet. Peneliti berpendapat bahwa penelitian ini akan memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang bagaimana tingkat harga diri mempengaruhi penggunaan internet yang berlebihan di kalangan mahasiswa, serta memberikan solusi untuk mendukung kesejahteraan mereka di era digital.

---

<sup>23</sup> D. A. L. Lestari & Marsofiyati. “Pengaruh Self-Esteem dan Emotional Stability terhadap Aktualisasi Diri pada Mahasiswa”. *Liberosis: Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling*, 8(3), (2024) 71–80.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Seberapa tinggi tingkat *self - esteem* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2022 UIN Syekh Wasil Kediri?
2. Seberapa tinggi tingkat *problematic internet use* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2022 UIN Syekh Wasil Kediri?
3. Apakah ada hubungan antara *self - esteem* dengan mahasiswa yang mengalami *problematic internet use* di Prodi Psikologi Islam Angkatan 2022 UIN Syekh Wasil Kediri?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat *self - esteem* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2022 UIN Syekh Wasil Kediri.
2. Untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat *problematic internet use* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2022 UIN Syekh Wasil Kediri.
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara *self - esteem* dengan mahasiswa yang mengalami *problematic internet use* pada Prodi Psikologi Islam Angkatan 2022 UIN Syekh Wasil Kediri.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Praktis**

- a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini membantu mahasiswa memahami dampak dari penggunaan media sosial yang berlebihan terhadap kesehatan mental mereka. Dengan kesadaran ini, mereka dapat belajar

mengelola waktu dengan lebih baik dan mengembangkan keterampilan sosial yang positif, sehingga dapat meningkatkan produktivitas akademik mereka.

b. Bagi Perguruan Tinggi

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk mengembangkan program dukungan yang berfokus pada pengurangan penggunaan internet yang bermasalah di antara mahasiswa yang mana program ini bisa mencakup layanan konseling, pelatihan tentang penggunaan media sosial, serta menciptakan lingkungan kampus yang lebih ramah dan mendorong interaksi sosial yang sehat.

c. Bagi Peneliti Berikutnya

Hasil penelitian ini bermanfaat sebagai bahan literatur yang berminat melakukan penelitian dengan tema *Self - esteem* dan *problematic internet use* dan dapat membantu dalam pengembangan program atau intervensi yang ditujukan dalam *problematic internet use*.

d. Bagi Pengguna Internet

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya penggunaan media sosial yang seimbang dan dapat mengambil langkah-langkah untuk mengurangi waktu *online* yang berlebihan serta lebih fokus pada interaksi sosial di dunia nyata, yang mana pada akhirnya dapat membantu mengurangi perasaan kesepian dan meningkatkan kualitas hidup.

## 2. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini bisa digunakan sebagai rujukan atau referensi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan, studi kasus, serta pengaplikasian di bidang psikologi. Dan akan memperkaya literatur akademik yang membahas dampak psikologis dari penggunaan media sosial, terutama terkait dengan *self - esteem* dan *problematic internet use*. Temuan dari penelitian ini dapat menjadi sumber referensi penting untuk pengembangan studi lanjutan di bidang psikologi dan komunikasi.

## E. Batasan Penelitian

Penelitian ini mengambil subjek pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam Angkatan 2022 yang aktif dalam melaksanakan perkuliahan di UIN Syekh Wasil Kediri. Batasan penelitian ini hanya pada variabel-variabel yang berkaitan dengan *Self - Esteem* dan *Problematic Internet Use*. *Self - Esteem* cenderung ke mahasiswa yang mana mereka mengalami rasa kurangnya percaya diri saat menggunakan internet secara berlebihan yang akan berdampak negatif bagi kondisi fisik, psikologis, dan kognitif.

