

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Adiksi internet atau yang dikenal dengan *Problematic Internet Use* (PIU) adalah perilaku yang melibatkan ketergantungan psikologis terhadap aplikasi dan situs internet (Sharifat & Suppiah, 2021). Internet merupakan suatu jaringan global yang memungkinkan penggunanya untuk mengakses informasi, hiburan, berkomunikasi, dan melakukan transaksi dengan lebih mudah (Sutrisna dkk., 2020).

Penelitian menunjukkan bahwa prevalensi adiksi internet meningkat di kalangan mahasiswa, khususnya mahasiswa kedokteran, di mana tuntutan akademik yang tinggi berpotensi memperburuk kecenderungan untuk menghabiskan waktu secara berlebihan di dunia maya (Kumar & Debata, 2018; Taha dkk., 2019; Kamil & Yousif, 2023). Pola penggunaan internet lebih dominan untuk tujuan hiburan dibandingkan untuk aktivitas yang berkaitan dengan pendidikan. Selain itu, ditemukan juga bahwa adiksi internet berhubungan dengan penurunan kemampuan akademik serta memiliki dampak buruk pada kesehatan biopsikososial seseorang yang mencakup gangguan kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan, perasaan kesepian, dan stres (Latifeh dkk., 2022; Cai dkk., 2023; Kwak dkk., 2022).

Seiring dengan peningkatan akses internet di seluruh dunia, prevalensi adiksi internet semakin mengkhawatirkan. Secara global, prevalensi adiksi internet telah mencapai 14,22% pada populasi umum, dengan tingkat yang paling tinggi di kalangan mahasiswa, yaitu sebesar 41,84% (Meng dkk., 2022; Liu dkk., 2025). Sementara itu, prevalensi adiksi internet pada mahasiswa kedokteran dilaporkan mencapai 29% secara global (Salpynov dkk., 2024).

Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Chia dkk. (2020), prevalensi gabungan adiksi internet di tujuh negara Asia tenggara adalah 20%. Thailand mencatatkan angka prevalensi tertinggi, yaitu sebesar 44,7%, disusul oleh Indonesia dengan 38,5%, dan Vietnam sebesar 21,6%. Sementara itu,

Malaysia menunjukkan prevalensi sebesar 19,2%, Myanmar 16,1%, Singapura 9,4%, dan Filipina dengan angka paling rendah sebesar 4,9%. Tingginya prevalensi ini mencerminkan adanya tantangan serius terkait penggunaan internet yang berlebihan, terutama pada kelompok usia muda dan dewasa awal.

Penelitian yang dilakukan oleh Mishra dkk. (2021) menunjukkan bahwa adiksi internet dapat berpengaruh terhadap fungsi kognitif individu. Fungsi kognitif merupakan kemampuan mental yang digunakan dalam proses berpikir, belajar, mengingat, dan berkomunikasi. Fungsi kognitif dikategorikan menjadi neurokognisi dan kognisi sosial. Neurokognitif meliputi visuospasial, atensi, memori kerja, fungsi bahasa, dan fungsi eksekutif (Takeda dkk., 2024). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mehsen dkk. (2022), fungsi eksekutif melibatkan serangkaian kemampuan untuk merencanakan dan mengatur perilaku individu, yang berkontribusi dalam proses adaptasi, pengambilan keputusan, dan pemecahan masalah.

Penilaian adiksi internet dapat dilakukan menggunakan *Internet Addiction Test* (IAT). Alat ini dirancang untuk mengukur tingkat adiksi internet berdasarkan sejumlah indikator yang mencakup gejala fisik, psikologis, dan dampak sosial yang ditimbulkan (Ariyadasa dkk., 2022). Penggunaan kuisioner ini telah divalidasi di beberapa negara, salah satunya di Indonesia. *Internet Addiction Test* versi Bahasa Indonesia (IAT-Ina) mencakup 20 pertanyaan yang mengukur ketergantungan psikologis dan penggunaan kompulsif. Total skor IAT kemudian dikelompokkan ke dalam empat kategori untuk mengidentifikasi tingkat keparahan adiksi internet, yaitu: normal, adiksi internet ringan, adiksi internet sedang, dan adiksi internet berat (Siste dkk., 2021).

Mahasiswa kedokteran sering menghadapi tekanan akademik yang tinggi, sehingga berisiko mengalami adiksi internet yang dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fungsi eksekutif mereka. Penelitian oleh Umeta dkk. (2022) menunjukkan bahwa prevalensi adiksi internet di kalangan mahasiswa kedokteran mengalami peningkatan. Hal ini dipicu oleh

kebutuhan akademik dan sosial. Penelitian mengenai hubungan antara adiksi internet dan fungsi eksekutif masih terbatas, terutama pada kalangan mahasiswa kedokteran di Indonesia. Oleh sebab itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengeksplorasi dampak adiksi internet terhadap fungsi eksekutif di kalangan mahasiswa kedokteran. Hal ini penting untuk mengembangkan intervensi yang dapat membantu mahasiswa dalam mengelola penggunaan internet serta meningkatkan fungsi kognitif mereka (Nurmaria & Risnawati, 2021; Nwugo & Ike, 2024)

Pencegahan adiksi internet dapat dilakukan dengan menciptakan keseimbangan antara penggunaan internet untuk studi dan aktivitas sosial. Dengan mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap adiksi internet, seperti status kesehatan, aktivitas sosial, faktor lingkungan, dan kondisi psikologis, mahasiswa dapat lebih siap untuk mengelola penggunaan internet mereka secara sehat (Kumar dan Debata, 2018; Filiz dan Karagöz, 2024). Upaya pencegahan yang efektif tidak hanya akan meningkatkan kesehatan mental, namun juga dapat meningkatkan kinerja akademik mahasiswa secara keseluruhan (Javaeed dkk., 2020).

