

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Adiksi internet, atau yang biasa dikenal juga sebagai *Problematic Interactive Media Use* (PIMU), adalah penggunaan media elektronik interaktif yang berlebihan dan tidak terkontrol hingga berdampak pada kesehatan mental dan fisik (Pluhar dkk., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Latifeh dkk. (2022) menunjukkan bahwa adiksi internet merupakan fenomena yang banyak ditemukan pada kalangan mahasiswa preklinik kedokteran. Pola penggunaan internet lebih dominan untuk tujuan hiburan dibandingkan untuk aktivitas yang berkaitan dengan pendidikan. Selain itu, ditemukan 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).

Menurut Birle dkk. (2021), fungsi kognitif merupakan sistem multisistem yang mencakup fungsi memori, atensi, bahasa, visuospasial, dan eksekutif, beserta masing-masing subdomainnya. Fungsi kognitif memiliki peran penting sebagai faktor yang dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam pendidikan dan pekerjaan, keberhasilan sosioekonomik, serta status kesehatannya (Lövdén dkk., 2020).

Fungsi memori, sebagai salah satu aspek kognitif, mencakup proses penyimpanan, pengolahan, dan pengambilan informasi yang diperoleh baik dari pengalaman langsung maupun dari pembelajaran. Memori bisa dibedakan menjadi beberapa jenis, termasuk memori jangka pendek, memori jangka panjang, memori eksplisit (*declarative*), dan memori implisit (*non-declarative*) (Ferbinteanu, 2020; Saberi, 2021). Menurut Lv dkk. (2019), fungsi memori tidak hanya penting untuk pengalaman sehari-hari tetapi juga memainkan peranan penting dalam pembelajaran dan pengambilan keputusan (Stavrinou dkk., 2022).

Adiksi internet terbukti memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental, fungsi kognitif, serta kualitas hidup secara keseluruhan. Beberapa

penelitian menunjukkan hubungan konsisten antara adiksi internet dengan peningkatan tingkat depresi, kecemasan, dan gangguan tidur. Beberapa hal tersebut, kemudian diperburuk oleh strategi koping yang maladaptif (A *dkk.*, 2025; Sun *dkk.*, 2025; Waheed *dkk.*, 2024). Adiksi internet mengganggu rutinitas sehari-hari dan aktivitas fisik, sehingga menyebabkan kantuk berlebihan pada siang hari akibat kualitas tidur yang buruk. Deprivasi tidur tidak hanya mengganggu aktivitas esensial, tetapi juga memperburuk gejala depresi yang menciptakan lingkaran umpan balik yang merugikan (Waheed *dkk.*, 2024; Sun *dkk.*, 2025). Selain itu, individu dengan adiksi internet cenderung mengisolasi diri, yang mengurangi dukungan sosial serta memicu emosi negatif, sehingga memperburuk tekanan psikologis dan penurunan fungsi kognitif, seperti fungsi memori (Sun *dkk.*, 2025; A *dkk.*, 2025).

Penggunaan internet yang berlebihan berpotensi memberikan dampak signifikan terhadap fungsi memori, termasuk aspek perhatian, memori kerja, dan pengendalian impuls. Ketergantungan terhadap internet dalam tingkat yang tinggi dapat mengurangi kemampuan individu untuk memfokuskan perhatian, mempertahankan informasi dalam memori jangka pendek, serta mengatur respons impulsif secara efektif. Gangguan ini dapat berimplikasi negatif terhadap kemampuan belajar, proses mengingat informasi penting, dan efisiensi dalam menyelesaikan tugas, khususnya dalam konteks akademik dan profesional (Mishra *dkk.*, 2021; Dossi & Pesce, 2023). Studi sebelumnya juga mengindikasikan bahwa penggunaan internet secara berlebihan dapat menyebabkan perubahan struktural maupun fungsional pada area otak yang berperan dalam pengendalian kognitif, sehingga berdampak pada kapasitas memori seseorang (Mishra *dkk.*, 2021; Dossi & Pesce, 2023).

