Hubungan antara Problematic Internet Use dengan Social Anxiety pada Remaja

Nadya Parisa
Tino Leonardi
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya

Abstract.
The purpose of this research is to find whether there is any correlation between Problematic Internet Use and social anxiety among adolescents. Problematic Internet Use (PIU) is a theory by Caplan (2002), which explain the way people use internet, which is explain by simptoms Preference for Online Social Interaction (POSI), Mood Regulation dan Deficient Self-Regulation. Problematic internet use is a multidimensional syndrome that consist of cognitive, emotional, and behavioral symptoms that result in difficulties with managing one's offline life. Social anxiety according to American Psychiatric Assosiation is fear that settled agains a (or more) social situation related performance deals, who make individuals must face with those not familiar or face the possibility of observed by others, fear that he/she might be embarrassed or humiliated. This research is conducted in adolescence aged 15-18 years in a sample of 100 people. Measuring instruments used in this study is General Problematic Internet Use Scale 2 (GPIUS2) consists of 15 items and Social Anxiety for Adolescent (SAS-A) consists of 18 aitems. Data analysis was performed with the correlation technique of Pearson Product Moment using the program SPSS 20.0 for Mac. Based on the result of research data analysis the value of corellation coefficient between those two variables is 0,316 with significant degree amount is 0,001, This suggest that there is a corellation between problematic internet use and social anxiety among adolescents.

***Keywords**: problematic internet use, social anxiety, adolescents*

Abstrak.
Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara Problematic Internet Use dengan Social Anxiety pada remaja. Problematic Internet Use adalah teori yang dikembangkan oleh Caplan (2002) yang berfokus pada penggunaan maladaptif internet, yang ditinjau dari beberapa simptom yaitu, Preference for Online Social Interaction (POSI), Mood Regulation dan Deficient Self-Regulation. Problematic Internet Use adalah sindrom multidimensional yang terdiri dari simptom kognitif, emosional dan perilaku, yang menghasilkan kesulitan dalam mengontrol kehidupan ketika offline. Social anxiety menurut American Psychiatric Assosiation adalah ketakutan yang menetap terhadap sebuah (atau lebih) situasi sosial yang terkait berhubungan dengan performa, yang membuat individu harus berhadapan dengan orang-orang yang tidak dikenalnya atau menghadapi kemungkinan diamati oleh orang lain, takut bahwa dirinya akan dipermalukan atau dihina. Penelitian dilakukan pada remaja berusia 15-18 tahun dengan jumlah subjek sebanyak 100 orang. Alat ukur yang digunakan berupa kuisioner General Problematic Internet Use Scale 2 (GPIUS2) yang terdiri dari 15 butir pernyataan dan Social Anxiety Scale for Adolescents (SAS-A) yang terdiri dari 18 butir pernyataan. Analisis data dilakukan dengan teknik korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan program statistik SPSS 20.0 for Mac.

korespondensi:
Nadya Parisa email parisanadya@yahoo.co.id
Tino Leonardi email: tino.leonardi@psikologi.unair.ac.id
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Surabaya

Berdasarkan hasil analisis data penelitian ini diperoleh koefisien korelasi 0,316 dengan taraf signifikansi 0,001, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara problematic internet use dengan social anxiety pada remaja.

Kata kunci: *Problematic Internet Use; Social Anxiety; Remaja*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak hingga masa dewasa awal. Pada masa ini merupakan suatu masa dalam rentang kehidupan, dimana individu menjalani proses untuk mencapai kematangan menuju masa pembentukan tanggung jawab usia dewasa. Individu disini dapat mencoba berbagai karakteristik psikologi yang ada dalam diri mereka, yang nantinya individu tersebut dapat menemukan identitas yang cocok untuk diri mereka. Demikian halnya dengan pengalaman-pengalaman dan tugas-tugas perkembangan baru akan muncul pada masa remaja. Hubungan dengan orang tua, hubungan dengan teman sebaya yang semakin intim, dan kencan yang dilakukan untuk pertama kali (Santrock, 2002).

