

***Internet Addiction* pada Remaja Pelaku *Substance Abuse*: Penyebab atau Akibat?**

*Ajeng Intan Nur Rahmawati*¹

Prodi Pascasarjana Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Semarang

Abstract

The purpose of this article to find out which variables are the causes and effects between substancial abuse and internet addiction through conceptual studies. Internet addiction and substance abuse are known to have correlation. But this becomes overlapping, which is the cause and the result. The results of this conceptual study explain that adolescents who experience substance abuse will tend to be the cause of increased prevalence internet addiction, because the use of addictive substances will determine how fast internet addiction develops. Conversely, adolescents who experience Internet addiction is not necessarily the cause of the emergence of substance abuse. It can be concluded that substance abuse is the cause of high levels of internet addiction in adolescents, likewise the internet addiction has the potential to cause substance abuse.

Keywords : adolescent; correlational; internet addiction; substance abuse

Pengantar

Tidak dapat dipungkiri bahwa kehidupan generasi remaja saat ini sangat erat dengan segala kecanggihan dan modernisasi teknologi (Issa & Isaias, 2016; Ozkan & Solmaz, 2015). Tidak sulit bagi mereka untuk dapat mengakses apapun karena internet menjadi salah satu kemudahan yang ditawarkan pada era ini. Sejauh ini internet telah menjadi pemasok utama kebutuhan akademik dan non-akademik remaja sehingga mereka tidak dapat lepas dari penggunaan internet dalam kehidupan sehari-harinya (LaRose, Connolly, Lee, Li, & Hales, 2014).

Kemunculan internet tentu memberikan dampak positif, namun tidak menutup kemungkinan adanya dampak negatif.

Kemudahan dan kecanggihan yang tidak perlu diragukan lagi menjadi dampak positif dalam dunia global (Yung, Eickhoff, Davis, Klam, & Doan, 2015), sedangkan di sisi lain dapat menyebabkan munculnya bentuk adiksi yakni kecanduan internet atau *internet addiction*. Beberapa penelitian menjelaskan bahwa individu yang mengalami *internet addiction* memiliki korelasi dengan penyalahgunaan zat adiktif atau *substance abuse* (Bakken, Wenzel, Testam, Johansson, & Ren, 2009; Padilla-Walker, Nelson, Carroll, & Jensen, 2010; Preedy, 2016). Korelasi ini menjelaskan bahwa perilaku *substance abuse* ini mungkin sekali terjadi karena adanya kemudahan akses internet dan tersedianya akun yang memperdagangkan zat adiktif tersebut (Preedy, 2016). Remaja yang pada usianya masih labil akan lebih mudah tertarik dan terkecoh untuk mencoba dan mengakses

¹ Korespondensi mengenai artikel ini dapat dilakukan melalui: intan.kons@gmail.com

situs tersebut. Pernyataan tersebut didukung dengan hasil beberapa penelitian yang menyatakan bahwa remaja masih dalam fase yang labil dan mudah mengalami depresi, mencari kebebasan, dan mencari kesenangan akan lebih mudah untuk menyalahgunakan kemudahan akses internet ke dalam penyalahgunaan zat adiktif (BNN, 2016; Hawkins, Catalano, Miller, & Hawkins, 1992; Preedy, 2016). Perilaku *substance abuse* sendiri adalah salah satu bentuk penyalahgunaan zat adiktif seperti nikotin, heroin, alkohol, dan zat psikotropika lainnya. Perilaku ini mengandung banyak masalah dalam kehidupan individu, baik secara mental, fisik, dan sosial

Namun penelitian lain juga menegaskan adanya bentuk adiksi lain seperti *internet addiction* akibat adanya *substance abuse* (Castro-Calvo, Ballester-Arnal, Gil-Llario, & Giménez-García, 2016; Jorgenson, Hsiao, & Yen, 2016; Lee, Han, Kim, Renshaw, 2013; Yung *et al.*, 2015). Selain itu hasil penelitian lain juga menyatakan bahwa remaja yang telah mengkonsumsi zat adiktif lebih dini akan diprediksi terkena bentuk adiksi yang lain, salah satunya adalah *internet addiction*.

Kedua hal ini memang memiliki korelasi, pernyataan ini telah dibuktikan oleh hasil beberapa penelitian yang menemukan adanya keterkaitan antara *substancial abuse* dan *internet addiction* (Cerniglia, *et al.*, 2017; Jorgenson *et al.*, 2016; Lee *et al.*, 2013; Yu *et al.*, 2017), namun belum diketahui mana sebab dan mana akibat. Dengan demikian artikel ini akan membahas mengenai variabel manakah yang menjadi penyebab dan akibat di antara keduanya melalui studi konseptual. Hal ini dimaksudkan agar para terapis dan konselor dapat memberikan layanan yang tepat sasaran terkait dengan permasalahan *internet addiction* dan *substance abuse* sesuai

dengan konsep-konsep yang telah dipaparkan. Layanan tersebut nantinya akan berguna untuk mencegah terjadinya permasalahan yang berkelanjutan.