## F. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian oleh M Imam Ardiansyah dengan judul “Hubungan Antara *Self Esteem* Dan *Problematic Internet Use* Pada Mahasiswa Universitas Islam Indonesia”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *self-esteem* dengan *problematic internet use* pada

mahasiswa Universitas Islam Indonesia. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 133 mahasiswa Universitas Islam Indonesia, terdiri dari 87 mahasiswa laki-laki dan 46 mahasiswa perempuan. Penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu: (a) Rosenberg *Self Esteem* Scale (10 butir pernyataan) dengan reliabilitas  $\alpha = 0,831$  dan (b) Generalized *Problematic Internet Use Scale 2* (15 butir pernyataan) yang mengacu pada aspek-aspek dari Caplan (2003) dengan reliabilitas  $\alpha = 0,850$ . Hasil analisis menggunakan teknik korelasi Product Moment Pearson menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self-esteem* dan *problematic internet use* dengan nilai  $r = -0,257$  dan  $p = 0,003$  ( $p < 0,05$ ).<sup>24</sup>

Kesamaan antara penelitian ini dengan peneliti adalah sama-sama meneliti tentang hubungan *self-esteem* dan *problematic internet use* dan jenis penelitian yang digunakan menggunakan metode kuantitatif. Perbedaan penelitian dari M Imam Ardiansyah dengan penelitian ini di karakteristik subjeknya Angkatan 2015-2017 dan alat telekomunikasi yang condong dioperasikan meliputi HP, *Notebook*, Laptop, dan Tablet. Sedangkan penelitian ini menggunakan Angkatan 2022 dan mempunyai alat komunikasi HP.

2. Penelitian oleh Wastiti Adiningrum, Mungin Edy Wibowo, Edy Purwanto dengan judul "*The Effects of Adolescent-Parent Attachment, Emotion Regulation, and Self-Esteem on Problematic Internet Use among Adolescents*". Perkembangan teknologi, termasuk internet,

---

<sup>24</sup> M. I. Ardiansyah. "Hubungan Antara Self Esteem Dan Problematic Internet Use Pada Mahasiswa Universitas Islam Indonesia". (2018). <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/13404>.

mengalami kemajuan yang sangat pesat. Namun, internet dapat memberikan dampak negatif apabila penggunaannya tidak tepat, yang dikenal sebagai *problematic internet use* atau penggunaan internet yang bermasalah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh keterikatan orang tua-remaja, regulasi emosi, dan *self-esteem* terhadap *problematic internet use*. Penelitian ini melibatkan 120 remaja yang bersekolah di SMA Negeri di seluruh Kota Tasikmalaya dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah Adolescent Attachment Questionnaire (AAQ), Emotion Regulation Questionnaire (ERQ), Rosenberg *Self-Esteem* Scale (RSES), dan Generalized *Problematic Internet Use* Scale 2 (GPIUS2). Dalam menganalisis data, digunakan uji deskriptif dan regresi linear berganda. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa keterikatan orang tua-remaja berpengaruh positif terhadap *problematic internet use*, regulasi emosi berpengaruh positif terhadap *problematic internet use*, dan *self-esteem* juga berpengaruh positif terhadap *problematic internet use*. Terakhir, ditemukan bahwa keterikatan orang tua-remaja, regulasi emosi, dan *self-esteem* secara simultan berpengaruh positif terhadap *problematic internet use*.<sup>25</sup>

Persamaan penelitian yang dilakukan oleh Wastiti Adiningrum, Mungin Edy Wibowo, Edy Purwanto dengan peneliti adalah sama-sama meneliti tentang *self – esteem* dan *problematic internet use*, sedangkan perbedaannya penelitian oleh Wastiti Adiningrum, Mungin Edy Wibowo,

---

<sup>25</sup> W. Adiningrum, M. E. Wibowo, & E. Purwanto. "The Effects of Adolescent-Parent Attachment, Emotion Regulation, and Self-Esteem on Problematic Internet Use among Adolescents". *Jurnal Bimbingan Konseling*, 11(3), (2022) 253-260.

