

Hubungan *Internet Addiction* dengan Motivasi Belajar Siswa SMA Negeri 1 Negara

Gede Rizky Wismaya Pradipha¹, Luh Gde Evayanti^{2*}, Rima Kusuma Ningrum³

¹Mahasiswa Kedokteran Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

²Bagian Anatomi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

³Bagian Pendidikan Kedokteran Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

*email : luhgdeevayanti@gmail.com

Abstrak

Pada era digital yang semakin maju memungkinkan masyarakat memperoleh kemudahan dalam mencari informasi. Kemudahan yang disediakan oleh internet seringkali membuat individu terjebak dalam penggunaan yang berlebihan sehingga dapat menimbulkan *internet addiction*. Penggunaan internet telah menjadi hal yang umum di kalangan pelajar dan berdampak pada motivasi belajar mereka. Motivasi belajar adalah dorongan atau semangat yang dimiliki siswa dalam proses belajar yang didasari oleh harapan, tujuan, dan kebutuhan pribadi. Ketika siswa memiliki motivasi yang positif mereka cenderung menunjukkan semangat dan antusiasme yang lebih tinggi dalam belajar serta lebih aktif berpartisipasi dalam kelas. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *internet addiction* dan motivasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Negara. Sampel penelitian ini terdiri dari 178 responden siswa yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi melalui metode purposive sampling. Penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan desain cross-sectional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa SMA Negeri 1 Negara mengalami tingkat *internet addiction* dalam kategori sedang, yaitu sebesar 77,5%, diikuti kategori berat sebesar 16,9%, dan ringan sebesar 5,6%. Sementara itu, dalam variabel motivasi belajar, sebagian besar siswa berada pada kategori sedang sebesar 81,5%, disusul kategori tinggi sebesar 16,9%, dan rendah sebesar 1,7%. Uji korelasi *Spearman* mengindikasikan adanya hubungan negatif yang lemah namun signifikan antara tingkat kecanduan internet dan motivasi belajar siswa dengan nilai p sebesar $< 0,003$ dan koefisien korelasi $-0,222$. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat kecanduan internet yang dialami siswa, maka semakin rendah pula tingkat motivasi belajar mereka. Temuan ini menegaskan bahwa penggunaan internet yang tidak terkontrol dapat berdampak terhadap semangat dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Meski demikian, sebagian besar siswa masih menunjukkan motivasi belajar pada tingkat sedang, yang mengindikasikan adanya kesadaran dan pengendalian diri terhadap dampak negatif dari penggunaan internet yang berlebihan.

Kata Kunci: Internet addiction, Motivasi belajar, Siswa

Abstract

[The Correlation Between Internet Addiction and Learning Motivation of Students SMA Negeri 1 Negara]

In the digital era, individuals find it easier to access information. The convenience provided by the internet often leads people to become complacent, resulting in excessive usage and potential addiction. Internet usage is common among students and significantly impacts their learning motivation. Learning motivation refers to the drive or enthusiasm that students exhibit in their educational pursuits, shaped by personal expectations, goals, and needs. When students possess positive motivation, they tend to demonstrate greater eagerness and enthusiasm for learning and are more actively engaged in class activities. This study aims to explore the relationship between internet addiction and the learning motivation of students at SMA Negeri 1 Negara. The sample consists of students who met the study's inclusion and exclusion criteria, selected through purposive sampling, totaling 178 respondents. This research adopts an observational analytic design with a cross-sectional approach. The results of the study show that the majority of students at SMA Negeri 1 Negara experienced a moderate level of internet addiction, accounting for 77.5%, followed by a severe level at 16.9%, and a mild level at 5.6%. Meanwhile, in terms of learning motivation, most students fell into the moderate category at 81.5%, followed by the high category at 16.9%, and the low category at 1.7%. The Spearman correlation test indicated a weak but significant negative relationship between the level of internet

addiction and students' learning motivation, with a p -value of < 0.003 and a correlation coefficient of -0.222 . This suggests that the higher the level of internet addiction experienced by students, the lower their learning motivation tends to be. These findings highlight that uncontrolled internet use can negatively impact students' enthusiasm and engagement in the learning process. Nevertheless, most students still demonstrated a moderate level of learning motivation, indicating an awareness and ability to self-regulate against the adverse effects of excessive internet use.

