

SKRIPSI

**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN GANGGUAN KESEHATAN FISIK
DAN MENTAL AKIBAT PENGGUNAAN INTERNET PADA MAHASISWA
UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA (UMI) MAKASSAR**



SEPDIANI LESTARI

K011201041



**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
DEPARTEMEN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2024**

**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN GANGGUAN KESEHATAN
FISIK DAN MENTAL AKIBAT PENGGUNAAN INTERNET PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA (UMI) MAKASSAR**

SEPDIANI LESTARI

K011201041



**DEPARTEMEN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2024**

PERNYATAAN PENGAJUAN

**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN GANGGUAN KESEHATAN
FISIK DAN MENTAL AKIBAT PENGGUNAAN INTERNET PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA (UMI) MAKASSAR**

SEPDIANI LESTARI

K011201041

Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana

Program Studi Kesehatan Masyarakat

pada

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2024**

SKRIPSI
FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN GANGGUAN KESEHATAN
FISIK DAN MENTAL AKIBAT PENGGUNAAN INTERNET PADA
MAHASISWA UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA (UMI) MAKASSAR

SEPDIANI LESTARI
K011201041

Skripsi,

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Sarjana Kesehatan Masyarakat
pada 11 November 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat kelulusan
pada

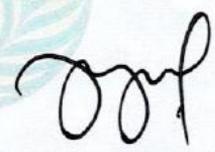
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Hasanuddin
Makassar

Mengesahkan:

Pembimbing Utama,

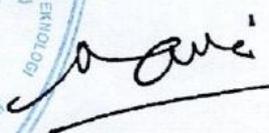
Pembimbing Pendamping,


Prof. Yahya Thamrin, SKM., M.Kes., MOHS., Ph.D
NIP. 19760218 200212 1 003


A. Wahyuni, SKM., M.Kes
NIP. 19810628 201212 2 002

Mengetahui:
Ketua Program Studi,




Dr. Hasnawati Amqam, SKM., M.Sc.
NIP. 19760418 200501 2 001

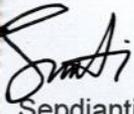
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI DAN PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa, skripsi berjudul "Faktor yang Berhubungan dengan Gangguan Kesehatan Fisik dan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia (UMI) Makassar " adalah benar karya saya dengan arahan dari pembimbing (Prof. Yahya Thamrin, SKM., M.Kes.,MOHS.,Ph.D. dan A. Wahyuni, SKM., M. Kes.). Karya ilmiah ini belum diajukan dan tidak sedang diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka skripsi ini. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi ini adalah karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut berdasarkan aturan yang berlaku.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta (hak ekonomis) dari karya tulis saya berupa skripsi kepada Universitas Hasanuddin.

Makassar, 11 November 2024




Sepdianti Lestari
NIM. K011201041

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, puji syukur kehadirat Allah Subhanahu Wata'ala atas rahmat, hidayah, dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "Faktor yang Berhubungan dengan Gangguan Kesehatan Fisik dan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia (UMI) Makassar," sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (SKM) pada Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Hasanuddin. Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan petunjuk serta bantuan yang bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak **Prof. Yahya Thamrin, SKM., M.Kes., MOHS., Ph.D.** selaku pembimbing I dan Ibu **A. Wahyuni, SKM., M. Kes.** selaku pembimbing II yang telah banyak mengorbankan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, saran, dan motivasi kepada menulis selama perjalanan penulisan skripsi ini. Penulis juga ingin menyampaikan banyak terima kasih kepada Ibu **Dr. dr. Masyita Muis, S.Ked., MS.** Dan Bapak **Dr. Muhammad Arsyad, SKM., M.Kes.** selaku dosen penguji atas masukan, arahan, kritik, dan saran guna penyempurnaan skripsi ini.

Ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada Kedua orang tua penulis, Ayahanda Wahyono dan Ibunda Asmawati Sanusi yang telah menjadi orang tua terhebat. Terima kasih yang tiada terhingga atas limpahan kasih sayang dan cinta yang tulus, doa yang tak pernah putus, materi, motivasi, nasehat, perhatian, pengorbanan, semangat yang diberikan. Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada seluruh staf Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin yang telah memberikan fasilitas dan bantuan dalam pengurusan berkas selama penyelesaian skripsi ini. Rasa terima kasih juga penulis sampaikan kepada teman-teman angkatan 2020 yang telah memberikan kebersamaan dan dukungan yang berharga selama masa penyusunan skripsi ini.

Penulis berdoa semoga semua bantuan dan bimbingan yang diberikan kepada penulis akan mendapatkan balasan pahala yang berlipat ganda dan menjadi amal jariah di sisi Allah Subhanahu Wata'ala.