Edy Purwanto berfokus pada regulasi diri sedangkan penelitian ini lebih fokus pada *Self-Esteem* dan *Problematic Internet Use*.

3. Penelitian oleh Ilviana Yulia Sari, Freya Odelia Affandi, Nur Rohmah Hidayatul Qoyyimah, Femmi Nurmalitasari dengan judul “Hubungan antara *Problematic Internet Use* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Negeri Malang”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui interaksi antara *problematic internet use* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Universitas Negeri Malang. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *Generalized Problematic Internet Use Scale-2(GPIUS-2)* oleh Caplan (2010) dan skala *Academic Procrastination Scale(APS)* oleh McCloskey (2011). Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari uji kategorisasi dan uji korelasi menggunakan perhitungan statistik dengan program komputer SPSS for Windows versi 22. Dapat diketahui bahwa sebanyak 2 responden (6,7%), menunjukkan *problematic internet use* yang rendah, 17 responden (56,7%) menunjukkan *problematic internet use* yang sedang, dan 11 responden (36,7%) menunjukkan *problematic internet use* yang tinggi. Dari hasil kategorisasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini, mayoritas responden memiliki *problematic internet use* yang sedang. Diketahui bahwa tidak ada responden yang menunjukkan prokrastinasi akademik yang rendah, 15 responden (50%) menunjukkan prokrastinasi akademik yang sedang, dan 15 responden (50%) menunjukkan prokrastinasi akademik yang tinggi. Dari hasil kategorisasi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini, mayoritas responden memiliki

prokrastinasi sedang sampai tinggi. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif antara variabel *problematic internet use* dengan variabel prokrastinasi akademik pada mahasiswa di Universitas Negeri Malang.<sup>26</sup>

Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama membahas *problematic internet use* dan menggunakan metode kuantitatif, sedangkan perbedaan penelitian oleh Ilviana Yulia Sari, Freya Odelia Affandi, Nur Rohmah Hidayatul Qoyyimah, Femmi Nurmalitasari fokus penelitian pada Prokrastinasi Akademik, sedangkan peneliti berfokus pada hubungan *self-esteem* terhadap *problematic internet use*.

4. Penelitian oleh Muhammad Fachrezy, Mary Angelie S. Cabacungan, Fajar Kawuryan dengan judul “Perbedaan *Loneliness dan Self-esteem* Pada Laki-laki dan Perempuan Dewasa Muda Pengguna Media Sosial”. Tujuan penelitian ini untuk memudahkan orang-orang terutama individu usia dewasa muda sebagai demografi pengguna media sosial tertinggi dalam berkomunikasi. Namun, penggunaan media sosial memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis dengan rendahnya *self-esteem* dan tingginya *loneliness* pada individu. Studi ini menggunakan metode kuantitatif-deskriptif untuk memperoleh data secara menyeluruh mengenai perbedaan *loneliness* dan *self-esteem* pada laki-laki dan perempuan usia dewasa muda yang menggunakan media sosial. *Purposive sampling* digunakan untuk memilih sampel penelitian, 200 subjek yang terdiri dari 100 laki-laki dan 100 perempuan berusia 18

---

<sup>26</sup> I. Y. Sari, F. O. Affandi, N. R. H. Qoyyimah, & F. Nurmalitasari. "Hubungan antara Problematic Internet Use dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Universitas Negeri Malang". *Flourishing Journal*, 2(11), (2022) 697-703.