Pada remaja salah satu tugas perkembangan yang penting untuk dipenuhi yaitu tercapainya hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya baik laki-laki maupun perempuan (Hurlock, 1990). Remaja memiliki kebutuhan yang kuat untuk disukai dan diterima kawan sebaya (peers) atau kelompok. Adanya penerimaan yang diberikan oleh peer group dan perasaan akan kepemilikan dan kesamaan yang di dapat dalam suatu hubungan pertemanan, penting adanya bagi remaja merasakan pengalaman ini. Teman dekat mulai menggantikan posisi orangtua dalam hal dukungan sosial dan berkontribusi banyak pada konsep diri dan well being remaja(Furman & Buhrmester, 1992, dalam La Greca & Harrison, 2005).

Selama masa remaja hubungan positif dan suport yang diberikan oleh orang lain menjadi salah satu sumber yang dapat membantu keberhasilan proses adaptasi remaja. Semakin bertambahnya usia individu maka hubungan dengan teman semakin berkembang menjadi lebih intim, supportif dan terjalin hubungan yang lebih komunikatif (Buhrmeister, 1990, dalam LaGreca & Harrison, 2005). Pada awal masa remaja teman mulai menilai kesetiaan dan kekariban, remaja dihadapkan pada tugas yang menuntut peran ganda dan mengintegrasikannya pada aturan yang telah ada (Harter, 1988, dalam LaGreca & Lopez, 1998).

Salah satu fungsi penting dari kelompok kawan sebaya adalah sebagai sumber informasi mengenai dunia di luar keluarga. Remaja memperoleh umpan balik mengenai kemampuannya dari kelompok kawan sebaya. Di masa remaja, relasi dengan kawan sebaya memiliki proporsi yang besar di kehidupan individu. Condry, Simon, dan Bronfenbrenner , 1968 (dalam Santrock, 2007) mengatakanbahwa selama satu minggu, remaja laki-laki dan perempuan meluangkan waktunya dua kali lebih banyak untuk berkumpul bersama kawan-kawan sebayanya dibandingkan bersama orangtuanya. Relasi yang terjalin baik antara kawan sebaya dibutuhkan bagi perkembangan sosial yang normal di masa remaja.

Pentingnya relasi dengan kawan sebaya memiliki dampak negatif dan positif bagi remaja. Pengaruh negatif yang bisa saja terjadi pada remaja berkaitan dengan berbagai bentuk masalah dan gangguan, mulai dari masalah kenakalan hingga depresi (La Greca & Horisson, 2005). Adanya masalah dalam hubungan pertemanan berperan penting dalam fungsi emosional maladaptif, termasuk berkembangnya simptom depresi dan social anxiety pada remaja (De Los Reyes & Prinstein, 2004 dalam Siegel, dkk., 2009).Menurut data yang diperoleh dari The Royal Society for Public Health, anak muda (16-25 tahun) mengalami kecemasan sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari mereka. Salah satunya karena mereka tidak memiliki pekerjaan, hobi, rutinitas, dan semacamnya. Hal ini jauh lebih

berkembangnya simptom anxiety pada remaja dapat disebabkan oleh faktor lainnya. Menurut studi yang pernah dilakukan mengatakan bahwa anak yang memiliki social anxiety cenderung memiliki orangtua yang memiliki masalah dalam hal social anxiety (Reder, McClure, & Jolley, 2000). Orangtua yang memiliki anxiety cenderung mengurangi aktifitas fisik anak mereka dan lebih mengarahkan kepada permainan yang "nyaman" menurut mereka (Turner, dkk., 2003). Selain itu, hubungan antara orangtua anxiety dengan anak mereka lebih sedikit menunjukkan emosi kehangatan namun banyak mengkritik kegiatan anak mereka (Moore, Whaley, & Sigman, 2004).

Disisi lain perkembangan teknologi yang meningkat memiliki pengaruh terhadap perkembangan remaja. Teknologi yang terus berinovasi membuat remaja tertarik untuk mengikuti perkembangannya. Salah satu teknologi yang sekarang ini banyak digandrungi oleh remaja adalah internet. Dengan menggunakan internet remaja dapat melakukan banyak hal, seperti bermain game online, chatting, e-mail dan banyak hal lainnya.