Keywords: Internet addiction, Motivation to learn, student

PENDAHULUAN

Motivasi belajar adalah dorongan atau semangat siswa untuk belajar yang dipengaruhi oleh harapan, tujuan, dan kebutuhan individu. Pencapaian belajar siswa dipengaruhi oleh motivasi belajar yang dimilikinya. Motivasi positif dapat membangkitkan semangat dan antusiasme siswa menjadi lebih tinggi dalam belajar serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan kelas. Motivasi belajar dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri siswa seperti minat dan kemampuan, sedangkan faktor eksternal berasal dari luar diri siswa seperti lingkungan belajar, kecanduan internet (*internet addiction*), dan dukungan dari orang tua.⁽¹⁾

Internet (*Interconnected Networking*) adalah kumpulan komputer yang saling terhubung dalam berbagai jaringan. Khaeriyah dan Mahmud (2017, hlm. 142) "Internet merupakan teknologi yang memudahkan pencarian sumber informasi dengan cepat sesuai kebutuhan".⁽²⁾ Dalam penggunaannya, internet bersifat multifungsi yang memungkinkan berbagai pihak, baik individu maupun lembaga lintas sektor, untuk memanfaatkan internet seperti dalam bidang pendidikan, ekonomi, sosial budaya, dan pemerintahan.

Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) dalam survei yang dilakukan terhadap penduduk Indonesia, didapatkan 215,63 juta orang pengguna internet pada periode tahun 2022-2023 di Indonesia. Jumlah ini mengalami peningkatan sebesar 2,67% dibandingkan dengan periode sebelumnya yaitu 210,03 juta pengguna. Hasil ini menyatakan manfaat internet bagi kehidupan sehari-hari yang memungkinkan akses bagi hampir semua orang, termasuk mereka yang tinggal di daerah pedesaan atau terpencil. Kehadiran internet menjadikan dunia

seolah-olah tidak terbatas antara ruang dan waktu. Seseorang dapat dengan mudah berinteraksi dan menjalin hubungan erat dengan orang lain dari berbagai belahan dunia tanpa hambatan yang berarti. Internet sebagai dunia maya, menyediakan konektivitas yang cepat dan mudah. Namun di balik kemampuannya ini, penggunaan internet juga berpotensi menimbulkan dampak negative.⁽³⁾

Kecanduan internet merupakan sindrom yang ditandai dengan penggunaan internet dalam jangka waktu yang sangat lama serta ketidakmampuan dalam mengontrol durasi pemakaian saat online. Pemakaian internet secara berlebihan dan terus menerus memiliki ciri-ciri gejala seperti keasikan dengan suatu objek, tidak memperdulikan orang disekitarnya, lalu dampak fisiknya sendiri maupun terhadap psikologis pemakaian tersebut. Semakin banyak jumlah orang-orang menggunakan internet yang membawa risiko peningkatan kecanduan internet atau yang dikenal sebagai *internet addiction*.⁽⁴⁾

Pada era digital yang terus berkembang, internet menawarkan kemudahan luar biasa dalam mengakses informasi, berkomunikasi, dan menjalankan berbagai aktivitas yang mendorong individu untuk terus menggunakan internet hingga berisiko mengalami kecanduan. Teknologi internet memberikan kemudahan dalam aktivitas sehari-hari seperti pencarian informasi dan interaksi dengan orang di berbagai lokasi. Ciri khas seseorang yang kecanduan internet mencakup ketagihan serta rasa resah atau gelisah saat tidak online. Individu yang mengalami kecanduan internet cenderung memanfaatkannya sebagai sarana pelarian dari perasaan yang tidak menyenangkan. Penelitian ini menunjukkan bahwa internet memengaruhi lingkungan mahasiswa, dengan indikasi

penurunan minat belajar akibat motivasi akademik yang berkurang karena lebih berfokus pada jejaring sosial daripada prestasi belajar.