- 29 tahun berpartisipasi dalam penelitian ini. Analisis *t-test* dilakukan untuk mengetahui tingkat perbedaan *loneliness* dan *self-esteem*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan tingkat *loneliness* dan *self-esteem* pada laki-laki dan perempuan usia dewasa muda yang menggunakan media sosial. Hal ini ditunjukkan dengan nilai  $p = 0.000$  ( $p < 0.01$ ) yang menunjukkan bahwa ada perbedaan *loneliness* dan *self-esteem* yang sangat signifikan diantara laki-laki dan perempuan, dimana laki-laki memiliki tingkat *loneliness* yang lebih tinggi dan *self-esteem* yang lebih rendah dibandingkan dengan perempuan.<sup>27</sup>

Perbedaan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Fachrezy, Mary Angelie S. Cabacungan, Fajar Kawuryan membahas tentang Perbedaan *Loneliness*. Persamaan penelitian tersebut sama – sama membahas tentang *Self – Esteem*, sedangkan perbedaan penelitian oleh Muhammad Fachrezy, Mary Angelie S. Cabacungan, Fajar Kawuryan fokus di perbedaan *loneliness* dan *self – esteem*.

5. Penelitian oleh Asma Zakiyyah, Melly Latifah dengan judul “Pengaruh Kelekatan Remaja-Orangtua, Harga Diri, Dan Kontrol Diri Terhadap Penggunaan Internet Bermasalah Pada Remaja”. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh langsung dan tidak langsung kelekatan remaja, orang tua, harga diri, dan kontrol diri terhadap penggunaan internet bermasalah. Penelitian ini melibatkan sebanyak 250 remaja di Kabupaten Bogor. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah Adolescent Attachment Questionnaire (AAQ), Rosenberg *Self-Esteem*

---

<sup>27</sup> M. Fachrezy, M. A. S. Cabacungan, & F. Kawuryan. “Perbedaan Loneliness dan Self-esteem Pada Laki-laki dan Perempuan Dewasa Muda Pengguna Media Sosial”. *Jurnal Ilmiah Psikologi Insani*, 7(2). (2022).

Scale (RSES), kontrol diri singkat versi Indonesia (operasionalisasi De Ridder), dan *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS 2). Analisis data menggunakan uji deskriptif dan Structural equation modelling (SEM) menggunakan smartPLS. Penelitian ini hanya menemukan satu variabel yang berpengaruh langsung terhadap penggunaan internet bermasalah, yaitu kontrol diri dengan pengaruh negatif signifikan pula. berdasarkan hasil dekomposisi efek. Harga diri secara langsung dipengaruhi positif signifikan oleh kelekatan orang tua - remaja ( $\beta= 0,554$ ;  $p= 0,000$ ). Kontrol diri secara langsung dipengaruhi positif. signifikan oleh kelekatan orang tua-remaja ( $\beta= 0,202$ ;  $p= 0,001$ ) dan harga diri ( $\beta= 0,518$ ;  $p= 0,000$ ). Penggunaan internet bermasalah secara langsung dipengaruhi negatif signifikan oleh kontrol diri ( $\beta= -0,457$ ;  $p= 0,000$ ). Sedangkan, kontrol diri dipengaruhi tidak langsung signifikan positif oleh kelekatan orang tua-remaja ( $\beta= 0,287$ ;  $p= 0,000$ ). Penggunaan internet bermasalah dipengaruhi tidak langsung signifikan negatif oleh kelekatan orang tua-remaja ( $\beta= -0,295$ ;  $p= 0,000$ ) dan harga diri ( $\beta= -0,237$ ;  $p= 0,000$ ).<sup>28</sup>

Persamaan penelitian oleh Asma Zakiyyah, Melly Latifah dengan peneliti adalah membahas tentang harga diri dan penggunaan internet bermasalah, sedangkan perbedaannya fokus penelitian Pengaruh Kelekatan Remaja-Orangtua.

6. Penelitian oleh Abdur Rahman, Izzanil Hidayati, Rifdha Wahyuni, Rizal Kurniawan, Riva Nadia Putri dengan judul " *Problematic Internet Use at*

---

<sup>28</sup> A. Zakiyyah & M. Latifah. "Pengaruh kelekatan remaja-orangtua, harga diri, dan kontrol diri terhadap penggunaan internet bermasalah pada remaja". *Jurnal Ilmu Keluarga & Konsumen*, 15(3), (2022) 264-275.