Seiring dengan meningkatnya penggunaan teknologi digital, pembahasan mengenai adiksi internet tidak hanya terkait aspek neurokognitif dan kesehatan mental, tetapi juga menyentuh dimensi spiritual, khususnya dalam perspektif Islam. Dalam kerangka *maqāṣid al-syarī'ah*, konsep *hifzh al-'aql* (perlindungan akal) bertujuan menjaga kemampuan berpikir manusia dari kerusakan akibat konsumsi informasi atau kebiasaan yang melemahkan fungsi kognitif (Syamraeni dkk., 2024). Konsep ini menjadi sangat relevan mengingat adiksi internet dapat menyebabkan gangguan kontrol diri, penurunan fungsi perhatian, serta distorsi pola pikir akibat paparan konten yang tidak terfilter dan perilaku digital yang kompulsif (Yahya, 2024).

Syamraeni dkk. (2024) menekankan bahwa era digital bukan hanya menyediakan akses ilmu pengetahuan, tetapi juga membawa tantangan berupa terbentuknya pola konsumsi digital yang impulsif dan sulit dikendalikan, semuanya berpotensi melemahkan ketajaman akal dan kualitas

pengambilan keputusan. Dengan demikian, *hifzh al-‘aql* tidak hanya berfungsi sebagai landasan etis, tetapi juga sebagai mekanisme preventif terhadap bahaya adiksi internet, karena mendorong individu untuk melakukan verifikasi informasi (*tabayyun*), menjaga fokus mental, serta menggunakan teknologi secara selektif dan proporsional agar akal tetap terpelihara dari kerusakan.

Selain perlindungan akal, Islam juga memberikan pedoman etika dalam penggunaan teknologi digital yang dapat berperan sebagai mekanisme pengendalian diri untuk mencegah penyalahgunaan internet dan perilaku *compulsive browsing*. Nilai-nilai seperti kemampuan mengendalikan dorongan diri menjadi bagian penting dalam menjaga kualitas interaksi dan konsumsi informasi digital. Yahya (2024) menegaskan bahwa etika Islam berfungsi sebagai bentuk *self-control* agar pengguna teknologi digital tidak terjebak dalam perilaku negatif seperti ujaran kebencian, penyebaran hoaks, perilaku impulsif, dan penggunaan internet yang berlebihan yang dapat merugikan diri maupun orang lain. Dengan menerapkan etika digital berbasis nilai Islam, penggunaan internet tidak hanya menjadi lebih sehat dan terkendali, tetapi juga selaras dengan tujuan menjaga moralitas, stabilitas psikologis, dan kehormatan akal sebagai anugerah yang harus dijaga.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana adiksi internet dapat memengaruhi fungsi eksekutif seseorang?

1.3. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana tingkat adiksi internet pada mahasiswa kedokteran yang diukur menggunakan *Internet Addiction Test* (IAT) versi Bahasa Indonesia?
2. Apakah terdapat hubungan signifikan antara adiksi internet dengan fungsi eksekutif pada mahasiswa kedokteran?
3. Bagaimana pandangan Islam dalam menjaga fungsi akal (*hifzh al-‘aql*) dan mengatur etika penggunaan digital untuk mencegah kerusakan fungsi eksekutif akibat adiksi internet?

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara adiksi internet yang diukur menggunakan *Internet Addiction Test* (IAT) versi Bahasa Indonesia dengan fungsi eksekutif pada mahasiswa kedokteran dan tinjauannya menurut pandangan Islam.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Menilai tingkat adiksi internet pada mahasiswa kedokteran menggunakan *Internet Addiction Test* (IAT) versi Bahasa Indonesia.
2. Menilai fungsi eksekutif mahasiswa kedokteran menggunakan MoCA-Ina, TMT A, TMT B, *Verbal Fluency* CERAD, dan *Backward Digit Span*.
3. Menganalisis hubungan adiksi internet dengan fungsi eksekutif pada mahasiswa kedokteran.
4. Mendeskripsikan pandangan Islam terkait pemeliharaan fungsi akal (*hifzh al-'aql*) serta etika penggunaan teknologi digital sebagai upaya pencegahan dampak negatif terhadap fungsi eksekutif yang dapat timbul akibat adiksi internet.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini akan memberikan pengetahuan yang lebih dalam bagi peneliti tentang adiksi internet dan dampaknya terhadap fungsi eksekutif, khususnya pada mahasiswa kedokteran.

1.5.2. Manfaat Bagi Universitas YARSI

Penelitian ini dapat memberikan gambaran ilmiah mengenai tingkat adiksi internet dan kondisi fungsi eksekutif mahasiswa kedokteran di lingkungan kampus. Temuan penelitian ini dapat menjadi dasar bagi fakultas atau pihak universitas dalam

merancang program pembinaan, edukasi digital, serta kebijakan yang mendukung peningkatan kualitas akademik mahasiswa.

1.5.3. Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman mengenai dampak adiksi internet terhadap kemampuan kognitif, terutama fungsi eksekutif yang berperan dalam pengendalian diri, pengambilan keputusan, dan manajemen waktu. Hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi untuk mendorong penggunaan internet yang lebih sehat dan membantu masyarakat dalam mengembangkan kebiasaan digital yang lebih bijak.