Internet addiction ditandai dengan penggunaan internet secara berlebihan.⁽⁵⁾ Menurut DSM-V penggunaan internet selama 30 jam per minggu atau sekitar 4-5 jam per hari adalah penggunaan yang berlebihan.⁽⁶⁾ Menghabiskan banyak waktu untuk internet dan tidak mampu untuk mengontrol penggunaan internet adalah gejala dari kecanduan internet. Kegiatan internet yang dilakukan secara terus-menerus dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan dampak negatif karena individu cenderung mengalami kecanduan.⁽⁷⁾

Berdasarkan tinjauan tersebut *Internet addiction* dapat memengaruhi motivasi belajar siswa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *internet addiction* dan motivasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Negara. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Negara, sekolah favorit yang berlokasi di Kabupaten Jembrana, yang merupakan Kabupaten terjauh dari pusat kota Provinsi Bali dan penelitian ini belum pernah dilakukan disana sebelumnya selain itu di sekolah terkait penugasan sekolah lebih banyak menggunakan media internet sehingga peneliti tertarik melakukan di sekolah terkait. Melalui penelitian ini penulis berharap dapat mengidentifikasi hubungan antara *internet addiction* dengan motivasi belajar untuk dapat mencegah kecanduan *internet addiction* dan meningkatkan motivasi belajar siswa.

METODE

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa dengan nomor 62/Unwar/FKIK/EC-KEPK/VII/2024.

Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Negara pada bulan April hingga Mei 2024. Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain cross sectional untuk menentukan hubungan

antara Internet Addiction dan motivasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Negara. Sampel penelitian terdiri dari 107 siswa yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi mencakup siswa yang bersedia berpartisipasi sebagai responden, berstatus aktif sebagai siswa di SMA Negeri 1 Negara, dan berusia antara 16-19 tahun. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji korelasi Spearman dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$.

HASIL

Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian ini terdiri dari 178 siswa yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Berdasarkan hasil pengolahan data, total responden berjumlah 178 orang yang berasal dari kelas X, XI, dan XII di SMA Negeri 1 Negara. Usia responden didominasi oleh siswa berusia 17 tahun sebanyak 72 orang (29,8%). Sebagian besar responden adalah Perempuan berjumlah 102 orang (57,3%). Mayoritas siswa berasal dari kelas XI yaitu sebanyak 76 orang (42,7%) dan terdapat dua jurusan peminatan siswa yaitu MIPA sebanyak 96 orang (53,9%) dan IPS sebanyak 82 orang (46,1%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

| Karakteristik (n=178) | Frekuensi | Presentase (%) |
|--------------------------|-----------|-------------------|
| Umur | | |
| 16 tahun | 53 | 29,8 |
| 17 tahun | 72 | 40,4 |
| 18 tahun | 51 | 28,7 |
| 19 tahun | 2 | 1,1 |
| Jenis Kelamin | | |
| Laki-laki | 76 | 42,7 |
| Perempuan | 102 | 57,3 |
| Kelas | | |
| Kelas X | 36 | 20,2 |
| Kelas XI | 76 | 42,7 |
| Kelas XII | 66 | 37,1 |
| Jurusan Peminatan | | |
| MIPA | 96 | 53,9 |
| IPS | 82 | 46,1 |

Tingkat Internet Addiction Siswa SMAN 1 Negara

Internet addiction merupakan kekhawatiran terhadap media sosial yang disebabkan oleh dorongan kuat untuk terus menggunakannya yang dapat mengganggu aktivitas sekolah, pekerjaan, sosial, dan kesehatan.

Tabel 2. Tingkat Internet Addiction

| Tingkat Internet Addiction | Frekuensi | Persentase (%) |
|----------------------------|-----------|----------------|
| Ringan (20-49) | 10 | 5,6 |
| Sedang (50-79) | 138 | 77,5 |
| Berat (80-100) | 30 | 16,9 |
| Total | 178 | 100 |

Hasil analisis pada Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden pada tingkat *internet addiction* penelitian ini adalah kategori sedang sebanyak 138 orang (77,5%). Rerata skor *internet addiction* adalah $64,33 \pm 13,03$ yang termasuk dalam kategori sedang dengan modus sebesar 57.

Tabel 3. Distribusi Internet Addiction Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | Internet Addiction | | | Total |
|---------------|--------------------|--------|-------|-------|
| | Ringan | Sedang | Berat | |
| Laki-laki | 3 | 56 | 17 | 76 |
| Perempuan | 7 | 82 | 13 | 102 |
| Total | 10 | 138 | 30 | 178 |

Tingkat Motivasi Belajar Siswa SMAN 1 Negara

Motivasi belajar memicu aktivitas belajar, keberlanjutan proses belajar, dan mengarahkan kegiatan belajar untuk mencapai tujuan yang berasal dari diri siswa. Distribusi frekuensi tingkat kecemasan ditampilkan pada tabel berikut.