Penggunaan internet yang mudah, membuat banyak pengguna merasakan banyak manfaat yang didapatkan dari penggunaan internet itu sendiri. Hal ini yang terkadang tidak disadari pengguna bahwa dari penggunaan internet sehari-hari mereka dapat memunculkan dampak negatif. Salah satu dampak negatif itu adalah ketergantungan akan internet. Kemudahan yang didapat untuk mengakses internet membuat kita selalu bergantung pada internet, terlebih sekarang ini internet dapat diakses melalui smart phone. Dalam sehari kita dapat mengakses internet dari smart phone kita lebih dari 2,5 jam, dan waktu yang digunakan untuk mengakses sosial media dalam sehari adalah 3 jam ("Statistik Pengguna Internet di Asia dan Indonesia", 2014).

Data yang dihimpun oleh KOMINFO menyatakan, pengguna internet di Indonesia hingga saat ini telah mencapai 82 juta orang. Jumlah pengguna internet tersebut, 80 persen di antaranya adalah remaja berusia 15-19 tahun ("Kemkominfo: Pengguna Internet di Indonesia Capai 82 Juta", 2014). Aktivitas yang paling banyak dilakukan pengguna internet di dunia maya adalah mengakses situs jejaring sosial (84,2%), melakukan pencarian (65,7%), membaca berita (39,2%), mengakses e-mail (38,9%), menonton video (31,4%), serta bermain game (30,7%) ("59 Persen Pengguna Internet Akses Via Smartphone, 2014). Tingginya penggunaan internet untuk mengakses sosial media, dan lama waktu yang digunakan untuk mengakses sosial media 3 jam dalam sehari. Pengguna internet mampu menghabiskan sebanyak 21 jam dalam seminggu untuk berinteraksi di situs jejaring sosial. Faktanya dalam seminggu pelajar rata-rata menghabiskan 3 jam waktunya untuk belajar intens. Hal ini sungguh ironis mengingat pelajar lebih memprioritaskan update status dibandingkan belajar ("Social media : Overdosis", 2014). Studi lain menunjukkan bahwa dalam sehari remaja usia 13-18 tahun, menghabiskan waktu sampai 10 jam untuk bermain dengan ponselnya, dimana rata-rata 94,6 menit per hari mereka gunakan untuk chatting dengan teman ("Studi: 60 Persen Remaja Kecanduan Ponsel", 2014).

Kecanduan akan jejaring sosial menurut penelitian beberapa psikolog ternyata dapat membuat psikologis penggunanya sedikit terganggu. Data dari Mashable melaporkan jika terganggunya sisi psikologis pecandu Facebook (media sosial) terkait dengan reaksi hormon Dopamine ("Kecanduan Facebook, Fenomena Lain Jejaring Sosial", 2013). Dopamine adalah senyawa kimia dalam tubuh yang dapat merangsang rasa suka, gembira, tenang seperti halnya ketika pecandu obat atau morfin mengonsumsi barang tersebut. Bagi seseorang yang sudah menjadi pecandu media sosial ketika dia mendapatkan banyak notifikasi maka secara otomatis dopamin dalam tubuhnya bereaksi. Apabila dalam satu hari dia tidak mendapatkan notifikasi, maka munculah perasaan resah akibat reaksi dari kecanduan tersebut. Data yang dihimpun oleh Groupon terhadap 1.370 pelanggan di Indonesia disebutkan bahwa 39% orang Indonesia mengalami ketakutan atau kecemasan sosial berlebih melewatkan momen-momen tertentu yang tengah terjadi dalam kehidupan sosial mereka. 32% dari orang Indonesia menyatakan bahwa mereka mengalami rasa takut tidak dapat mencapai tujuan mereka justru ketika mereka melihat foto teman atau keluarga yang dengan mudahnya mengekspos kesuksesan di media sosial ("Pengguna Media Sosial di Indonesia Mudah Cemas", 2014).

Kecanduan akan internet disebut juga dengan problematic internet use (PIU). Individu dengan PIU menggunakan internet secara berlebihan dimana kegunaan dari internet ini mengakibatkan individu tersebut mengalami kesulitan dalam hal mengontrol penggunaan internetnya, yang mana mengarah pada gangguan psikologis (Martha, 2008). Pada remaja munculnya problematic internet use dapat dikarenakan oleh beberapa hal, seperti penggunaan internet untuk bermain game online secara berlebihan, menggunakan internet untuk bersosialisasi secara berlebihan (chatting, e-mail, mengirim pesan danmenggunakan sosial media) dan memanfaatkan internet untuk online gambling.