Pembahasan

Internet Addiction

Penggunaan internet tidak bisa lepas dari kehidupan sehari-hari, khususnya remaja. Hal tersebut dikarenakan hampir sebagian besar kegiatan remaja membutuhkan internet, baik untuk kebutuhan akademik maupun non-akademik. Pemakaian internet akan baik jika dipakai sesuai dengan waktu dan kebutuhan, namun akan berdampak negatif jika disalahgunakan (segi waktu dan manfaat). Sebutan istilah *internet addiction* bermakna yakni pemakaian internet secara berlebih sehingga memunculkan permasalahan-permasalahan dalam kehidupan individu (Kuss & Griffiths, 2014; Kuss & Lopez-Fernandez, 2016; Lee *et al.*, 2013; Young, 1996). Adapun faktor risiko yang dimunculkan beragam, baik secara sosial, personal, dan gejala-gejala mental.

Remaja yang terkena *internet addiction* dapat dilihat dari beberapa unsur yakni dari frekuensi, durasi penggunaan, intensitas, adanya gejala penarikan diri, munculnya beragam konflik, dan kekambuhan (Gómez, Rial, Braña, Golpe, & Varela, 2017; Kuss & Griffiths, 2014; Salicetia, 2015). Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian bahwa individu yang mengalami *internet addiction* akan sulit tidur, mengalami depresi, membolos, mengalami konflik dengan keluarga, mengalami kecemasan, gangguan suasana hati, daya tahan tubuh rendah dan munculnya gangguan kepribadian (Jorgenson *et al.*, 2016)

Selain itu juga ditemukan adanya karakteristik temperamen, respon otak dan faktor kekambuhan pada individu yang

mengalami *internet addiction* (Jorgenson *et al.*, 2016; Kuss & Lopez-Fernandez, 2016). Individu yang telah mengalami kecanduan internet akan memperlihatkan suasana hati yang tidak nyaman dan merasa hampa ketika *offline*. Secara garis besar internet telah menjadi kebutuhan primer dalam kehidupannya (Macur, Király, Maraz, Nagygyörgy, & Demetrovics, 2016; Young, 1996; Young, 1999).

Remaja yang kecanduan internet akan memiliki dalih bahwasanya kegiatan *online* mereka adalah cara untuk meredakan stress, menghilangkan rasa sepi, dan sebagai hiburan. Alasan ini sebenarnya hanyalah kamufase, karena pada dasarnya individu yang gemar melakukan aktivitas *online* merasa tidak puas dengan interaksinya dengan kehidupan *offline* dan merasa bahwa lebih mudah mencapai aktualisasi diri *online* daripada dalam kehidupan yang nyata (Stead & Bibby, 2017; Young, 1999). Interaksi dengan internet secara berlebihan lama kelamaan akan memengaruhi kesehatan mental dan fisik, merusak hubungan pertemanan, mengganggu pekerjaan, dan mengarah pada isu-isu *cyberbullying* (Calvete, Gámez-Guadix, & Cortazar, 2017; Jorgenson *et al.*, 2016).

Substance Abuse

Kehidupan dan permasalahan para remaja tidak pernah lepas dari kacamata khalayak. Salah satunya adalah penyalahgunaan zat adiktif (*substancial abuse*) yang terus mengalami peningkatan setiap tahunnya, tidak terkecuali di Indonesia. Penyalahgunaan zat adiktif adalah pemakaian obat-obatan secara berlebihan tanpa panduan dari pihak-pihak yang berwenang. Kerap kali alasan yang muncul dari pengguna zat adiktif ini adalah untuk mencari kesenangan (*fun seeking*) dan pereda stress (Das, Salam, Arshad, Finkelstein, & Bhutta, 2016; Hawkins *et al.*, 1992). Pada masa ini

mereka juga cenderung selalu ingin tahu, memiliki emosi yang tidak stabil, dan proses pencarian jati diri.

Bentuk penyalahgunaan zat yang sering dilakukan oleh remaja adalah penyalahgunaan zat nikotin (perokok aktif), minum-minuman keras (*alcoholic*), dan narkoba (Ahmad & Mazlan, 2014). Rata-rata hasil beberapa penelitian menjelaskan bahwa remaja yang mengalami *substance abuse* adalah mereka yang masih menginjak usia belasan tahun (Das *et al.*, 2016; Hawkins *et al.*, 1992; Lee *et al.*, 2013).