Tabel 4. Tingkat Motivasi Belajar Responden

| Tingkat Motivasi Belajar | Frekuensi | Persentase (%) |
|--------------------------|------------|----------------|
| Rendah (94-140) | 3 | 1,7 |
| Sedang (47-93) | 145 | 81,5 |
| Tinggi (0-46) | 30 | 16,9 |
| Total | 178 | 100 |

Hasil analisis pada Tabel 4 menunjukkan tingkat motivasi belajar responden didominasi kategori sedang sebanyak 145 orang (81,5%). Rerata skor motivasi belajar siswa SMA Negeri 1 Negara adalah $78,63 \pm 16,56$ yang termasuk dalam kategori sedang dengan modus sebesar 87.

Tabel 5. Distribusi Motivasi Belajar Berdasarkan Jenis Kelamin

| Jenis Kelamin | Motivasi Belajar | | | Total |
|---------------|------------------|--------|-------|-------|
| | Ringan | Sedang | Berat | |
| Laki-laki | 1 | 64 | 11 | 76 |
| Perempuan | 2 | 81 | 19 | 102 |
| Total | 3 | 145 | 30 | 178 |

Hubungan Internet Addiction dengan Motivasi Belajar Siswa SMAN 1 Negara

Uji korelasi Spearman digunakan untuk mengukur hubungan antara *Internet addiction* dan motivasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Negara. Hasil uji korelasi Spearman ditampilkan pada Tabel 6.

Tabel 6. Hubungan Tingkat Internet Addiction dengan Motivasi Belajar Responden

| Variabel (n=178) | Motivasi Belajar | | | Nilai P | Koefisien korelasi | PR | CI 95% |
|-------------------------------|------------------|--------|--------|---------|-----------------------|-------|-------------|
| | Rendah | Sedang | Tinggi | | | | |
| Internet Addiction | | | | | | | |
| Ringan | 0 | 3 | 7 | 0,003 | -0,222 | 0,984 | 0,344-2,818 |
| Sedang | 0 | 120 | 18 | | | | |
| Berat | 3 | 22 | 5 | | | | |

Hasil analisis menunjukkan hubungan signifikan antara *internet addiction* dan motivasi belajar siswa di SMAN 1 Negara dengan nilai $p = 0,003$. Kekuatan hubungan antara tingkat *internet addiction* dan motivasi belajar responden diketahui lemah Berdasarkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,222. Berdasarkan arah hubungan kedua variabel, nilai koefisien korelasi sebesar -0,222 menandakan bahwa hubungan kedua variabel bersifat negatif atau tidak searah. Semakin berat tingkat *internet addiction* yang dialami siswa, semakin rendah motivasi belajar mereka. Nilai prevalence ratio (PR) sebesar 0.984 (CI95%=0.344-2.818) yang berarti bahwa *internet addiction* yang semakin berat beresiko 0,9 kali menyebabkan tingkat motivasi remaja semakin rendah.

PEMBAHASAN

Mayoritas responden pada variabel kecanduan media sosial mengalami *internet addiction* pada kategori sedang (77,5%), mengindikasikan tingkat penggunaan internet pada siswa SMA Negeri 1 Negara masih dapat dikontrol dengan pelaksanaan kegiatan positif di sekolah untuk mengasah bakat siswa. Penelitian oleh Novianty *et al* (2019) menemukan sebanyak 62 orang (23%) siswa SMA Negeri Jatinangor mengalami kecanduan internet kategori sedang.⁽⁸⁾ Melalui kegiatan positif, siswa dapat meningkatkan *hard skill* dan *soft skill* sehingga penggunaan media sosial secara berlebihan dapat menurun.⁽⁹⁾

Mayoritas responden adalah siswa berusia 17 tahun. Selain itu pada kategori kelas mayoritas responden berasal dari kelas XI sebesar 42,7% dengan jurusan