Individu dengan problematic internet use selain kurang memiliki kontrol dalam penggunaan internetnya, lama individu menggunakan internet berakibat pada berkurangnya interaksi langsung secara tatap muka. Hal ini berakibat pada munculnya gangguan anxiety, studi yang dilakukan oleh Leary & Kowalsky (1995, dalam Caplan 2005) mengatakan bahwa, ada hubungan antara kurangnya kemampuan dalam bersosialisasi secara langsungdengan social anxiety. Selain dapat disebabkan oleh kurangnya interaksi secara langsung terdapat faktor lain yang mempengaruhi PIU, yaitu kesulitan waktu individu untuk berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan. Individu dengan PIU cenderung berkomunikasi secara online dengan mempresentasikan diri mereka sebaik mungkin untuk mendapatkan kesan positif dari orang lain, sehingga terkadang kesan yang diberikan tidak sesuai dengan aslinya. Situasi ini yang membuat individu dengan PIU mengalami social anxiety (Leary & Kowalsky, 1995 dalam Caplan, 2005).

Social Anxiety

Social anxiety adalah takut akan situasi sosial dan interaksi dengan orang lain yang dapat secara otomatis membawa merasa sadar diri, pertimbangan, evaluasi dan kritik (Richards, 1996). Bersamaan dengan definisi di atas Richard mendifinisikan social anxiety sebagai ketakutan dan kecemasan dihakimi dan dievaluasi secara negatif oleh orang lain, mendorong kearah merasa kekurangan, kebingungan, penghinaan dan tekanan.

Social anxiety adalah bentuk fobia sosial yang lebih ringan yang merupakan ketakutan yang terus-menerus dan irasional terhadap kehadiran orang lain. Individu berusaha menghindari suatu situasi khusus dimana ia mungkin dikritik dan menunjukkan tanda-tanda kecemasan atau bertingkah laku dengan cara yang memalukan (Semiun, 2006). Menurut *American Psychiatric Assosiation (1994) social anxiety* adalah ketakutan yang menetap terhadap sebuah (atau lebih) situasi sosial yang terkait berhubungan dengan performa, yang membuat individu harus berhadapan dengan orang-orang yang tidak dikenalnya atau menghadapi kemungkinan diamati oleh orang lain, takut bahwa dirinya akan dipermalukan atau dihina.

Kecemasan utamanya dialami dalam konteks hubungan dengan teman, social anxiety salah satu respon afektif yang merupakan hasil dari rendahnya hubungan dengan teman. Jadi, perasaan dari social anxiety sendiri mungkin menghalangi interaksi sosial yang biasanya dibutuhkan untuk kepuasan sosial atau perkembangan emosional. Social anxiety berperan penting dalam penarikan sosial dan perilaku menghindar, yang mengarah kepada hilangnya kesempatan untuk bersosialisasi secara normal dan juga mengarah pada timbulnya masalah dalam hubungan dengan teman.

Problematic Internet use

Young (1996 dalam Wang, dkk., 2011) untuk menjelaskan tentang kecanduan internet dan penyalahgunaan internet mengembangkan beberapa kriteria diagnosa pengukuran yang diambil dari pathologic gambling dalam DSM-IV. Perbedaan yang ada menjadikan perdebatan tersendiri di kalangan peneliti akan penyebab dari kecanduan internet atau penggunaan internet yang berlebihan, apakah hal ini merupakan indikator perilaku yang mana sudah ada pada permasalahan psikologis sebelumnya yang mana dalam hal ini di manifestasi melalui internet (Keser Ozcan dan Buzlu, 2005, dalam Ceyhan dkk., 2007).

Penelitian lebih lanjut dilakukan dengan menambahkan beberapa konsep baru seperti internet addiction, internet dependency, problematic internet usage, pathologic internet

seperti internet addiction, internet dependency, problematic internet usage, pathologic internet usage, internet behavior addiction dan cyber addiction. Dalam hal ini penggunaan istilah problematic internet use digunakan untuk menjelaskan tentang salah satu konsep tentang penggunaan internet.

