TSAQOFAH
Jurnal Penelitian Guru Indonesia

p-ISSN: 2810-0395
e-ISSN: 2810-0042

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Semantic, Garuda, Google Scholar, Base, etc

https://doi.org/10.58578/tsaqofah.v5i3.5853

HUBUNGAN ANTARA SELF ESTEEM DENGAN PROBLEMATIC INTERNET USE PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) DI SUMATERA BARAT

The Relationship Between Self-Esteem and Problematic Internet Use Among Senior High School (SMA) Students in West Sumatra

Putri Satya Anggara & Farah Aulia
Universitas Negeri Padang
putrisatya010302@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
Apr 15, 2025	Apr 30, 2025	May 15, 2025	May 20, 2025

Abstract

This study aims to examine the relationship between self-esteem and problematic internet use (PIU) among high school students in West Sumatra. A correlational quantitative approach was used with purposive sampling. The study involved 357 students who met the criterion of using the internet for more than five hours per day. The research instruments were validated self-esteem and PIU scales. Data were analyzed using the Spearman correlation test. The results showed a significant negative relationship between self-esteem and PIU ($r = -0.642$; $p < 0.05$), indicating that the lower the self-esteem, the higher the tendency for students to engage in problematic internet use, and vice versa. These findings suggest that low self-esteem may be a risk factor for uncontrolled internet use behavior. The conclusion of this study is that self-esteem plays an important role in preventing excessive internet use, which can negatively affect students' psychological well-being. The implications of this study highlight the need for self-esteem enhancement interventions in school guidance and counseling programs to reduce the risk of PIU among adolescents.

Tsaqofah journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

Keywords: Relationship; Self-Esteem; Problematic Internet Use

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan *problematic internet use* (PIU) pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Sumatera Barat. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Jumlah partisipan dalam penelitian ini sebanyak 357 siswa yang memenuhi kriteria penggunaan internet lebih dari lima jam per hari. Instrumen penelitian berupa skala *self-esteem* dan skala PIU yang telah divalidasi. Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-esteem* dan PIU ($r = -0{,}642$; $p < 0{,}05$), yang berarti semakin rendah tingkat *self-esteem*, maka semakin tinggi kecenderungan siswa mengalami penggunaan internet yang bermasalah, dan sebaliknya. Temuan ini mengindikasikan bahwa rendahnya penghargaan diri dapat menjadi salah satu faktor risiko terhadap perilaku penggunaan internet yang tidak terkontrol. Simpulan dari penelitian ini adalah bahwa *self-esteem* memiliki peran penting dalam mencegah kecenderungan penggunaan internet secara berlebihan yang dapat berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis siswa. Implikasi dari penelitian ini mencakup perlunya intervensi peningkatan *self-esteem* dalam program bimbingan dan konseling di sekolah untuk meminimalkan risiko PIU pada remaja.

Kata Kunci: Hubungan; *Self-Esteem; Problematic Internet Use*.

PENDAHULUAN

Internet telah menjadi salah satu teknologi terbesar dalam sejarah manusia (Siregar & Nasution. 2020). Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menjelaskan, bahwa pada Pada 2018, pengguna internet di Indonesia mencapai 64,8% dan levelnya naik menjadi level 73,7% pada 2019-2020. Pada periode 2021-2022 pengguna internet Indonesia sudah mencapai angka 77,02% dan pada tahun 2022 menunjukkan bahwa pengguna internet di Indonesia sebesar 210 juta pengguna. Selain itu jika di tinjau dari segi usia, pengguna internet tertinggi berada di kelompok usia 13-18 tahun. Hampir seluruhnya (99,16%) kelompok usia tersebut terhubung ke internet. Selanjutnya, kelompok usia 19-34 tahun memiliki penetrasi internet sebesar 98,64%. Kelompok 35-54 tahun lalu memiliki penetrasi internet sebesar 87,3%. Anak-anak berusia 5-12 tahun memiliki penetrasi internet sebesar 62,43%. Kelompok umur 55 tahun ke atas memiliki penetrasi terendah dengan 51,73% (Databoks, 2022). Walaupun diagram penggunaan internet tidak naik secara drastis, namun dapat dipastikan bahwa dari tahun ke tahun individu yang menggunakan internet terus bertambah (Dewantara, et al., 2022).

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Sari & Utami (2019) menyatakan hasil bahwa, pengunaan internet siswa di SMA Negeri 13 Kerinci tergolong tinggi yaitu sebesar 64,21%. Dari data tersebut, peneliti dapat menyimpulkan bahwa di SMA Negeri 13 Kerinci, penggunaan internet yang tinggi oleh siswa lebih sering digunakan untuk berkomunikasi dan membentuk komunitas. Fungsi positif internet bagi siswa tampaknya masih kurang dimanfaatkan dengan baik. Selain itu, Manumpil et al., (2015) juga melakukan sebuah penelitian di salah satu SMA di Manado dan di dapatkan hasil yang hampir serupa bahwa dari 41 responden sebanyak 18 responden menggunakan gadget lebih dari 11 jam perhari dan 30 responden (73,2%) menggunakan gadget digunakan untuk browsing bahkan paling banyak digunakan untuk bermain game online dan untuk mengakses berbagai media sosial yang ada (Instagram, Path, Facebook, twitter), mereka cenderung memiliki gadget untuk mengikuti trend yang ada saat ini.

Penggunaan internet yang berlebihan dapat memiliki dampat negatif seperti adiksi dimana fenomena ini rentan terjadi terhadap siswa dan remaja. Morahan & Schumacer (2000) mengungkapkan akibat dari pengaksesan internet secara berlebihan dapat menyebabkan masalah sosial, akademik, keluarga, dan pekerjaan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Prakash (2020) mengenai adiksi *smartphone* di era *covid*-19 adalah rata-rata usia responden yang ikut serta dalam penelitian tersebut berada pada rentang usia 18-25 tahun, dan didapatkan kesimpulan bahwa prevalensi adiksi internet ditemukan masing-masing 50,29% ringan, 18,29% sedang, dan 1,71% tingkat berat, sedangkan hanya 29,71% yang ditemukan sebagai pengguna internet normal. Prevalensi adiksi internet lebih tinggi ditemukan di antara kaum muda dengan presentase (75,9%) yang berumur 14-25 tahun. Dari 192 pelajar, ditemukan 143 pelajar dengan presentase (74,5%) yang memiliki adiksi internet.