Penulis,

Sepdianti Lestari

ABSTRAK

SEPDIANI LESTARI. **Faktor yang Berhubungan dengan Gangguan Kesehatan Fisik dan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia (UMI) Makassar** (dibimbing oleh Prof. Yahya Thamrin, SKM., M.Kes., MOHS., Ph.D. dan A.Wahyuni, SKM., M.Kes).

Latar Belakang. Kemajuan teknologi yang pesat telah menghadirkan gadget sebagai alat yang memudahkan komunikasi, memperluas pengetahuan, dan menyediakan hiburan. Namun, di balik manfaat ini, internet juga memiliki dampak negatif, terutama dalam mempengaruhi kesehatan fisik dan mental penggunanya. Mahasiswa, sebagai salah satu kelompok pengguna internet terbesar, menjadi sangat rentan terhadap dampak negatif ini. **Tujuan.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar. **Metode.** Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional* yang dilaksanakan di Universitas Muslim Indonesia Makassar pada Mei 2024. Teknik pengambilan sampel yaitu *Proportionate stratified random sampling* yang di mana sebanyak 383 mahasiswa yang menjadi responden. **Hasil.** Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara jenis kelamin ($p=0,027$), tingkat mahasiswa ($p=0,013$), intensitas penggunaan internet ($p=0,000$), aktivitas penggunaan internet ($p=0,000$), dan kecanduan internet ($p=0,000$) dengan kesehatan fisik. Ada hubungan tingkat mahasiswa ($p=0,000$), intensitas penggunaan internet ($p=0,001$), dan kecanduan internet ($p=0,017$) dengan kesehatan mental. Hasil analisis multivariat menunjukkan intensitas penggunaan internet (OR=4,263) merupakan faktor dominan yang mempengaruhi gangguan kesehatan fisik dan tingkatan mahasiswa (OR=75,015) merupakan faktor dominan yang mempengaruhi gangguan kesehatan mental. Selain itu, tidak ada hubungan kuota internet ($p=0,542$), pendidikan ($p=0,802$) dan pekerjaan orang tua ($p=0,674$) dengan kesehatan fisik, serta jenis kelamin ($p=0,929$), pendidikan orang tua ($p=0,802$), pekerjaan orang tua ($p=0,151$), kuota ($p=0,271$) dan aktivitas penggunaan internet ($p=0,442$) dengan kesehatan mental. **Kesimpulan.** Intensitas penggunaan internet merupakan faktor dominan yang mempengaruhi gangguan kesehatan fisik dan tingkatan mahasiswa merupakan faktor dominan yang mempengaruhi gangguan kesehatan mental. Sehingga mahasiswa disarankan untuk melakukan *digital detox*, dan menyelingi aktivitas *online* dengan kegiatan fisik atau hobi, serta memanfaatkan fasilitas kampus seperti zona bebas teknologi untuk menjaga keseimbangan kesehatan fisik dan mental.

Kata Kunci : Kesehatan Fisik, Mental, Internet, Mahasiswa

ABSTRACT

SEPDIANTI LESTARI. **Factors Associated with Physical and Mental Health Disorders Due to Internet Use Among Students of Universitas Muslim Indonesia (UMI) Makassar** (dibimbing oleh Prof. Yahya Thamrin, SKM., M.Kes., MOHS., Ph.D. dan A.Wahyuni, SKM., M.Kes).

Background. The rapid advancement of technology has introduced gadgets as tools that facilitate communication, broaden knowledge, and provide entertainment. However, alongside these benefits, the internet also has negative impacts, particularly on the physical and mental health of its users. Students, as one of the largest groups of internet users, are highly vulnerable to these adverse effects. **Objective.** This study aims to identify the factors associated with physical and mental health disorders due to internet usage among students at the Muslim University of Indonesia, Makassar. **Method.** This study is a descriptive-analytic research with a cross-sectional approach, conducted at the Muslim University of Indonesia, Makassar, in May 2024. The sampling technique used is proportionate stratified random sampling, involving 383 students as respondents. **Results.** The study results indicate a relationship between gender ($p=0.027$), student level ($p=0.013$), internet usage intensity ($p=0.000$), internet usage activities ($p=0.000$), and internet addiction ($p=0.000$) with physical health. There is a relationship between student level ($p=0.000$), internet usage intensity ($p=0.001$), and internet addiction ($p=0.017$) with mental health. Multivariate analysis shows that internet usage intensity ($OR=4.263$) is the dominant factor affecting physical health disorders, and student level ($OR=75.015$) is the dominant factor affecting mental health disorders. Additionally, there is no relationship between internet quota ($p=0.542$), parental education ($p=0.802$), and parental occupation ($p=0.674$) with physical health, as well as between gender ($p=0.929$), parental education ($p=0.802$), parental occupation ($p=0.151$), internet quota ($p=0.271$), and internet usage activities ($p=0.442$) with mental health. **Conclusion.** The intensity of internet usage is a dominant factor influencing physical health issues, while the academic level of students is a dominant factor affecting mental health problems. Therefore, students are advised to practice digital detox, alternate online activities with physical activities or hobbies, and utilize campus facilities such as technology-free zones to maintain a balance between physical and mental health.