Problematic Internet Use (PIU) merupakan istilah yang digunakan untuk menjelaskan tentang masalah terkait penggunaan internet (Davis, Flett & Besser, 2002). Menurut Beard & Wolf (2001) PIU adalah penggunaan internet yang mengakibatkan kesulitan dalam hal sosial, sekolah dan psikologis pada kehidupan seseorang. Sedangkan menurut Shapira (2000) PIU dapat ditandai dengan ketidakmampuan individu untuk mengontrol penggunaan internet, dimana memunculkan kesulitan dan gangguan fungsional dalam kehidupan sehari-hari.PIU merupakan sindrom multidimensional yang terdiri dari tanda-tanda kognitif maladaptif dan perilaku yang menghasilkan hal negatif dalam sosial, akademis atau konsekuensi profesional (Caplan 2002, 2003; Davis, 2001; Davis,Flett, &Bessser 2002; Morahan-Martin & Schumacher, 2003).

METODE PENELITIAN

Subjek dalam penelitian ini adalah remaja usia 15-17 tahun. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala atau alat ukur yang telah diadaptasi dari General Problematic Internet Use Scale 2 (GPIUS2) milik Caplan, yang terdiri dari 18 item. Skala yang digunakan untuk mengukur variabel anxiety dalam penelitian ini diadaptasi dari skala Social Anxiety Scale for Adolescence (SAS-A)milik La Greca yang terdiri dari 15 item.

HASIL DAN BAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa variabel problematic internet use dengan social anxiety memiliki hubungan linear karena menunjukkan nilai signifikansi < 0,05. Sedangkan berdasarkan hasil uji korelasi yang dilakukan dengan menggunakan analisis korelasi pearson product moment diperoleh taraf signifikansi sebesar 0,01 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara problematic internet use dengan social anxiety. Diperoleh juga nilai koefisien korelasi sebesar 0,316 yang menunjukkan kekuatan hubungan antara variabel dimana kekuatan hubungan antar kedua variabel sedang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan Problematic Internet Use dengan social anxiety pada remaja. Hasil dari uji hipotesis tersebut menyatakan hipotesis diterima yang artinya adalah terdapat hubungan ($p = 0.001$ dan $p < 0.05$) antara problematic internet use dengan social anxiety. Korelasi antar kedua variabel tersebut memiliki korelasi yang bernilai positif. Korelasi yang bernilai positif menunjukkan arah yang sama antar keduanya.Dari hasil uji korelasi, di dapat koefisien korelasi 0,316 yang menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara dua variable adalah sedang. Hal ini disebabkan sebagian besar subjek pada penelitian ini mengalami Problematic Internet Use pada tingkat rendah hingga sedang sedangkan sebagian besar subjek mengalami kecemasan pada tingkatan sedang.

Hubungan antara problematic internet use dengan social anxiety yang memiliki kekuatan hubungan sedang, mungkin saja dikarenakan oleh adanya faktor lain yang menyebabkan social anxiety pada remaja selain problematic internet use yang tidak dapat dikontrol. Anxiety pada remaja dapat dikarenakan oleh beberapa faktor, seperti adanya permasalahan dalam hubungan pertemanan berpengaruh terhadap munculnya social anxiety pada remaja. Adanya masalah dalam hubungan pertemanan berperan penting dalam fungsi emosional maladaptif, termasuk berkembangnya simptom depresi dan social anxiety pada remaja (De Los Reyes & Prinstein, 2004 dalam Siegel, dkk., 2009). Pengaruh didikan orangtua, anak dengan orangtua yang memiliki masalah dalam hal social anxiety cenderung menjadikan anak tersebut memiliki masalah dalam hal social anxiety (Murray, 2006). Orangtua yang memiliki masalah dengan anxiety menunjukkan hubungan emosi kehangatan yang rendah dengan anak mereka, sedangkan hubungan yang lebih tinggi ditunjukkan orangtua untuk mengkritik kegiatan anak mereka (Moore, Whaley, & Sigman, 2004). Seseorang dapat mewarisi kerentanan biologis yang mana dapat

mengembangkan timbulnya kecemasan atau kecenderungan biologis untuk menjadi sangat terhambat secara sosial. Kerentanan psikologis menyeluruh seperti tercermin pada perasaan atau berbagai peristiwa, khususnya peristiwa yang sangat menimbulkan stres, mungkin tidak dapat dikontrol dan dengan demikian akan mempertinggi kerentanan individu (Durand, 2006).