Terkait dengan pembahasan di atas, tentu banyak dampak penyalahgunaan zat, baik secara fisik, mental dan sosial (Das *et al.*, 2016). Remaja yang menggunakan zat-zat adiktif akan lebih mudah untuk terkena depresi, gangguan tidur, gangguan emosional, penarikan diri, rendahnya *self-esteem* dan resiliensi, traumatik, serta gangguan psikis (Ahmad & Mazlan, 2014; Aromin, 2016; Das *et al.*, 2016; Hawkins *et al.*, 1992; Kaminer, Burleson, & Goldberger, 2002; Preedy, 2016; Smith, Mattick, Jamadar, & Iredale, 2014). Tentu saja dampak tersebut menghambat perkembangan remaja untuk mengoptimalkan potensinya. Pasalnya pada usia ini mereka diharapkan mampu berkarya positif sesuai dengan bakat dan minatnya masing-masing.

Mudahnya akses untuk mendapatkan zat adiktif tersebut malah memicu berkembangnya perilaku *substance abuse* pada remaja. Hal ini berkaitan erat dengan munculnya internet (Preedy, 2016). Mengapa demikian? Perilaku *substance abuse* mengandung variabel *relapse* atau "*candu*" (Lee *et al.*, 2013) yang artinya perilaku tersebut akan terus berulang dan menyiksa. Alhasil remaja yang telah teridentifikasi mengalami *substance abuse* akan mencari cara bagaimana mendapatkan zat adiktif tersebut. Menindaklanjuti hal tersebut, maka akses internet memiliki andil di

dalamnya. Peralnya kemudahan akses internet menjadi jalan bagi remaja untuk mendapatkan zat-zat terlarang. Hasil penelitian (Schifano, *et al.*, 2006) menyimpulkan adanya *website* (10% dari 1633 *website*) yang terdeteksi melakukan jual beli zat adiktif secara ilegal.

Remaja yang telah mengalami *substance abuse* akan terus berinteraksi dengan internet guna memenuhi kebutuhan zat adiktif tersebut, dan lama kelamaan akan menjadikannya tidak hanya terkena *substance abuse*, tetapi juga *internet addiction* (Lee *et al.*, 2013; Smith *et al.*, 2014). Permasalahan ini dapat terjadi karena adanya pengaruh zat adiktif terhadap sistem otak sehingga memicu berkembangnya adiksi yang lain seperti *internet addiction* (Young & De Abreu, 2017). Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian bahwa ternyata terdapat bagian otak yang sama pada individu yang mengalami *substance abuse* dan *internet addiction*, yakni terganggunya pada bagian *visual imagery* dan *memory* (Preedy, 2016). Bahkan hasil penelitian Young (1996) yang mengikutsertakan individu-individu *substance abuse* menyimpulkan bahwa mereka memiliki potensi untuk menambah tingginya pravelensi *internet addiction*.

Remaja yang telah mengalami *internet addiction* memang memiliki karakteristik yang sama dengan remaja yang mengalami *substance abuse*, namun hasil beberapa penelitian mengatakan bahwa individu yang mengalami *internet addiction* belum tentu mengarah kepada *substance abuse*. Hal ini dikarenakan variabel dalam *internet addiction* (penggunaan waktu, penggunaan aplikasi *game* dan media sosial) belum mengandung unsur-unsur *substance abuse* (Kuss & Lopez-Fernandez, 2016). Namun, memang benar jika internet dapat menjadi akses kemudahan remaja untuk mendapatkan zat-zat adiktif karena terdapat situs-

situs web yang menyediakan zat adiktif tersebut (Preedy, 2016; Schifano *et al.*, 2006). Dengan demikian remaja yang kecanduan internet (*internet addiction*) akan berpotensi untuk melakukan penyalahgunaan zat adiktif.

Sedangkan remaja yang melakukan penyalahgunaan zat adiktif memiliki pravelensi yang tinggi terhadap *internet addiction*. Hal ini dapat terjadi karena adanya sistem-sistem *reward* otak yang sama antara *substance abuse* dengan *internet addiction* (Cerniglia *et al.*, 2017; Lee *et al.*, 2013) sehingga penggunaan zat adiktif menentukan seberapa cepat tingkat kecanduan internet tersebut berkembang. Perilaku *substance abuse* juga memiliki tingkat ketagihan sehingga mendorong pelakunya untuk terus menggunakan internet sebagai jalan pemenuhan nafsunya.