Tidak hanya adiksi internet pada remaja yang menjadi dampak dari penggunaan internet yang berlebihan, namun siswa serta remaja dapat masalah emosional dan perilaku (Herawati & Utami, 2022). Remaja yang terlalu banyak menggunakan internet untuk berinteraksi dengan orang lain mungkin merasa terasing dari lingkungan sosial mereka yang sebenarnya, seperti teman sekelas atau keluarga. Hal ini sejalan dengan penelitian yang di lakukan oleh Triwibowo et al. (2022). Didapatkan kesimpulan bahwa Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden yang menggunakan internet dengan intensitas tinggi mempunyai interaksi sosial rendah yaitu 14 dari 15 orang (93,3%). Hal ini dikarenakan dengan subjek terlalu larut dalam penggunaan internet sehingga menyebabkan subjek kehilangan keterampilan dalam membangun relasi dan hubungan sosial di dunia nyata.

Streep (2013) menjelaskan alasan remaja menggunakan sosial media atau internet dikarenakan ingin mendapatkan perhatian, meminta pendapat menumbuhkan citra, dan kecanduan. Penggunaan media sosial atau aktivitas *online* oleh remaja mengakibatkan kurangnya kesadaran mereka terhadap tanggung jawab sebagai pelajar. Hal ini menyebabkan keterlambatan dalam penyelesaian tugas sekolah, berkurangnya waktu yang dihabiskan untuk belajar, dan menurunnya prestasi akademik secara signifikan. Remaja sering kali terlalu sibuk mengakses media sosial sehingga mengorbankan waktu yang seharusnya digunakan untuk kegiatan sekolah (Mim, Islam, & Paul, 2018) . Pada masa remaja, kebutuhan untuk merasa diterima dan diakui oleh kelompok sebaya juga meningkat, Tingginya kebutuhan afiliasi pada remaja akan sangat berguna bagi individu itu sendiri karena pada masa ini remaja mempunyai keinginan yang kuat untuk mengadakan interaksi sosial, serta pada masa ini tugas perkembangan remaja yaitu mempersiapkan karir ekonomi dan perkawinan (Rinjani & Firmanto, 2013).

Cao et al. (2011) menjelaskan bahwa individu yang berada pada fase remaja akhir cenderung menggunakan internet sebagai media untuk bersosialisasi. Namun, jika menggunakan platform media sosial dengan intensitas waktu tinggi, remaja juga akan cenderung melakukan penarikan sosial di dunia nyata, pengabaian diri serta dapat mengakibatkan pola makan yang buruk. Siswa memiliki potensi besar mengalami *problematic internet use*, dikarenakan tingkat stress yang di miliki. Huan et al. (2008) menegaskan bahwa siswa sekolah menengah atas lebih rentan terhadap stres karena tuntutan akademik yang lebih tinggi. Sebagai pereda stress tersebut, mereka menggunakan internet secara berlebihan sepulang sekolah. Stres akademik yang berkepanjangan juga dapat menyebabkan hilangnya minat, penurunan konsentrasi, dan menghindari masalah yang dapat menyebabkan siswa mencari kegiatan lain untuk mengurangi stres akademik seperti mengakses internet (Jun & Choi, 2015)

Dalam penelitian Ceyhan (2008), disimpulkan bahwa gejala-gejala PIU mencakup penggunaan internet yang berlebihan, depresi, dan gangguan kontrol impuls, seperti kesulitan dalam menahan hasrat atau dorongan serta keterbatasan dalam berpikir secara lebih mendalam. Para siswa yang menunjukkan gejala PIU juga mengalami kesulitan dalam mengatasi masalah, memiliki kesejahteraan psikologis yang rendah, dan kekurangan interaksi sosial. Selain itu penggunaan Internet yang berlebihan dapat membuat seseorang merasa lebih antusias, tidur lebih sedikit, makan jarang, dan kurang bergerak, yang bisa menyebabkan

masalah kesehatan fisik dan mental seperti depresi, OCD, masalah keluarga, dan kecemasan (Alavi et al., 2011).

Banyak dampak yang ditimbulkan oleh penggunaan internet berlebihan (*problematic internet use*) seperti yang telah dijelaskan di atas, tidak di pungkiri PIU juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti depresi (Indra, Dundu & Kairupan, 2019) , *loneliness* (Noya & Soetjiningsih, 2022), *subjective well being* (Putri & Wahyudi, 2022), dan juga *self esteem* (Aridanya, 2018). *Self esteem* di definisikan sebagai harga diri yang dimiliki oleh manusia. Menurut Coopersmith (1967) *self esteem* adalah kemampuan individu dalam mengevaluasi dirinya sendiri, kemampuan akan menerima evaluasi dari orang lain baik itu berupa hal yang baik maupun buruk, dan mampu mempertahankan penilaian tersebut.

Pada dasarnya, setiap orang memiliki kebutuhan yang harus terpenuhi dalam hidup mereka. Menurut Maslow, kebutuhan *self esteem* (harga diri) dapat dipenuhi setelah kebutuhan dasar seperti makan, tidur, berpakaian, dan tempat tinggal, serta kebutuhan akan rasa aman dan kasih sayang (Aini, 2018). *Self esteem* pun sangat di butuhkan bagi para siswa. Namun tentunya para siswa memiliki tingkatan *self esteem* yang berbeda. Menurut Saiful (2020), fenomena yang sering terlihat di lingkungan sekolah melibatkan siswa yang kesulitan dalam berbicara tentang pendapatnya, kesulitan menerima kelemahan diri, adanya masalah pada pengendalian diri, hambatan dalam berkomunikasi dengan teman-teman, pelanggaran aturan sekolah, kesulitan dalam menyelesaikan tugas, keterbatasan dalam menangani masalah pribadi, kesulitan dalam pengambilan keputusan, dan perilaku remaja yang tidak sesuai. Tentu beberapa fenomena tersebut merupakan salah satu satu ciri individu memiliki *self esteem* dengan tingkatan rendah yaitu, ketidakmampuan untuk menerima kritik serta menerima evaluasi atas dirinya dari orang lain dan kecemasan yang tinggi namun sulit untuk diungkapkan sehingga cenderung mengarah pada depresi dan gejala psikosomatis. (Coopersmith, 1967).