Kemungkinan lain yang dapat menjelaskan mengenai kekuatan hubungan antara kedua variabel tersebut sedang adalah alasan lain subjek menggunakan internet. Individu yang mengalami problematic internet use bukan hanya berasal dari individu yang memiliki masalah dalam hal social anxiety. Bagi individu yang memiliki kepribadian ekstrovert mereka cenderung banyak menghabiskan waktunya berinteraksi melalui internet untuk tetap menjalin hubungan yang sebelumnya telah ada. Individu dengan kepribadian ekstrovert menikmati interaksi sosial secara virtual, dan adanya kebutuhan tersendiri untuk berbagi kehidupan sosial yang sudah ada sebelumnya (Amichai-Hamburger & Vinitzky, 2010, dalam Odaci & Celik, 2013). Kenyamanan berinteraksi yang didapat individu dengan tipe kepribadian ekstrovert berbeda dengan kenyamanan yang dirasakan individu dengan social anxiety ketika berinteraksi melalui internet. Individu dengan social anxiety lebih nyaman berinteraksi secara online karena individu tersebut mengalami kesulitan ketika harus berinteraksi secara langsung.

Adanya korelasi antar kedua variabel ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Caplan dkk (2009) yang menyatakan adanya keterkaitan antara problematic internet use dengan social anxiety. Individu dengan problematic internet use akan memiliki dampak negatif pada kehidupan sosialnya. Dalam jurnalnya, Caplan menyebutkan bahwa adanya dampak negatif dapat mengganggu kehidupan sosial individu dalam hal fungsi interpersonal. Penelitian lain yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara problematic internet use dengan social anxiety, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Yang (2005, dalam Wang dkk., 2012) mengatakan bahwa penggunaan internet yang berlebihan secara signifikan berpengaruh terhadap timbulnya kecemasan, kemarahan dan depresi serta munculnya rasa kesepian.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan maka dapat diambil kesimpulan bahwa Ha dalam penelitian ini diterima, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Problematic internet use dengan social anxiety pada remaja.

Untuk penelitian kedepannya sebaiknya lebih memperhatikan penyebaran link kuesioner. Penyebaran link kuesioner sebaiknya tidak disebarkan secara umum begitu saja, tetapi disebar langsung ke kelompok-kelompok tertentu yang ingin dijadikan subjek. Sehingga nantinya data subjek yang diperoleh sesuai dengan yang ingin diteliti.

Untuk subjek sebaiknya lebih bijak dalam menggunakan waktunya dalam menggunakan internet. Usia subjek yang terbilang sudah cukup matang untuk memahami dan mengerti dampak buruk dari penggunaan internet yang berlebihan diharapkan untuk lebih bisa mengatur penggunaan internet sehari-hari mereka. Apabila dirasa penggunaan internet sudah melebihi batas wajar, maka diharapkan adanya kontrol diri yang baik dalam menggunakan internet.

Saran untuk orangtua, sebaiknya orangtua memiliki andil dalam penggunaan internet anak mereka. Orangtua diharapkan bisa membatasi penggunaan internet anak mereka ketika dirumah. Misalnya dengan memberlakukan jam malam untuk tidak mengakses internet, sehingga dari situ penggunaan internet pada anak dapat berkurang.

Orangtua diharapkan lebih peduli terhadap anak, apabila perilaku anak sudah mulai berubah seperti selalu menggunakan telepon genggam. Emosi anak yang tidak stabil apabila tidak mengakses internet, dari situ orangtua diharapkan mulai mengambil tindakan terkait penggunaan internet pada anak. Supaya kedepannya dampak negatif dari penggunaan internet yang berlebihan tidak semakin berdampak buruk pada anak.

ÊË ĒĔĂÇĂ ĂÅËĂÈ

Beard, K. W. & Wolf, E. M. (2001). Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *Cyberpsychol Behav* 8: 711-383.

Caplan, S.E. (2005). A Social Skill Account of Problematic Internet Use. *Journal of communication*, 99, 165-736.

Caplan, S.E., Williams, D., Yee, N. (2009). Problematic Internet Use and Psychosocial Well Being among MMO Players. *Computers in Human Behavior*.

Ceyhan, A., Ceyhan, E., & Kurtyilmaz. Y. (2007). The Validity and Reliability of the Problematic Internet Usage Scale. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 855-416.