Peningkatan prevalensi adiksi internet secara global telah menimbulkan kekhawatiran yang semakin meluas, seiring dengan meningkatnya aksesibilitas internet di seluruh dunia. Prevalensi adiksi internet secara global telah mencapai 14,22% pada populasi umum dengan angka 20% pada Asia Tenggara. Pada Asia Tenggara ditemukan angka yang variatif, dengan urutan Thailand (44,7%), Indonesia (38,5%), Vietnam (21,6%), Malaysia (19,2%), Myanmar (16,1%),

Singapore (9,4%), dan Philippines (4,9%) (Meng *dkk.*, 2022; Chia *dkk.*, 2020). Lalu pada kalangan mahasiswa secara global ditemukan angka yang lebih tinggi, yaitu sebesar 41,84% (Liu *dkk.*, 2025). Sedangkan, prevalensi adiksi internet pada mahasiswa kedokteran tercatat sebesar 75,5% di Sudan, 12,4% di Arab Saudi dengan 57,9% lainnya berpotensi mengalami adiksi, sementara angka global menunjukkan prevalensi sebesar 29% (Taha *dkk.*, 2019; Mohamed *dkk.*, 2024; Salpynov *dkk.*, 2024). Tingginya angka kejadian ini perlu diperhatikan karena kondisi ini dapat berdampak pada performa akademik (Qian *dkk.*, 2022).

Dengan angka pengguna internet di Indonesia sebesar 196,7 juta, tingginya angka prevalensi adiksi internet pada populasi Indonesia dapat dijelaskan oleh beberapa kategori yang mencakup faktor eksternal, faktor internal, COVID-19, tidak tercukupinya kebutuhan sosial tanpa internet, serta tidak adanya kendali atas penggunaan internet. Faktor eksternal merupakan orang-orang terdekat (teman dan keluarga) dengan tingkat penggunaan internet yang tinggi, sedangkan faktor internal merupakan perasaan bosan dan kesepian saat tidak menggunakan internet. Selain faktor tersebut, pandemi COVID-19 juga memiliki peran dengan terjadinya karantina yang menyebabkan meningkatnya waktu penggunaan internet. Perasaan tidak tercukupinya kebutuhan sosial tanpa internet merupakan perasaan saat seseorang merasa internet dari ponselnya merupakan teman, bahkan merasa cemas apabila tidak terhubung dengan internet (Al Ghifari *dkk.*, 2021; Rakhmawati *dkk.*, 2021).

Mahasiswa kedokteran menghadapi tuntutan akademik yang sangat tinggi, yang membutuhkan fungsi memori optimal untuk menyerap dan mengolah informasi kompleks dalam waktu yang terbatas. Proses belajar kedokteran melibatkan pemahaman yang mendalam tentang anatomi, fisiologi, dan patologi, yang semuanya bergantung pada kemampuan memori yang baik (Kancharla *dkk.*, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa kemampuan belajar yang efisien sangat penting bagi mahasiswa kedokteran untuk mengakuisisi informasi dan keterampilan yang diperlukan dalam bidang medis (Merhavy *dkk.*, 2023). Jika fungsi memori terganggu akibat adiksi internet, mahasiswa mungkin mengalami kesulitan dalam mempertahankan kualitas belajar dan menghadapi tantangan

akademik yang berat. Adiksi internet telah terbukti berdampak negatif pada kualitas hidup dan dapat menyebabkan penurunan motivasi belajar serta strategi belajar yang efektif (Qian *dkk.*, 2022).

Adiksi internet diakui sebagai masalah psikologis yang signifikan yang dapat berdampak buruk pada kesehatan mental dan fisik. Penelitian menunjukkan bahwa adiksi internet dapat mengubah jaras saraf yang menyerupai ketergantungan zat, sehingga dapat timbul tanda-tanda adiksi seperti sindrom putus internet (*withdrawal*) dan perilaku kompulsif (Ariyadasa *dkk.*, 2022). Studi tentang kaitan antara adiksi internet dan fungsi memori masih terbatas, khususnya di kalangan mahasiswa kedokteran di Indonesia. Di sisi lain, adiksi internet telah menjadi masalah yang semakin signifikan. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih mendalam untuk menganalisis pengaruh adiksi internet terhadap fungsi memori pada mahasiswa kedokteran.