MIPA sebanyak 53,9%. Penelitian lain menemukan hasil yang sama bahwa kemajuan teknologi dan pandemi yang memaksa individu untuk tetap di rumah dan mengurangi interaksi dengan dunia luar telah meningkatkan penggunaan sosial media di kalangan remaja.⁽¹⁰⁾ Lebih dari setengah subjek (57,3%) adalah perempuan, sedangkan sisanya adalah laki-laki. Penelitian sebelumnya menunjukkan dominasi jenis kelamin perempuan dengan 269 responden.⁽⁸⁾ Perbedaan ini mungkin disebabkan oleh variasi jumlah sampel. Perempuan diketahui memiliki nilai rata-rata lebih tinggi pada variabel *internet addiction*. Penelitian sebelumnya menunjukkan hasil yang sama bahwa perempuan cenderung mengalami kecanduan internet lebih tinggi dibandingkan laki-laki.⁽¹¹⁾ Hal tersebut mungkin terjadi karena wanita lebih terbuka dalam mengeksplorasi, mengungkapkan, dan mengekspresikan perasaan kesepian dibandingkan pria.⁽¹²⁾

Kecanduan internet merupakan kondisi seseorang mengalami kehilangan kontrol atas aktivitasnya akibat dorongan kuat atau ketertarikan yang berlebihan terhadap penggunaan internet. Menurut Rismaniar (2018) *internet addiction* dapat diartikan sebagai perilaku kompulsif, berkurangnya minat terhadap aktivitas lain dan penghabisan waktu yang cukup lama dalam menggunakan internet.⁽¹³⁾ Kecanduan internet memberikan berbagai dampak salah satunya adalah timbulnya kemalasan di kalangan siswa yang menghabiskan banyak waktunya untuk menggunakan internet sehingga menurunkan motivasi belajar. Namun jika

penggunaan media sosial siswa dilakukan secara bijak dan tidak berlebihan maka penggunaan tersebut dapat memberikan dampak positif.

Pada variabel motivasi belajar, mayoritas responden berasal dari kelas XI (42,7%), berusia 17 tahun (40,4%), dan jurusan MIPA (53,9%). Hasil menunjukkan bahwa responden terbanyak berada pada kategori motivasi belajar sedang, yaitu sebesar 81,5%. Setengah dari total subjek penelitian (57,3%) berjenis kelamin perempuan.

Hasil analisis mengindikasikan bahwa penurunan motivasi belajar di kalangan siswa SMA Negeri 1 Negara sangat minim. Siswa mampu membedakan antara tren yang perlu diikuti dan yang tidak, sehingga mereka tidak mengalami penurunan dalam proses belajar. Penelitian sebelumnya mencatat hasil serupa dengan mayoritas responden memiliki tingkat motivasi belajar sedang sebesar 50,4%.⁽¹⁴⁾ Hasil yang berbeda ditemukan oleh penelitian sebelumnya yang menunjukkan penurunan motivasi belajar secara keseluruhan, yang disebabkan oleh fokus siswa yang lebih besar pada internet daripada pada mata pelajaran yang diajarkan di sekolah.⁽¹⁵⁾ Perbedaan ini mungkin terjadi karena kemampuan manajemen waktu yang berbeda antara siswa. Penelitian oleh Al-Bahra & Setiawan (2019) menunjukkan bahwa siswa dengan motivasi yang baik cenderung lebih mampu berkonsentrasi dan melakukan manajemen waktu yang efektif sehingga berpengaruh positif terhadap pencapaian belajar mereka.⁽¹⁶⁾

Motivasi belajar siswa merupakan daya dukung yang ada di dalam diri siswa untuk melakukan aktivitas belajar guna mencapai target yang diinginkan berdasarkan cita-cita, ambisi, keinginan, sasaran, dan dorongan.⁽¹⁷⁾ Menurut Fitriani et al (2020) konsentrasi, rasa ingin tahu, semangat, kemandirian, kesiapan, antusiasme atau dorongan, pantang menyerah, dan percaya diri adalah indikator motivasi belajar.⁽¹⁸⁾ Astuti et al (2018) menyatakan bahwa motivasi belajar merupakan gerakan, dorongan, dan

pengarahan siswa dalam proses belajar.⁽¹⁹⁾ Motivasi belajar siswa menjadi pendorong individu untuk menjalankan kegiatan belajar yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan pengalaman.

Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman Rho didapatkan nilai korelasi sebesar -0,222 yang menunjukkan adanya hubungan yang rendah dengan taraf signifikansi $p = 0,003$ ($p < 0,05$). Temuan ini mengindikasikan hubungan negatif antara kecanduan internet dan motivasi belajar, peningkatan tingkat kecanduan internet dapat mengakibatkan penurunan motivasi belajar individu, begitu pula sebaliknya.

Skor variabel motivasi belajar menunjukkan bahwa mayoritas siswa SMA Negeri 1 Negara berada pada kategori sedang, sementara mayoritas responden pada variabel kecanduan internet berada dalam kategori sedang. Hasil ini mengindikasikan kontrol penggunaan internet yang baik dan penggunaan yang tidak mencapai tingkat yang berlebihan. Namun sekolah perlu melaksanakan kegiatan yang dapat mengasah soft skill siswa untuk mencegah kecanduan internet berkembang ke tingkat yang lebih serius. Sehingga siswa dapat terhindar dari dampak negatif penggunaan internet yang berlebihan seperti penurunan motivasi belajar yang dapat memengaruhi diri mereka secara individu.

Penelitian oleh Pratiwi et al (2020) menyatakan hasil yang sama bahwa penggunaan internet di luar batas wajar atau berlebihan dapat menurunkan motivasi akademik siswa.⁽²⁰⁾ Ketika remaja menghabiskan waktu terlalu banyak di internet, mereka cenderung melupakan tanggung jawab mereka termasuk belajar. Sartini et al (2018) juga menyatakan bahwa ada pengaruh negatif antara pemakaian situs jejaring sosial dan motivasi belajar siswa, semakin tinggi pemakaian situs jejaring sosial maka semakin rendah motivasi belajar siswa. Selain itu kecanduan internet dijelaskan sebagai gangguan kontrol di mana individu merasa kebutuhan yang mendesak untuk online,

yang dapat mengganggu hubungan interpersonal jika tidak dikelola dengan baik.⁽²¹⁾ Penelitian Pertiwi & Hidayati (2018) juga menemukan hasil yang sama bahwa kecanduan media sosial berpengaruh terhadap motivasi belajar.⁽²²⁾

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kecanduan internet memengaruhi motivasi belajar siswa, peningkatan kecanduan internet akan menurunkan motivasi belajar sedangkan penggunaan internet yang terkontrol dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Kecanduan internet dipengaruhi oleh kontrol diri yang memungkinkan individu menahan dorongan yang muncul dari hati dan pikiran. Lama waktu akses juga menjadi faktor penting, remaja umumnya menghabiskan antara 4-6 jam per hari untuk mengakses internet. Penggunaan internet yang berlebihan dapat berdampak negatif hamper sama dengan konsumsi alkohol untuk mencapai kepuasan.⁽²³⁾ Usia remaja membuat responden lebih tertarik untuk berinteraksi dan mencari informasi serta kesenangan melalui media sosial dibandingkan secara langsung yang menyebabkan penggunaan internet yang terus-menerus. Sehingga penting bagi pengguna internet untuk mengurangi waktu pemakaian agar terhindar dari dampak buruk yang dapat memengaruhi motivasi belajar siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *internet addiction* dan motivasi belajar siswa di SMA Negeri 1 Negara. Peningkatan tingkat *internet addiction* berisiko 0,9 kali lebih besar menurunkan motivasi belajar remaja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada seluruh pihak di SMAN 1 Negara atas izin pelaksanaan penelitian ini. Peneliti berterima kasih kepada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa atas dukungan yang diberikan selama pelaksanaan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Suwarma DM, Munir M, Wijayanti DA, Marpaung MP, Weraman P, Hita IPAD. Pendampingan Belajar Siswa Untuk Meningkatkan Kemampuan Calistung dan Motivasi Belajar. *Communnity Development Journal* 2023;4(2):1234–9.
2. Khaeriyah, Mahmud A. Pengaruh Intensitas Penggunaan Smartphone Danpemanfaatan Internet Terhadap Motivasi Belajar dan Hasil Belajar Ekonomi. *Economic Education Analysis Journal* 2017;6(1):140–9.
3. Miskahuddin. Pengaruh Internet Terhadap Penurunan Minat Belajar Mahasiswa. *Jurnal MUDARRISUNA* 2017;7(2):293–312.
4. Khairunnisa R, Putri MZ, Siregar DP, Jannah FM, Zafira SD, Dalina D, et al. Internet Addiction Disorder Pada Generasi-Z di Era Modernisasi. In: *Proceeding Conference on Psychology and Behavioral Sciences*. CV. Doki Course and Training; 2022. page 73–7.
5. Irman, Saari CZ, Silvianetri, Rajab K, Zalnur M. The Effect of Zikir Relaxation in Counseling to Reduce Internet Addiction. *Al-Ta'Lim Journal* 2019;26(1):1–11.
6. Mareta HR, Hardjono, Agustina LSS. Dampak Pola Komunikasi Keluarga Laissez-Faire Terhadap Kecanduan Internet Pada Remaja di Kota Surakarta. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi* 2020;5(1):44–53.
7. Latief NSAbd, Retnowati E. Kesepian dan Harga Diri Sebagai Prediksi Dari Kecanduan Internet Pada Remaja. *Jurnal Ecopsy* 2018;5(3):130–7.
8. Novianty DD, Sriati A, Yamin A. Gambaran Penggunaan dan Tingkat Kecanduan Internet Pada Siswa-Siswi SMA X di Jatinangor. *Jurnal Keperawatan Komprehensif* 2019;5(2):76–87.
9. Halim C, Masykur AM. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Jauh Dari Smartphone Pada Siswa Kelas X