Siswa dengan *self esteem* yang rendah cenderung mengembangkan *problematic internet use* sebagai mekanisme koping untuk mengatasi masalah dan ketidakpuasan dalam hidup. Dimana ketidakpuasan menjadi salah satu faktor yang dapat menimbulkan PIU (Dahl & Begmark, 2020). Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ardiansyah (2018) menyatakan bahwa adanya hubungan (korelasi negatif) antara *Self Esteem* dengan *problematic Internet Use*, peneliti tersebut menjabarkan bahwa semakin rendah *self- esteem* maka semakin tinggi *problematic internet use* pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia Yogyakarta, begitupun sebaliknya. Selain penelitian yang dilakukan oleh Ardiansyah, terdapat penelitian

terdahulu yang dilakukan oleh Mulyana & Afriani (2017), para peneliti menyatakan adanya hubungan antara *Self-Esteem* dengan *Smartphone Addiction* pada Remaja SMA di Kota Banda Aceh. Semakin tinggi harga diri yang dimiliki oleh siswa, maka akan semakin rendah risiko siswa SMA tersebut untuk mengalami *smartphone addiction*, begitupun sebaliknya.

Meskipun *self-esteem* yang rendah dapat mempengaruhi perilaku seseorang secara umum, termasuk penggunaan internet, tetapi hal ini tidak berarti bahwa *self-esteem* yang rendah selalu berkaitan dengan *problematic internet use*. Sebaliknya, ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi *problematic internet use*, seperti kecemasan sosial dan kesepian (Sari, 2022).. Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Yolita & Kusumiati (2023) dimana terdapat korelasi positif dan signifikan antara *self esteem* dengan *problematic internet use* pada mahasiswa Universitas Kristen Satya Wacana, AMA, dan IAIN Salatiga.

Oleh karena itu, dengan adanya berbagai hipotesa hasil penelitian yang berbeda dan juga penelitian-penelitian terdahulu belum pernah membahas mengenai hubungan *self esteem* pada Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) dengan *problematic internet use*. Berdasarkan alasan tersebut peneliti ingin mengetahui lebih lanjut hubungan antara *problematic internet use* (PIU) dan *self-esteem* pada siswa Siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Sumatera Barat.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen, yaitu *self-esteem*, dan variabel dependen, yaitu *problematic internet use* (PIU) pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Sumatera Barat. Self-esteem didefinisikan sebagai penilaian individu terhadap dirinya sendiri, yang mencakup aspek *power, virtue, significance, dan competence*, dan diukur menggunakan *Self-Esteem Inventory* (CSEI) dari *Coopersmith*. Sementara itu, problematic internet use didefinisikan sebagai penggunaan internet yang berlebihan hingga berdampak negatif pada aspek psikologis dan sosial individu, yang terdiri dari empat dimensi utama, yaitu *preference for online social interaction, mood regulation, deficient self-regulation, dan negative outcome*. Variabel ini diukur menggunakan *Generalized Problematic Internet Use Scale 2* (GPIUS2) dari Caplan.

Penelitian ini dilakukan dengan mengambil populasi seluruh siswa SMA di Provinsi Sumatera Barat, yang berjumlah 153.721 siswa berdasarkan data dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemdikbud). Sampel dalam penelitian ini dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria siswa yang mengakses internet

lebih dari 5 jam per hari. Jumlah sampel ditentukan menggunakan rumus Isaac dan Michael, dengan hasil sebanyak 347 siswa, di mana tingkat kesalahan yang ditetapkan sebesar 10% dengan tingkat kepercayaan 90%. Teknik pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner berbasis skala Likert, yang disebarkan melalui *Google Form* untuk menjangkau subjek penelitian yang tersebar di berbagai daerah. Skala Likert digunakan untuk mengukur respons siswa terhadap berbagai aspek self-esteem dan problematic internet use, dengan skoring yang terdiri dari empat kategori, yaitu sangat tidak setuju (1), tidak setuju (2), setuju (3), dan sangat setuju (4). Instrumen penelitian yang digunakan terdiri dari dua skala utama, yaitu skala GPIUS2 untuk mengukur problematic internet use dan skala CSEI untuk mengukur self-esteem.

Sebelum digunakan dalam penelitian utama, instrumen penelitian diuji terlebih dahulu untuk memastikan validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas isi dilakukan dengan melibatkan panel ahli untuk menilai kelayakan setiap item dalam instrumen penelitian. Sementara itu, reliabilitas diukur menggunakan *Cronbach's Alpha*, dengan hasil 0,967 untuk skala *problematic internet use* dan 0,919 untuk skala self-esteem, yang menunjukkan tingkat reliabilitas yang tinggi. Prosedur penelitian dimulai dengan penentuan judul dan kajian literatur untuk memastikan relevansi topik penelitian. Selanjutnya, dilakukan penyusunan instrumen penelitian dan uji coba terhadap 34 responden untuk menguji validitas dan reliabilitas alat ukur. Setelah instrumen dinyatakan valid dan reliabel, dilakukan pengumpulan data dari 347 responden yang telah dipilih sesuai dengan kriteria penelitian. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan metode statistik untuk menguji hipotesis penelitian.

Dalam analisis data, penelitian ini menggunakan perangkat lunak SPSS 23.0, dengan teknik korelasi Spearman untuk mengetahui hubungan antara self-esteem dan problematic internet use. Teknik ini dipilih karena data yang diperoleh tidak berdistribusi normal, sehingga korelasi Spearman lebih sesuai dibandingkan metode parametrik seperti korelasi Pearson. Penelitian ini dirancang secara sistematis untuk menghasilkan kesimpulan yang valid dan dapat memberikan kontribusi terhadap pemahaman lebih lanjut mengenai dampak penggunaan internet terhadap kesejahteraan psikologis siswa SMA.

HASIL

1. Uji Normalitas

Metode yang diterapkan dalam penelitian ini melibatkan uji normalitas, yang bertujuan untuk mengidentifikasi keberadaan distribusi normal pada data variabel yang sedang diselidiki. Berikut hasil olah data uji normalitas.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	K-S*Z*	Asymp. Sig (2-Tailed)	Keterangan
PIU	3,285	000	Tidak normal
SE	1,491	0,023	Tidak normal

Berdasarkan pada tabel diatas, ketika distribusi data tidak normal, data yang diperoleh mungkin tidak mampu secara akurat merepresentasikan karakteristik populasi penelitian. Untuk menguji normalitas, peneliti menggunakan metode *One Sample Kolmogorov-Smirnov*. Suatu data dianggap memiliki distribusi normal apabila nilai p > 0,05, sedangkan sebaliknya, jika nilai Asymp. Sig atau P < 0,05, maka data dianggap tidak mengikuti distribusi normal.