Dengan demikian dapat diketahui bahwa remaja yang mengalami *substance abuse* dapat dipastikan memiliki gejala *internet addiction* pula dikarenakan adanya karakteristik yang sama pada gejala dan dampak serta pengaruh zat adiktif pada sistem otak sehingga gejala *internet addiction* semakin berkembang. Oleh karena itu maka remaja yang mengalami *substance abuse* perlu mendapatkan layanan yang dapat mencegah adanya adiksi berkelanjutan pasca mengalami *substance abuse*. Terdapat dua tema layanan yang dapat dilakukan oleh terapis dan konselor yakni dengan *mindfulness* dan psikoedukasi (Çikrikci, 2016).

Penutup

Hasil studi konseptual menemukan bahwa remaja yang mengalami *substance abuse* akan cenderung menjadi penyebab meningkatnya pravelensi *internet addiction*. Sebaliknya, remaja yang mengalami *internet addiction* masih dipengaruhi adanya variabel ekster-

nal (pola asuh orang tua, lingkungan, pola pertemanan) sebagai penyebab dalam mengalami *substance abuse*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *substance abuse* menjadi penyebab tingginya tingkat remaja mengalami *internet addiction*, demikian juga *internet addiction* mempunyai potensi untuk menyebabkan terjadinya *substance abuse*. Sehingga perlu adanya penelitian lebih lanjut mengenai layanan preventif seperti psikoedukasi dan *mindfulness* agar keduanya tidak menjadi masalah yang berkelanjutan (Calvete *et al.*, 2017; Çikrikci, 2016).

Daftar Pustaka

- Ahmad, A., & Mazlan, N. H. (2014). Substance abuse and childhood trauma experiences: Comparison between incarcerated and non-incarcerated youth. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 113, 161–170. doi: 10.1016/j.sbspro.2014.01.023
- Aromin, R. A. (2016). Substance abuse prevention, assessment, and treatment for lesbian, gay, bisexual, and transgender youth. *Pediatric Clinics of North America*, 63(6), 1057–1077. doi: 10.1016/j.pcl.2016.07.007
- Bakken, I. J., Wenzel, H. G., testam, K. G., Johansson, A., & ren, A. (2009). Internet addiction among Norwegian adults: A stratified probability sample study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 50(2), 121–127. doi: 10.1111/j.14679450. 2008. 00685.x
- Badan Narkotika Nasional (BNN). (2016). *Survei prevalensi penyalahgunaan narkoba pada kelompok rumah tangga di 20 provinsi tahun 2015*. Jakarta: Pusat Penelitian Data dan Informasi Badan Narkotika Nasional Republik Indonesia.
- Calvete, E., Gámez-Guadix, M., & Cortazar, N. (2017). Mindfulness facets and problematic Internet use: A six-month longitudinal study. *Addictive Behaviors*, 72 (January), 57–63. doi: 10.1016/j.addbeh.2017.03.018
- Castro-Calvo, J., Ballester-Arnal, R., Gil-Llario, M. D., & Giménez-García, C. (2016). Common etiological pathways between toxic substance use, Internet and cybersex addiction: The role of expectancies and antisocial deviance proneness. *Computers in Human Behavior*, 63, 383–391. doi: 10.1016/j.chb.2016.05.066
- Cerniglia, L., Zoratto, F., Cimino, S., Laviola, G., Ammaniti, M., & Adriani, W. (2017). Internet addiction in adolescence: Neurobiological, psychosocial and clinical issues. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 76, 174–184. doi: 10.1016/j.neubiorev.2016.12.024
- Çikrikci, Ö. (2016). The effect of internet use on well-being: Meta-analysis. *Computers in Human Behavior*, 65, 560–566. doi: 10.1016/j.chb.2016.09.021
- Das, J. K., Salam, R. A., Arshad, A., Finkelstein, Y., & Bhutta, Z. A. (2016). Interventions for adolescent substance abuse: An overview of systematic reviews. *Journal of Adolescent Health*, 59(2), S61–S75. doi: 10.1016/j.jadohealth. 2016.06.021
- Gómez, P., Rial, A., Braña, T., Golpe, S., & Varela, J. (2017). Screening of problematic internet use among spanish adolescents: Prevalence and related variables. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(4), 259–267. doi: 10.1089/cyber.2016.0262
- Hawkins, J. D., Catalano, R. E., Miller, J. Y., & Hawkins, D. (1992). Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: Implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin*,