Keywords : Health, Physical, Mental, Internet, Student

DAFTAR ISI

UCAPAN TERIMA KASIH	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Kerangka Teori	7
1.6 Kerangka Konsep	8
1.7 Definisi Operasional dan Kriteria Objektif	8
1.8 Hipotesis Penelitian	12
BAB II KERANGKA KONSEP	14
2.1 Metode, Jenis dan Desain Penelitian	14
2.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	14
2.3 Populasi dan Sampel Penelitian.....	14
2.4 Pengumpulan Data.....	16
2.5 Pengolahan dan Analisis Data	17
2.6 Penyajian Data	18
BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN	19
3.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	19
3.2 Hasil Penelitian	20
3.3 Pembahasan	41
3.4 Keterbatasan Penelitian	54
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN	55
4.1 Kesimpulan.....	55
4.2 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	58

DAFTAR TABEL

Nomor Urut		Halaman
Tabel 3.1	Distribusi Responden Berdasarkan Fakultas	21
Tabel 3.2	Distribusi Responden Berdasarkan Tingkatan Mahasiswa	22
Tabel 3.3	Distribusi Responden Berdasarkan Tempat Tinggal Mahasiswa	22
Tabel 3.4	Distribusi Responden Berdasarkan Pendidikan Orang Tua	23
Tabel 3.5	Distribusi Responden Berdasarkan Kuota Internet	24
Tabel 3.6	Distribusi Responden Berdasarkan Kecanduan Internet	25
Tabel 3.7	Distribusi Responden Berdasarkan Keluhan Kesehatan Fisik	26
Tabel 3.8	Distribusi Responden Berdasarkan Keluhan Kesehatan Mental	27
Tabel 3.9	Hubungan Jenis Kelamin dengan Gangguan Kesehatan Fisik Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	30
Tabel 3.10	Hubungan Jenis Kelamin dengan Gangguan Kesehatan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	30
Tabel 3.11	Hubungan Tingkatan Mahasiswa dengan Gangguan Kesehatan Fisik Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	31
Tabel 3.12	Hubungan Tingkatan Mahasiswa dengan Gangguan Kesehatan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	32
Tabel 3.13	Hubungan Pendidikan Orang Tua dengan Gangguan Kesehatan Fisik Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	32
Tabel 3.14	Hubungan Pendidikan Orang Tua dengan Gangguan Kesehatan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	33
Tabel 3.15	Hubungan Pekerjaan Orang Tua dengan Gangguan Kesehatan Fisik Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	34
Tabel 3.16	Hubungan Pekerjaan Orang Tua dengan Gangguan Kesehatan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	34
Tabel 3.17	Hubungan Intensitas Penggunaan Internet dengan Gangguan Kesehatan Fisik Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	35
Tabel 3.18	Hubungan Intensitas Penggunaan Internet dengan Gangguan Kesehatan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	35
Tabel 3.19	Hubungan Kuota Internet dengan Gangguan Kesehatan Fisik Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	36
Tabel 3.20	Hubungan Kuota Internet dengan Gangguan Kesehatan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	37
Tabel 3.21	Hubungan Aktivitas Penggunaan Internet dengan Gangguan Kesehatan Fisik Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	37

Tabel 3.22	Hubungan Aktivitas Penggunaan Internet dengan Gangguan Kesehatan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	38
Tabel 3.23	Hubungan Kecanduan Internet dengan Gangguan Kesehatan Fisik Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	39
Tabel 3.24	Hubungan Kecanduan Internet dengan Gangguan Kesehatan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	39
Tabel 3.25	Analisis Multivariat Model Akhir Variabel yang Paling Berpengaruh secara Signifikan dengan Gangguan Kesehatan Fisik Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	40
Tabel 3.26	Analisis Multivariat Model Akhir Variabel yang Paling Berpengaruh secara Signifikan dengan Gangguan Kesehatan Mental Akibat Penggunaan Internet pada Mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar	41