Durand, V. M. (6440). *Intisari Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Hurlock, E.B. (1990). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi ke-5)*. Jakarta: Erlangga

Kecanduan Facebook, fenomena lain jejaring sosial (2013, 12 Juni). Merdeka.com [on-line]. Diakses pada tanggal 1 Februari 2015 dari http://www.merdeka.com/teknologi/kecanduan-facebook-fenomena-lain-jejaring-sosial-sisi-hitam-jejaring-sosial.html

Kemkominfo : Pengguna Internet di Indonesia Capai 82 Juta (2014, 8 Mei). KEMKOMINFO [on-line]. Diakses pada tanggal 28 Oktober 2014 dari http://kominfo.go.id/index.php/content/detail/3980/Kemkominfo%3A+Pengguna+Internet+di+Indonesia+Capai+82+Juta/0/berita_satker#.VNFzdSmp2

La Greca, M. A., & Lopez, N. (1998). Social Anxiety Among Adolescents: Linkages with Peer Relations and Friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, Vol. 60, No. 6, pp. 27-94.

La Greca, M. A., & Harrison, M. H. (2005). Adolescent Peer Relations, Friendships and Romantic Relationships: Do They Predict Social Anxiety and Depression?. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology* Vol. 34, No. 1, 49-61.

Odachi, H., & Celik, B. C. (2013). Who Are Problematic Internet Users ? An Investigation of Correlations Between Problematic Internet Use and Shyness, Loneliness, Narcissism, Aggression and Self-perception. *Journal of Computers in Human Behavior*.

Pengguna Media Sosial di Indonesia Mudah Cemas (2014, 8 September). CNN Indonesia [on-line]. Diakses pada tanggal 30 Januari 2015 dari http://www.cnnindonesia.com/teknologi/20140908173430-192-2765/pengguna-media-sosial-di-indonesia-mudah-cemas/

Santrock, J. W. (2002). *Life Span Development- Perkembangan Masa Hidup* Jilid 5 Jakarta.

Santrock, J. W. (2007). *Remaja, Edisi º º Jilid №*Jakarta : Erlangga.

Semiun, Y. (2006). *Kesehatan Mental 2*. Yogyakarta: Kanisius.

Shapira, N. A. (2000). Psychiatric Features of Individuals with Problematic Internet Use. *Journal of Affect Disorders*. 91: 601-272.

Siegel, S. R., La Greca, M. A., & Harrison, H. M. (2009). *Peer victimization and Social Anxiety in Adolescents : Prospective and Reciprocal Relationships*. Empirical Research 72: 5430-1109.

Social Media : Overdosis (2014, 4 Desember). ICCA [on-line]. Diakses pada tanggal 28 Januari 2015 dari http://icca.co.id/social-media-overdosis/

Statistik Pengguna Internet di Asia dan Indonesia (2014, 16 Januari). TECHINASIA [on-line]. Diakses pada tanggal 29 Januari 2015 dari http://id.techinasia.com/statistik-pengguna-internet-di-asia-dan-indonesia-slideshow/

UY ÊĮ ÒŐĮ ÑÊĮ ÑĴĴÕÑÏ ČÑĴÒÑĮ ÔĂĻĴÓĘĨĨ ĒĿ: ÏÒŐŇĶÑÑĮ HRPQLRWÈÑŲĿ: ĪĮ ÒĮŇĚÆĐ ÊÉ ÑÅÉ HÑÑ-line]. Diakses pada tanggal 28 Januari 2015 dari http://www.tempo.co/read/news/2014/11/27/072624959/59-Persen-Pengguna-Internet-Akses-Via-Smartphone

Studi: 60 Persen Remaja Kecanduan Ponsel (2014, 1 September). Vivalife [on-line]. Diakses pada tanggal 28 Januari 2015 dari http://life.viva.co.id/news/read/534014-studi--60-persen-remaja-kecanduan-ponsel

Terungkap Pemicu Utama Galau Anak Muda (2015, 15 Januari). TEMPO.CO [on-line]. Diakses pada tanggal 1 Februari 2015 dari http://www.tempo.co/read/news/2015/01/15/060635105/Terungkap-Pemicu-Utama-Galau-Anak-Muda

Wang, H., Zhou, X.., Lu, C., Wu, J., & Deng, X. (2011). Problematic Internet Use in High School Students in Guangdong Province, China. *Department of Medical Statistics and Epidemiology*. Vol 0 Issue 9.