Internet Addiction Test (IAT) adalah sebuah alat yang dapat digunakan untuk menilai tingkat kecanduan melalui gejala yang dilaporkan sendiri (Ariyadasa *dkk.*, 2022). Adaptasi IAT ke dalam bahasa Indonesia, yang dikenal sebagai IAT-Ina, mempertahankan struktur dasar versi aslinya dan mengintegrasikan pertimbangan budaya remaja Indonesia. Tes ini terdiri dari 20 item yang dinilai menggunakan skala Likert dari 0 hingga 5, yang dapat mengkategorikan pengguna dari penggunaan internet normal hingga kecanduan berat (Siste *dkk.*, 2021). Dengan skor reliabilitas Cronbach's alpha berkisar antara 0,83 hingga 0,91, IAT-Ina menunjukkan properti psikometrik yang kuat, yang menegaskan kesesuaiannya dalam konteks Indonesia (Siste *dkk.*, 2021).

Selain dipahami sebagai fenomena neuropsikologis dan akademik, adiksi internet juga relevan ditinjau melalui perspektif Islam karena Islam menempatkan akal sebagai sesuatu yang wajib dijaga sebagai bagian dari *maqāṣid al-syarī'ah* (*hifẓ al-'aql*). Prinsip ini menegaskan bahwa menjaga kesehatan akal, termasuk fungsi memori, fokus, dan stabilitas mental, merupakan bagian dari tanggung jawab spiritual manusia. Islam menawarkan mekanisme praktis untuk menjaga kesadaran dan menghindari kelalaian (*ghaflah*) melalui ibadah seperti zikir dan salat, sebagaimana ditegaskan dalam QS. Al-Baqarah:152 dan QS. Tāhā:14. Temuan

ilmiah modern mendukung prinsip ini, di mana zikir terbukti meningkatkan konsentrasi, regulasi diri, stabilitas emosional, dan ketenangan psikologis melalui mekanisme repetitif yang menyerupai latihan meditatif yang meningkatkan ketenangan saraf dan fokus pikiran (Rofiqoh *dkk.*, 2025).

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana adiksi internet dapat memengaruhi fungsi memori 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 memori pada mahasiswa kedokteran?
3. Bagaimana Islam memandang tentang pentingnya menjaga daya ingat dan dampak kelalaian akibat adiksi internet terhadap kualitas jiwa manusia?

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 memori pada mahasiswa kedokteran.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Menilai tingkat adiksi internet pada mahasiswa kedokteran menggunakan *Internet Addiction Test* (IAT) versi Bahasa Indonesia.
2. Menilai fungsi memori mahasiswa kedokteran menggunakan MoCA-Ina dan CERAD.
3. Menganalisis hubungan adiksi internet dan fungsi memori pada mahasiswa kedokteran.
4. Menganalisis pandangan Islam mengenai pentingnya menjaga daya ingat serta dampak kelalaian akibat adiksi internet terhadap kualitas jiwa manusia.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Bagi Peneliti

Memperdalam pemahaman mengenai dampak adiksi internet terhadap fungsi memori, khususnya pada mahasiswa kedokteran, sehingga dapat berkontribusi pada pengembangan strategi intervensi yang relevan.

1.5.2. Manfaat Bagi Universitas YARSI

Penyediaan data-data ilmiah yang dapat dijadikan landasan dalam merumuskan kebijakan atau program pendidikan untuk menanggulangi adiksi internet dan meningkatkan fungsi memori mahasiswa kedokteran.

1.5.3. Manfaat Bagi Masyarakat

Menyediakan informasi ilmiah mengenai dampak adiksi internet terhadap fungsi memori, sehingga dapat meningkatkan kesadaran dan mendorong penerapan pola penggunaan internet yang lebih sehat.