Dapat dilihat bahwa hasil uji normalitas pada variabel PIU sebesar 0,000 dan variabel SE sebesar 0,023 dimana kedua variabel berada di bawah angka 0,05 dan dinyatakan tidak berdistribusi dengan normal. Sugiyono (2010) menyatakan, jika data penelitian tidak berdistribusi dengan normal maka peneliti dapat menggunakan alternatif lain yaitu uji non parametrik. Oleh karena itu, untuk menguji hubungan antar kedua variabel, digunakan uji korelasi spearman's rho yang merupakan analisis non parametrik yang sesuai untuk data yang tidak berdistribusi normal. Peneliti juga menggunakan uji korelasi spearman's rho untuk mengukur hasil hipotesis penelitian , dimana untuk kedua uji yang dilakukan dengan metode yang sama yaitu uji normalitas non parametrik dan uji hipotesis penelitian ini dapat dilihat pada tabel nomor 3.

.

2. Uji Linearitas

Uji linearitas adalah prosedur dalam analisis statistik yang digunakan untuk menentukan apakah hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dapat dijelaskan dengan model linier. Uji ini penting untuk memastikan bahwa asumsi

linearitas terpenuhi. Kesimpulan dari uji linearitas mengindikasikan hubungan yang linear apabila *linearity* > 0,05, sebaliknya, ketika nilai *linearity* < 0,05, dapat diartikan bahwa tidak terdapat hubungan linear antara variabel independen dan variabel dependen.

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

Variabe 1	*Sum of Squares*	*Df*	*Mean Square*	*F*	*Sig*
X-Y	8253,724	1	8253,724	277,095	0,000

Berdasarkan tabel yang sudah disajikan, terlihat bahwa uji linearitas pada variabel SE (X) terhadap PIU (Y) adalah sebesar 0,000**,** artinya sebaran kedua variabel dianggap tidak linear karena nilai signifikansi < 0,05.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis adalah langkah dalam analisis statistik yang digunakan untuk mengevaluasi kebenaran pernyataan atau dugaan (hipotesis) tentang suatu populasi berdasarkan data sampel. Proses ini bertujuan untuk menentukan apakah terdapat cukup bukti dalam data untuk menerima atau menolak hipotesis awal (hipotesis nol). Dalam kasus pada penelitian ini, uji hipotesis digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *self esteem* dengan PIU. Uji hipotesis ini dilakukan menggunakan analisis korelasi spearman karena berdasarkan hasil uji normalitas, data penelitian tidak berdistribusi normal. Uji Spearman dipilih sebagai alternatif non paramterik yang sesuai untuk menganalisis hubungan antara variabel yang tidak memenuhi asumsi distribusi normal.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis

		SWB	**PIU**
SWB	Correlation	1,000	-
	Coefficient Sig.	.	0,642**
	(2-tailed)	357	0,000
	N		357
PIU	Correlation	-	1,000
	Coefficient Sig.	0,642**	.
	(2-tailed)	0,000	357
	N	357	

Hasil output tabel yang terlampir, terlihat bahwa terdapat korelasi antara variabel X (SE) dan variabel Y (PIU). Tabel tersebut juga menunjukan adanya korelasi yang bersifat negatif yaitu sebesar 0,642. Koefisien korelasi yang ditunjukan pada tabel untuk kedua variabel sebesar 0,642 yang artinya tingkat kekuatan korelasi/hubungannya adalah kuat. Angka koefisien korelasi pada tabel yaitu sebesar -0,642 maka arah hubungan variabel adalah negatif. Kesimpulan dari analisis tabel di atas bahwa terdapat signifikansi yang berkorelasi negatif antara *self esteem* dengan *problematic internet use* pada siswa. Hasil ini menunjukkan semakin tinggi rendah *self esteem* pada siswa, maka semakin tinggi pula tingkat PIU yang mereka alami begitu pun sebaliknya.

Pada tabel 4 akan dilampirkan pedoman yang digunakan peneliti dalam menginterpretasikan nilai koefisien korelasi dalam melihat keeratan hubungan antar variabel. Menurut Sugiyono (2018), nilai koefisien korelasi dapat diinterpretasikan sebagai berikut :

Tabel 4 . Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 – 0,199	Sangat rendah
0,20 – 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1,000	Sangat kuat

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *problematic internet use* dengan *self esteem* pada siswa SMA di Sumatera Barat. Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji korelasi Spearman's Rho, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,642 dengan nilai signifikansi $p = 0.000$ ($p < 0.01$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang kuat dan signifikan antara *problematic internet use* dengan *self esteem*. Dengan demikian, berdasarkan nilai signifikansi yang diperoleh, hipotesis dalam penelitian ini dinyatakan diterima, yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *problematic internet use* dan *self esteem*. Artinya, semakin tinggi tingkat *problematic internet use* seseorang, maka semakin rendah *self esteem* yang dimilikinya.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh temuan deskriptif, di mana mayoritas siswa mengalami PIU dalam kategori tinggi (63,3%), sementara *self esteem* mereka cenderung berada dalam kategori sedang (62,7%). Ini menunjukkan bahwa individu dengan *self esteem* yang

rendah cenderung memiliki tingkat penggunaan internet bermasalah yang lebih tinggi. Penemuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu. Ardiansyah (2018) di Universitas Islam Indonesia Yogyakarta juga menemukan korelasi negatif antara kedua variabel. Selain itu, Hartanto (2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan penggunaan internet bermasalah, dengan nilai koefisien sebesar -0,174.

Caplan (2010) menjelaskan bahwa PIU terdiri dari beberapa aspek utama yang berkontribusi terhadap dampaknya terhadap *self esteem*. Pada aspek *Preference Of Online Social Interaction* (POSI) menggambarkan kecenderungan individu lebih nyaman berinteraksi secara daring dibandingkan secara langsung. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 51,8% siswa mengalami POSI tinggi. Menurut Caplan (2010), individu yang memiliki preferensi tinggi terhadap interaksi daring sering kali mengalami kecemasan sosial yang lebih besar dalam interaksi langsung. Ketergantungan pada komunikasi digital ini dapat mengurangi kesempatan mereka untuk mengembangkan keterampilan sosial yang sehat, sehingga berkontribusi pada rendahnya *self esteem*. Data penelitian ini mendukung temuan tersebut, di mana siswa dengan PIU tinggi cenderung memiliki *self esteem* rendah. Diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Meinelsa et al, (2022)., bahwa remaja cenderung lebih pasif dalam interaksi sosial langsung karena lebih memilih berinteraksi melalui dunia virtual. Penggunaan internet yang berlebihan dapat menyebabkan kecanduan dan mengurangi interaksi sosial tatap muka.