- 112(1), 64–105. doi: 10.1037/0033-2909.112.1.64
- Issa, T., & Isaias, P. (2016). Internet factors influencing generations Y and Z in Australia and Portugal: A practical study. *Information Processing and Management*, 52(4), 592–617. doi: 10.1016/j.ipm.2015.12.006
- Jorgenson, A. G., Hsiao, R. C. J., & Yen, C. F. (2016). Internet addiction and other behavioral addictions. *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America*, 25(3), 509–520. doi: 10.1016/j.chc.2016.03.004
- Kaminer, Y., Burleson, J. A., & Goldberger, R. (2002). Cognitive-behavioral coping skills and psychoeducation therapies for adolescent substance abuse. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 190(11), 737–745. doi: 10.1097/01.NMD.000.003.8168.51591.B6
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2014). *Internet addiction in psychotherapy*. Basingstoke: Palgrave Macmillan. doi: 10.1057/9781137465078.0001
- Kuss, D. J., & Lopez-Fernandez, O. (2016). Internet addiction and problematic Internet use: A systematic review of clinical research. *World Journal of Psychiatry*, 6(1), 143. doi: 10.5498/wjp.v6.i1.143
- LaRose, R., Connolly, R., Lee, H., Li, K., & Hales, K. D. (2014). Connection overload? A cross cultural study of the consequences of social media connection. *Information Systems Management*, 31(1), 59–73. doi: 10.1080/10580530.2014.854097
- Lee, Y. S., Han, D. H., Kim, S. M., & Renshaw, P. F. (2013). Substance abuse precedes internet addiction. *Addictive Behaviors*, 38(4), 2022–2025. doi: 10.1016/j.addbeh.2012.12.024
- Macur, M., Király, O., Maraz, A., Nagygyörgy, K., & Demetrovics, Z. (2016). Prevalence of problematic internet use in Slovenia. *Zdravstveno Varstvo*, 55(3), 202–211. doi: 10.1515/sjph-2016-0026
- Ozkan, M., & Solmaz, B. (2015). Mobile addiction of generation z and its effects on their social lifes. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 205(May), 92–98. doi: 10.1016/j.sbspro.2015.09.027
- Padilla-Walker, L. M., Nelson, L. J., Carroll, J. S., & Jensen, A. C. (2010). More than a just a game: Video game and internet use during emerging adulthood. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(2), 103–113. doi: 10.1007/s10964-008-9390-8
- Preedy, V. R. (2016). *Neuropathology of drug addictions and substance misuse - volume 2*. Cambridge: Academic Press.
- Salicetia, F. (2015). Internet addiction disorder (IAD). *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 191, 1372–1376. doi: 10.1016/j.sbspro.2015.04.292
- Schifano, F., Deluca, P., Baldacchino, A., Peltoniemi, T., Scherbaum, N., Torrens, M., ... Ghodse, A. H. (2006). Drugs on the web; the Psychonaut 2002 EU project. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*, 30(4), 640–646. doi: 10.1016/j.pnpbp.2005.11.035
- Smith, J. L., Mattick, R. P., Jamadar, S. D., & Iredale, J. M. (2014). Deficits in behavioural inhibition in substance abuse and addiction: A meta-analysis. *Drug and Alcohol Dependence*, 145, 1–33. doi: 10.1016/j.drugalcdep.2014.08.009
- Stead, H., & Bibby, P. A. (2017). Personality, fear of missing out and problematic internet use and their relationship to subjective well-being. *Computers in Human Behavior*, 76, 534–540. doi: 10.1016/j.chb.2017.08.016
- Young, K. S. (1996). Psychology of computer

- use: XL. Addictive use of the Internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79(3 Pt 1), 899–902. doi: 10.2466/pr0.1996.79.3.899
- Young, K. S. (1999). Internet addiction: Symptoms, evaluation, and treatment. *Innovations in Clinical Practice*, 17, 19–31. doi: 10.1007/s10879-009-9120-x
- Young, K. S., & De Abreu, C. N. (2017). *Kecanduan konseling: Panduan konseling dan petunjuk untuk evaluasi dan penanganan*. (K. S. Young, Ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Yu, Q., Zhang, L., Wu, S., Guo, Y., Jin, S., & Sun, Y. (2017). The influence of juvenile preference for online social interaction on problematic Internet use: The moderating effect of sibling condition and the moderated moderating effect of age cohort. *Computers in Human Behavior*, 68, 345–351. doi: 10.1016/j.chb.2016.11.026
- Yung, K., Eickhoff, E., Davis, D. L., Klam, W. P., & Doan, A. P. (2015). Internet addiction disorder and problematic use of Google Glass™ in patient treated at a residential substance abuse treatment program. *Addictive Behaviors*, 41, 58–60. doi: 10.1016/j.addbeh.2014.09.024