*Junior and High School in Padang, Indonesia: The Interplay of Self-Esteem and Social Acceptance*". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji pengaruh dan peran penerimaan sosial serta harga diri terhadap penggunaan internet yang bermasalah pada remaja di Padang, Indonesia. Penelitian ini menggunakan desain studi potong lintang (cross-sectional) dengan teknik pengambilan sampel secara *convenience* sampling, melibatkan 668 partisipan (259 laki-laki dan 409 perempuan) dari dua puluh satu sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Generalized Problematic Internet Use Scale 2*, *Self-Esteem Scale*, dan *Social Acceptance Scale*. Sampel penelitian yang berhasil dikumpulkan berjumlah 668 siswa, terdiri dari 259 siswa laki-laki (38,8%) dan 409 siswa perempuan (61,2%). Responden berusia antara 12 hingga 18 tahun ( $M=14,6$ ,  $SD=1,63$ ). Terdapat 414 partisipan penelitian dari jenjang sekolah menengah pertama (61,9%) dan 254 orang dari sekolah menengah atas (38,1%), dengan perangkat yang paling banyak digunakan untuk mengakses internet adalah komputer/laptop dan smartphone (97,9%).<sup>29</sup>

Persamaan penelitian oleh Abdur Rahman, Izzanil Hidayati, Rifdha Wahyuni, Rizal Kurniawan, Riva Nadia Putri dan peneliti sama-sama meneliti tentang *Self - Esteem* dan *Problematic Internet Use*, sedangkan perbedaanya penelitian oleh Abdur Rahman, Izzanil Hidayati, Rifdha

---

<sup>29</sup> A. Rahman, I. Hidayati, R. Wahyuni, R. Kurniawan, & R. N. Putri. "Problematic Internet Use at Junior and High School in Padang, Indonesia: The Interplay of Self-Esteem and Social Acceptance". *Participatory Educational Research*, 11(5), (2024) 244-257.

Wahyuni, Rizal Kurniawan, Riva Nadia Putri terdapat pada *Problematic Internet Use at Junior and High School*.

### G. Definisi Operasional

1. *Problematic Internet Use* merupakan penggunaan internet secara berlebihan yang mana akan menyebabkan masalah psikologis, kondisi fisik, akademik, dan adaptasi di lingkungan. Menurut Scott A. Caplan, *Problematic Internet Use* adalah pola penggunaan internet yang maladaptif, yang menyebabkan gangguan atau tekanan psikologis. Caplan menyebutkan bahwa terdapat empat dimensi dalam menggambarkan *Problematic Internet Use* pada seseorang, yaitu:<sup>30</sup> *POSI (Preference for Online Social Interaction)*, *Mood Regulation*, *Deficient Self-Regulation*, *Negative Outcomes*.
2. *Self – Esteem* adalah evaluasi individu untuk mengubah atau untuk mengembangkan keterampilan sosial, fisik, akademik. Menurut Robert W. Reasoner, *Self – Esteem* merupakan pengalaman merasa mampu menghadapi tantangan hidup dan merasa layak untuk bahagia. Menurut Reasoner terdapat 5 indikator untuk mengukur *self esteem* meliputi:<sup>31</sup> Perasaan aman (*Felling of Security*), Perasaan menghormati diri (*Feeling of identity*), Perasaan diterima (*Feeling of Belonging*), Perasaan mampu (*Feeling Of Competence*), Perasaan Berharga (*Feeling of Worth*).

---

<sup>30</sup> Scott E Caplan, "Theory and Measurement of Generalized Problematic Internet Use: A Two Step Approach", *Journal of Computers in Human Behavior*, Vol.26 No.5, (2010), 1093.

<sup>31</sup> A. Kusniawati & M. A. Kader. "Pengaruh Self Esteem Dan Self Efficacy Terhadap Kepuasan Kerja Karyawan (Studi Kasus pada Pegawai RSUD Kabupaten Ciamis)". *Business Management and Entrepreneurship Journal*, 2(4), (2021) 53-62.