Pada aspek *mood regulation* merujuk pada penggunaan internet untuk mengatur suasana hati atau melarikan diri dari emosi negatif. Dalam penelitian ini, 61,6% siswa memiliki tingkat *mood regulation* tinggi. Caplan (2010) menyatakan bahwa individu yang menggunakan internet sebagai alat utama untuk mengatur emosinya lebih cenderung mengalami ketergantungan, yang akhirnya memperburuk perasaan kesepian dan isolasi sosial. Siswa dalam penelitian ini yang memiliki PIU tinggi juga memiliki *self esteem* yang lebih rendah, menunjukkan bahwa ketergantungan terhadap internet untuk *mood regulation* berkontribusi pada hilangnya rasa kendali diri dan harga diri mereka. Quaglieri et al., dalam (Sidaria et al,. 2023) menyatakan internet dapat membuat seseorang merasa bahagia dan senang serta berfungsi sebagai sarana untuk mengubah emosi negatif, seperti ketakutan, kesedihan, kekecewaan, kecemasan, dan rasa bersalah, menjadi emosi positif, seperti kebahagiaan, cinta, harapan, dan keyakinan. Oleh karena itu, individu sering menggunakan internet sebagai cara untuk meredakan emosi negatif yang mereka alami. Namun, jika penggunaannya tidak dilakukan dengan bijak, dampak positif

dari internet dapat berubah menjadi ketidakseimbangan emosional yang berpotensi menyebabkan penyalahgunaan dan kecanduan internet.

Pada aspek *cognitive preoccupation* mengacu pada tingkat keterlibatan kognitif seseorang terhadap internet. Data menunjukkan bahwa 49% siswa memiliki *cognitive preoccupation* tinggi. Menurut teori Caplan (2010), individu yang terus-menerus memikirkan aktivitas daringnya sering mengalami gangguan konsentrasi dan penurunan performa akademik, yang berujung pada rendahnya *self esteem*. Dalam penelitian ini, siswa dengan *cognitive preoccupation* tinggi cenderung memiliki *self esteem* yang lebih rendah, yang dapat dikaitkan dengan kurangnya perasaan kompetensi dan efektivitas pribadi. Davis dalam (Reynaldo & Sokang. 2016) menyatakan bahwa ketika pemikiran atau obsesi terhadap internet semakin diperkuat, hal ini dapat menciptakan siklus berulang yang berujung pada masalah lebih besar, karena individu menghabiskan banyak waktu secara daring.

Pada aspek *compulsive internet use* mengukur dorongan individu yang tidak terkendali dalam menggunakan internet. Sebanyak 50,4% siswa dalam penelitian ini memiliki tingkat kompulsivitas tinggi. Caplan (2010) menjelaskan bahwa perilaku kompulsif dalam penggunaan internet memiliki dampak negatif terhadap keseimbangan kehidupan individu, menyebabkan ketidakseimbangan antara dunia nyata dan dunia digital. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa *dengan compulsive internet use* tinggi memiliki s*elf esteem* yang lebih rendah, yang kemungkinan besar disebabkan oleh perasaan kehilangan kendali atas waktu dan aktivitas mereka. Diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Rahardjo (2019), yang menunjukkan bahwa internet dapat mengakomodasi individu dengan harga diri negatif untuk membangun hubungan sosial online dan memenuhi kebutuhan komunikasi dan kesenangan mereka dan membuat mereka lebih mudah berkomitmen terhadap adiksi internet.

Pada aspek *negaitive outcome* mengukur dampak negatif dari penggunaan internet, termasuk gangguan akademik dan sosial. Dalam penelitian ini, 43,7% siswa memiliki skor tinggi dalam aspek ini. Menurut Caplan (2010), individu dengan *negative outcome* tinggi cenderung mengalami masalah akademik dan sosial yang signifikan akibat penggunaan internet yang berlebihan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ajeng et al. (2023), mengemukakan bahwa terdapat dua subjek penelitian yang merasakan dampak kecanduan internet terhadap nilai akademik dan ketiga subjek lainnya tidak merasakan dampak kecanduan internet terhadap nilai akademik tetapi dampaknya terhadap jam tidur yang berantakan dan sering melakukan penundaan pengerjaan tugas. Data penelitian ini mendukung teori tersebut, di mana siswa dengan negative outcome tinggi memiliki *self esteem*

yang lebih rendah karena mereka merasa kurang mampu mengelola tanggung jawab akademik dan sosial mereka. Begitupun sebaliknya, jika harga diri yang dimiliki siswa rendah, akan menyebabkan penggunaan internet dengan intensitas waktu yang tinggi sehingga pada akhirnya akan memberikan dampak negatif kepada siswa tersebut.

Coopersmith (1967) sendiri mengemukakan jika teori *self esteem* yang ia buat mempunyai empat buah aspek. Pada aspek *power* mencerminkan sejauh mana individu merasa memiliki kendali atas kehidupannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 65% siswa memiliki *power* dalam kategori sedang, sementara 26,6% memiliki power rendah. Menurut Coopersmith (1967), individu dengan power tinggi cenderung memiliki *self esteem* yang lebih baik karena mereka merasa mampu mengendalikan keputusan dan tindakan mereka. Dalam penelitian ini, siswa dengan *power* rendah lebih cenderung memiliki PIU tinggi, yang mengurangi rasa kendali atas hidup mereka dan menyebabkan penurunan *self esteem*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Faradilla (2020) menyatakan adanya korelasi negatif antara kontrol diri atau kendali diri dengan kecanduan internet pada remaja. Jika semakin rendah kontrol diri makin semakin tinggi kecanduan pada internet. Peneliti tersebut juga mengemukakan individu dengan kontrol diri yang tinggi dapat mempertimbangkan konsekuensi sebelum bertindak, sehingga mampu membuat keputusan yang tepat. Selain itu, mereka dapat mengatur penggunaan internet dengan baik, sehingga tidak terjebak dalam aktivitas daring yang berlebihan dan hanya menggunakannya sesuai kebutuhan. Mereka juga dapat menyeimbangkan waktu antara aktivitas *online* dan kegiatan lain dalam kehidupan sehari-hari.

Pada aspek *virtue* mengukur sejauh mana individu merasa dirinya sebagai pribadi yang baik dan taat pada kewajiban yang ada. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 56,3% siswa memiliki virtue dalam kategori sedang, sedangkan 22,4% memiliki *virtue* rendah. Menurut Coopersmith (1967), individu dengan virtue tinggi lebih percaya diri dalam tindakan mereka dan memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri. Dalam penelitian ini, siswa dengan *virtue* rendah cenderung memiliki PIU tinggi, yang dapat menyebabkan hilangnya kesadaran akan kewajiban (dalam penelitian ini adalah kewajiban sebagai siswa). Marwah et al. (2022) menyatakan dampak negatif yang ditimbulkan dari penggunaan internet adalah bolos belajar, sering datang terlambat, malas mengerjakan tugas dan dampak lainnya.