- SMA Negeri 1 Semarang. *Jurnal Empati* 2022;11(6):432–41.
10. GWI. Digital 2022: Global Overview Report. 2021.
11. Falianda SF. Hubungan Antara Alexithymia Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Remaja di Kota Surabaya. 2022;
12. Putri A, Ningsih YT. Hubungan Antara Kesepian dengan Kecanduan Game Online pada Mahasiswa yang Bermain Game Online X di Kota Padang. *Jurnal Pendidikan Tambusai* 2020;4(3):2760–6.
13. Rismaniar. plikasi Layanan Bimbingan Kelompok Dalam Mengatasi Kecanduan Gadget di MAN 3 Medan. 2018;
14. Theresia E, Setiawati OR, Sudiadnyani NP. Hubungan Kecanduan Bermain Game Online Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa SMP di Kota Bandar Lampung Tahun 2019. *PSYCHE: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung* 2019;1(2):96–104.
15. Makatita F. Hubungan Antara Kecanduan Bermain Game Online Dengan Motivasi Belajar Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama. *Profesional Health Journal* 2022;4(1):25–36.
16. Al-Bahra, Setiawan MS. Hubungan Antara Manajemen Waktu Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Akademi Keperawatan RSPAD Gatot Soebroto Jakarta. *Journal Educational of Nursing (JEN)* 2019;2(2):50–5.
17. Hadiyanti KA. Pengaruh Adiktif Smartphone Terhadap Motivasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. 2020;
18. Fitriani W, Haryanto, Atmojo SE. Motivasi Berprestasi dan Kemandirian Belajar Mahasiswa Saat Pembelajaran Daring. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan* 2020;5(6):828–34.
19. Astuti D, Susilo G, Sari THNI. Pengaruh Konsentrasi Belajar dan Kemandirian Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Balikpapan Tahun Ajaran 2017/2018. *De Fermat : Jurnal Pendidikan Matematika* 2018;1(2):42–53.
20. Pratiwi EWP, Soesilo TD, Irawan S. Pengaruh Game Online Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik di SMK Terpadu Al Mustaqim Timpik Kecamatan Susukan Kabupaten Semarang. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling* 2020;2(2):41–4.
21. Sartini, Nuraini, Okianna. Pengaruh Penggunaan Situs Jejaring Sosial Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Prodi Pendidikan Ekonomi FKIP Untan 2015. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa* 2018;7(9).
22. Pertiwi SAB, Hidayati E. Kecanduan Media Sosial Terhadap Motivasi Belajar Pada Remaja di SMA Muhammadiyah 1 Semarang Kecamatan Candisari Kota Semarang. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama* 2018;7(2):183–91.
23. Azmi N. Hubungan Antara Fear of Missing Out (FoMO) Dengan Kecanduan Media Sosial Pada Mahasiswa. 2019;