Pada aspek *significance* mengacu pada perasaan seseorang terhadap nilai dirinya dalam lingkungan sosial. Dalam penelitian ini, 72,5% siswa memiliki *significance* dalam kategori sedang, sementara 20,2% memiliki tingkat *significance* rendah. Coopersmith (1967)

menyatakan bahwa individu dengan *significance* tinggi cenderung merasa lebih dihargai dalam hubungan sosial mereka, yang meningkatkan *self esteem* mereka. Namun, dalam penelitian ini, siswa dengan PIU tinggi cenderung memiliki *significance* yang lebih rendah, yang menunjukkan bahwa jika persepsi individu di lingkungan sosial bersifat negatif, maka akan menaikkan presentase dalam penggunaan internet. Permatasari (2023) menyatakan bahwa adanya korelasi positif antara kecemasan sosial dengan penggunaan internet bermasalah. Putri dalam (Permatasari. 2023) juga mengatakan bahwa individu yang memiliki ketakutan berlebihan dalam penilaian negatif tentang dirinya dari lingkungan sosialnya, akan merasa tidak memiliki kemampuan yang baik dalam berkomunikasi tatap muka.

Pada Aspek *competence* berkaitan dengan sejauh mana individu merasa mampu dalam menjalankan tugas dan mencapai tujuan. Dalam penelitian ini, 61,3% siswa memiliki kompetensi dalam kategori sedang, sementara 28,1% memiliki kompetensi rendah. Menurut Coopersmith (1967), individu dengan kompetensi tinggi memiliki *self esteem* lebih baik karena mereka merasa efektif dalam menyelesaikan tugas. Dalam penelitian ini, siswa dengan kompetensi rendah atau kemampuan diri rendah lebih rentan mengalami PIU tinggi, yang menyebabkan mereka lebih fokus pada dunia digital dibandingkan aktivitas produktif di dunia nyata. Firdasu & Dewi (2021) memiliki hasil penelitian yang menyatakan jika adanya hubungan negatif antara efikasi diri (keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menyelsaikan tugas) dengan kecenderungan kecanduan internet.

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self esteem* dengan *problematic internet use* (PIU), di mana individu dengan *self esteem* rendah cenderung mengalami PIU yang lebih tinggi. Namun, hubungan ini tidak bersifat linear atau sederhana; justru bersifat dinamis dan dipengaruhi oleh berbagai faktor psikologis, sosial, dan perkembangan. Menurut Davis (2001) dalam *Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use*, PIU tidak hanya dipengaruhi oleh faktor situasional, tetapi juga oleh predisposisi psikologis seperti *low self esteem*. Individu dengan s*elf esteem* rendah cenderung memiliki persepsi negatif terhadap diri sendiri, merasa tidak mampu dalam relasi sosial secara langsung, dan mencari pelarian atau validasi melalui interaksi daring. Interne terutama media sosial dan game memberikan lingkungan yang dikendalikan dan minim risiko penolakan, yang bagi individu dengan *self esteem* rendah, menjadi tempat "aman" untuk membangun citra diri semu.

Lebih dalam lagi, Quaglieri et al. (2022) menemukan bahwa *emotional dysregulation dan impulsivity* merupakan mediator penting dalam hubungan ini. Ketika seseorang memiliki *self esteem* rendah, mereka lebih mudah mengalami distress emosional dan kesulitan dalam

mengekspresikan atau mengelola emosi, sehingga internet menjadi sarana pelarian emosional (*escape coping*). Ini sejalan dengan temuan Valkenburg & Peter (2011) dalam teori *Differential Susceptibility to media effects model* (DSMM) yang menjelaskan bahwa efek media tergantung pada kerentana individu, termasuk faktor disposisional seperti *self esteem*. Dalam model ini, individu dengan self esteem rendah cenderung lebih rentan menggunakan media sebagai pelarian emosional untuk memenuhi kebutuhan akan penerimaan, eksistensi, dan kontrol diri. Dinamika ini pun tidak lepas dari peran lingkungan sosial, terutama pada remaja dan dewasa muda. Studi longitudinal oleh Wang (2024) menunjukkan bahwa penurunan *self esteem* berkorelasi kuat dengan peningkatan penggunaan media sosial secara kompulsif dalam periode 12 bulan. Dalam konteks ini, *fear of missing out* (FoMO) dan tekanan sosial online memperburuk kondisi psikologis individu yang sudah memiliki harga diri rendah, karena mereka cenderung membandingkan diri secara sosial dengan orang lain di dunia maya.

Lebih lanjut, individu dengan *self esteem* rendah sering mengalami konflik antara *ideal self* dan real *self*. *Internet*, dalam hal ini, berfungsi sebagai medium untuk mengisi kesenjangan itu. Mereka dapat "menjadi siapa saja" secara online, membentuk *curated identity* yang lebih baik dari kenyataan. Namun, ketika realitas tidak dapat menyaingi versi online tersebut, muncul ketegangan psikologis yang memperparah PIU. Hal ini diuraikan dalam konsep *online disinhibition effect* (Suler, 2004) yang menjelaskan bahwa orang merasa lebih bebas dan lepas ketika berinteraksi secara daring, terutama jika mereka merasa tidak cukup baik dalam kehidupan nyata.

Dinamika hubungan ini juga menunjukkan adanya *vicious cycle* atau lingkaran setan. Ketika individu dengan *low self esteem* mengalami PIU, mereka cenderung mengisolasi diri, menghindari interaksi sosial langsung, dan bergantung pada dunia maya. Akibatnya, mereka kehilangan kesempatan untuk membangun keterampilan sosial atau memperoleh validasi sehat dari lingkungan nyata, yang selanjutnya *memperburuk self esteem* mereka. Studi serupa oleh Li, et al (2019) menunjukkan bahwa penggunaan internet atau s*martphone* berkaitan dengan penurunan harga diri dan gejala depresi, yang memperkuat lingkaran masalah psikologis ini. Hal ini menjelaskan mengapa intervensi PIU tidak cukup hanya dengan mengurangi waktu screen time, tetapi juga perlu diarahkan pada peningkatan *self esteem*, pengelolaan emosi, dan pelatihan keterampilan sosial.

Beberapa studi menunjukkan bahwa PIU cenderung berdampak negatif terhadap harga diri. Individu yang menghabiskan waktu berlebihan di dunia maya, khususnya media sosial, sering kali terjebak dalam perbandingan sosial yang tidak sehat, yang menyebabkan

penurunan harga diri (Nesi & Prinstein, 2015). Hal ini diperkuat oleh penelitian Donald et al. (2019) yang menemukan bahwa penggunaan internet yang kompulsif dapat menghambat perkembangan harga diri dan harapan jangka panjang pada remaja. Perilaku-perilaku seperti stalking, pencarian validasi, serta kecanduan terhadap umpan balik sosial yang instan turut berperan dalam membentuk persepsi negatif individu terhadap dirinya sendiri.

Namun, dinamika ini tidak bersifat satu arah. Penelitian oleh Mathew & Krishnan (2020) serta Putri & Rahmawati (2021) menunjukkan bahwa individu dengan *self esteem* yang rendah juga lebih rentan mengalami PIU. Mereka cenderung menggunakan internet sebagai pelarian dari ketidakpuasan terhadap diri dan lingkungan sosialnya. Dalam konteks ini, internet menjadi alat kompensasi psikologis untuk mendapatkan rasa penerimaan atau pengakuan yang tidak mereka peroleh dari dunia nyata. Fenomena ini menunjukkan bahwa rendahnya harga diri dapat memicu keterlibatan yang lebih besar terhadap aktivitas online yang maladaptif. Lebih lanjut, penelitian oleh Sari & Prasetyo (2021) selama masa pandemi COVID-19 menegaskan bahwa ketika individu merasa terisolasi dan kurang dihargai secara sosial, mereka cenderung meningkatkan intensitas penggunaan internet secara tidak sehat. Penggunaan ini bersifat adiktif dan dapat menimbulkan perasaan bersalah, kehilangan kontrol, dan bahkan kecemasan sosial, yang pada akhirnya memperburuk harga diri mereka.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa PIU dan *self esteem* memiliki hubungan yang dinamis dan saling mempengaruhi. PIU dapat menurunkan harga diri, sementara harga diri yang rendah dapat menjadi pemicu PIU. Dinamika ini bersifat sirkular dan berpotensi menciptakan siklus psikologis negatif, terutama pada kelompok usia remaja dan dewasa muda yang sedang berada dalam tahap krusial perkembangan identitas diri

Hasil olah data sebelumnya menjelaskan jika mayoritas siswa menggunakan internet untuk kegiatan chatting (26,3%) dan media sosial (25,9%). Sementara itu, penggunaan internet untuk tujuan edukasi berada pada persentase yang jauh lebih rendah, yaitu hanya 6,8%. Penelitian yang dilakukan oleh Anderson & Jiang (2018) dalam jurnal "Teens, Social Media & Technology" menunjukkan bahwa remaja lebih banyak menggunakan internet untuk berinteraksi dengan teman sebaya dan mengakses hiburan (*Youtube, Snapchat, dan Instagram* yang paling popular) dibandingkan untuk kegiatan lain. Hal ini selaras dengan temuan dalam penelitian ini, di mana siswa cenderung memanfaatkan internet untuk komunikasi sosial dibandingkan penggunaannya dalam bidang pendidikan. Lebih lanjut lagi Muliana dan Widjaja (2022) menemukan bahwa 51% mahasiswa lebih sering mengakses konten non ilmiah seperti jejaring sosial, hiburan, dan game online dibandingkan dengan

konten ilmiah. Romdhon et al. (2022) mengemukakan hal yang sama jika remaja di pedasaan dominan menggunakan internet sebagai sarana hiburan dan komunikasi, dengan durasi akses yang lebih lama dibandingkan untuk tujuan Pendidikan.

Secara keseluruhan, pembahasan dalam penelitian ini telah menunjukkan bahwa penggunaan internet yang berlebihan, terutama dalam kategori *Problematic Internet Use* (PIU), memiliki dampak negatif terhadap *self esteem* siswa SMA. Berbagai aspek PIU yang dianalisis, termasuk *preference of online social interaction, mood regulation, cognitive preoccupation, compulsive internet use, dan negative outcome,* menunjukkan keterkaitan yang erat dengan rendahnya *self esteem.*

Pembahasan ini memberikan wawasan penting mengenai bagaimana internet dapat berperan dalam kehidupan siswa SMA, baik secara positif maupun negatif. Oleh karena itu, pengelolaan penggunaan internet yang lebih bijak menjadi hal yang sangat penting untuk menghindari dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis remaja.Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa *Problematic Internet Use* (PIU) memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan self-esteem pada siswa SMA di Sumatera Barat. Mayoritas siswa dalam penelitian ini mengalami PIU dalam kategori tinggi, sementara *self esteem* mereka cenderung berada pada tingkat sedang hingga rendah.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan wawasan baru mengenai hubungan antara PIU dan *self esteem* pada remaja, serta menyoroti perlunya strategi intervensi yang lebih efektif dalam membantu siswa mengelola penggunaan internet secara lebih bijaksana dan produktif.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self-esteem* dengan *problematic internet use* (PIU) pada siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) di Provinsi Sumatera Barat. Semakin rendah tingkat *self-esteem* yang dimiliki oleh siswa, maka semakin tinggi pula kecenderungan mereka untuk terlibat dalam perilaku penggunaan internet yang bermasalah. Sebaliknya, siswa dengan tingkat *self-esteem* yang lebih tinggi cenderung memiliki kecenderungan PIU yang lebih rendah.

Hasil analisis korelasi menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel memiliki koefisien korelasi sebesar -0,642, yang menunjukkan korelasi negatif dalam kategori kuat. Temuan ini mengindikasikan bahwa *self-esteem* berperan penting sebagai faktor pelindung terhadap kecenderungan PIU di kalangan remaja. Selain itu, hasil deskriptif dalam penelitian

ini menunjukkan bahwa mayoritas siswa mengalami PIU dalam kategori tinggi, sementara tingkat *self-esteem* mereka umumnya berada pada kategori sedang hingga rendah.

Implikasi dari penelitian ini menekankan pentingnya penguatan *self-esteem* sebagai bagian dari upaya pencegahan terhadap PIU di kalangan remaja. Intervensi berbasis sekolah yang berfokus pada pengembangan citra diri positif, dukungan sosial, serta pendidikan literasi digital yang sehat menjadi langkah strategis yang dapat dilakukan untuk menurunkan risiko PIU. Selain itu, temuan ini juga dapat menjadi dasar bagi pengembangan program konseling, kurikulum pembelajaran karakter, maupun kebijakan sekolah yang mendukung penguatan kesehatan mental siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Aini, D. F. N. (2018). *Self esteem pada anak usia sekolah dasar untuk pencegahan kasus bullying*. Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (Jp2sd), 6(1), 36-46.

Alavi, S. S., Maracy, M. R., Jannatifard, F., & Eslami, M. (2011). The effect of psychiatric symptoms on the internet addiction disorder in Isfahan's university students. *Journal of Research in Medical Sciences*, *16*(6), 793–800.

Ardiansyah, M. Imam. (2018). *Hubungan antara self esteem dan problematic internet use (PIU) pada mahasiswa Universitas Islam Indonesia*. Program studi psikologi, fakultas psikologi dan ilmu sosial budaya, Universitas Islam Indonesia Yogyakarta

Cao, Hui. Dkk. (2011). Problematic internet use in chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Helath*. (11:802)

Ceyhan AA. (2008). *Predictors of Problematic Internet Use on Turkish University Students*. Cyber Psychology & Behavior 11(3)

Coopersmith, Stanley. (1967). *The antecedents of self-esteem.* United States Of America : W.H. Freeman And Company

Databoks. (2022). *Penetrasi internet di kalangan remaja tertinggi di Indonesia*. https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/06/10/penetrasi-internet-di-kalangan-remaja-tertinggi-di-indonesia

Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet Use. *Computers in Human Behavior*, 187-195.

Dewantara, Rizki. dkk. (2022). Implementasi metode preference selection index dalam penentuan jaringan dan pemanfaatan internet pada provinsi indonesia. *Jurnal Sains Komputer & Informatika*, 6(2).

Donald, J. N., Ciarrochi, J., Parker, P. D., & Sahdra, B. K. (2019). Compulsive internet use and the development of self-esteem and hope: A four-year longitudinal study. Journal of Personality, 87(5), 981–995. https://doi.org/10.1111/jopy.12450

Herawati, Erna & Linda Wahyu Utami. (2022). Adiksi internet menyebabkan maslaah emosiional dan perilaku pada remaja. *Biomedika*, 14(1).

Huan, V. S., See, Y. L., Ang, R. P., & Har, C. W. (2008). The impact of adolescent concerns on their academic stress. *Educational Review*, *60*(2), 169–178. https://doi.org/10.1080/00131910801934045

Indra, Cynthia Magdalena , Anita Elisabet Dundu & B.H Ralph Kairupan. (2019). *Hubungan kecanduan internet dengan depresi pada pelajar kelas XI di SMA Negeri 9 Binsus manado tahun ajaran 2018/2019*. Jurnal Medik dan Rehabilitasi (JMR), 1(3)

Jun, S., & Choi, E. (2015). Academic stress and Internet addiction from general strain theory framework. *Computers in Human Behavior*, *49*, 282–287. https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.03.001

Manumpil, B., Ismanto Y.,& Onibala, F. (2015). Hubungan penggunaan gadget dengan tingkat prestasi siswa di SMA Negeri 9 Manado. ejoural Keperawatan (e-Kep) 3(2).

Mathew, P., & Krishnan, R. D. (2020). Impact of problematic internet use on the self-esteem of adolescents in selected schools, Kerala, India. Journal of Pediatric Nursing, 52, e38–e43. https://doi.org/10.1016/j.pedn.2019.12.007

Mim, F.N., Islam, M.A., & Paul, G.K. (2018). Impact of the use of social media on students ' academic performance and behavior change. *International Journal of Statistics and Applied Mathematics*, 3(1), 299–302. Retrieved from https://www.researchgate.net/publicati on

Morahan-Martin, J & Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological internet use among college students. *Computers In Human Behaviour*, 16(1)

Nesi, J., & Prinstein, M. J. (2015). Using social media for social comparison and feedback-seeking: Gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. Journal of Abnormal Child Psychology, 43(8), 1427–1438. https://doi.org/10.1007/s10802-015-0020-0

Prakash S, Yadav JS, Singh TB. (2020). An online cross-sectional study to assess the prevalence of Internet Addiction among people staying at their home during lockdown due to COVID-19. *International Journal of Indian Psychology*, 8(3), 424-32.

Putri, A. R., & Rahmawati, A. (2021). Hubungan antara self-esteem dengan problematic internet use pada mahasiswa di kota Salatiga. Jurnal Pendidikan dan Konseling, 3(1), 60–66. https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jpdk/article/view/12436

Putri, Balqis Andini & Hedi Wahyudi. (2022). Hubungan antara problematic internet use dengan subjective well being anak dan remaja. *Jurnal Riset Psikologi (JRP),* 2(1), 13-20.

Saiful, N. (2020*). Meningkatkan Self-Esteem Melalui Layanan Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Rational Emotif Behaviour Therapy (Rebt*). IJoCE : Indonesian Journal of Counseling and Education, 1(1), 7. https://doi.org/10.32923/ijoce.v1i1.1134

Sari, A. P., & Utami, N. (2019). Pengaruh Intensitas Penggunaan Internet Terhadap Prestasi Belajar Siswa Di Sma Negeri 13 Kerinci. *Jurnal Wahana Konseling*, *2*(1), 1. https://doi.org/10.31851/juang.v2i1.2647

Sari, Cartika. (2022). Kesepian, kecemasan sosial dan problematic internet use pada mahasiswa pengguna Instagram. *Jurnal Psikologi*, 15(1).

Sari, D. M., & Prasetyo, A. (2021). Self-esteem and problematic internet use during the COVID-19 pandemic. Proceedings of the International Conference on Industrial Engineering and Operations Management, 659–667. https://ieomsociety.org/singapore2021/papers/659.pdf

Siregar, Lisma Yana & Muhammad irwan Padli Nasution. (2020). Perkembangan teknologi informasi terhadap peningkatan bisnis online. *Hirarki Jurnal Ilmiah Manajemen*, 2(1), 71-75.

Streep, Peg. 2013. *Four Things Teens Want and Need from Social Media. www.psychologytoday.com.* https://www.psychologytoday.com/us/blog/tech-support/201306/4- things-teens-want-and-need-social-media

Triwibowo, Heri., Heni Flirasari & Dedy Habib Rohman .(2022). *Hubungan intensitas pengguna internet di masa pandemi covid dengan interaksi sosial remaja.* Jurnal Keperawatan.

Yolita, G.P., & Ratriana Yuliastuti Endang Kusumiati. (2023). Hubungan antara self esteem dengan problematic internet use pada mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling* : Vol.5 No.1