DAFTAR GAMBAR

Nomor Urut		Halaman
Gambar 1.1	Kerangka Teori	7
Gambar 1.2	Kerangka Konsep	8
Diagram 3.1	Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	21
Diagram 3.2	Distribusi Responden Berdasarkan Pekerjaan Orang Tua	23
Diagram 3.3	Distribusi Responden Berdasarkan Intensitas Penggunaan Internet	24
Diagram 3.4	Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas Penggunaan Internet	25
Diagram 3.5	Distribusi Bentuk Kecanduan Internet	26
Diagram 3.6	Distribusi Contoh Keluhan Fisik	27
Diagram 3.7	Distribusi Contoh Keluhan Mental	28
Diagram 3.8	Distribusi Responden yang Pernah Mengalami Cyberbullying	28
Diagram 3.9	Distribusi Responden yang Pernah Mengalami Penipuan Online	29
Diagram 3.10	Distribusi Responden yang lebih Memilih Mengonsumsi Junk Food/Fast Food	29

DAFTAR LAMPIRAN**Nomor Urut**

Lampiran 1.	Kuesioner Penelitian
Lampiran 2.	Surat Izin Penelitian dari Fakultas
Lampiran 3.	Surat Izin Penelitian dari PTSP
Lampiran 4.	Output Data Analisis SPSS
Lampiran 5.	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 6.	Daftar Riwayat Hidup

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) dirancang untuk mengurangi risiko kecelakaan kerja dan membentuk sikap individu terhadap kesehatannya. Melalui program ini, pekerja diharapkan dapat membuat keputusan personal yang mengarah kepada gaya hidup yang sehat dan positif, serta mengintegrasikan kesadaran akan pentingnya K3 dalam aktivitas sehari-hari mereka (Yusnandar & Pertiwi, 2020). Penerapan K3 tidak hanya penting bagi pekerja, perusahaan, dan pemerintah, tetapi juga turut berkontribusi pada kesejahteraan dan keamanan masyarakat secara keseluruhan (Novitasari et al., 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO), kesehatan merupakan kondisi yang optimal baik secara fisik, mental, maupun sosial seseorang. Kesehatan dianggap sebagai hak asasi setiap individu, yang harus diperoleh tanpa memandang suku, agama, orientasi politik, atau status ekonomi. Kesehatan menjadi prasyarat untuk mencapai kehidupan yang aman, damai, dan memiliki kebebasan untuk melakukan hal-hal yang diinginkan dalam kehidupan sehari-hari (Faradiba, 2022).

Dalam sepuluh tahun terakhir, teknologi digital, seperti internet, telah berkembang pesat dan memberikan dampak besar pada kehidupan manusia, termasuk perubahan dalam nilai-nilai budaya. Internet menjadi semakin menarik dan berguna bagi berbagai kalangan, dari para ahli hingga pengguna biasa, yang membuat penggunaannya semakin meningkat setiap tahunnya (Darmawan, 2020). Sementara itu, perkembangan menuju era 5.0 juga mengalami kemajuan cepat dan mengagumkan, dengan munculnya *gadget* yang memudahkan akses informasi dan komunikasi bagi semua orang, dari anak-anak hingga orang dewasa (Kogoya et al., 2022).

Penggunaan internet yang semakin luas telah menjadi sebuah sumber daya penting yang membuka peluang baru dan memberikan akses informasi yang belum pernah ada sebelumnya (Gani, 2018). Di bidang kesehatan, internet telah mengubah cara kita berhubungan dengan layanan kesehatan. *Telemedicine* dan konsultasi medis *online* memberikan peluang kepada masyarakat untuk menerima saran dan perawatan medis tanpa perlu mengunjungi langsung fasilitas kesehatan (Haleem et al., 2021). Terlebih lagi, internet menjadi tempat mencari informasi mengenai kesehatan dan pola hidup yang sehat, yang mendukung masyarakat dalam membuat keputusan yang lebih baik terkait kesehatan mereka (Anisah et al., 2021). Dengan demikian, internet telah menjadi alat yang berpengaruh dalam meningkatkan akses dan pemahaman terhadap kesehatan di masyarakat.

Berdasarkan uraian di atas, terlihat bahwa akses internet memiliki dampak positif pada kualitas hidup manusia, sehingga jumlah pengguna internet terus meningkat dari tahun ke tahun. Remaja usia 15-19 tahun merupakan kelompok

utama pengguna internet dengan persentase sebesar 91%, diikuti oleh kelompok usia 20-24 tahun yang mencapai 88,5%. Mayoritas pengguna internet mengakses platform media sosial (51,5%) dan berkomunikasi (32,9%) (KEMENKO PMK, 2021).

Menurut laporan *We Are Social and Hootsuite* (2020), Indonesia menduduki peringkat ketiga dalam pertumbuhan pengguna internet terbesar di dunia, dengan peningkatan populasi pengguna sebesar 17% dalam satu tahun terakhir atau sekitar 25,3 juta pengguna baru. Selain itu, Indonesia juga masuk dalam peringkat delapan negara dengan waktu akses internet terlama, di mana rata-rata pengguna menghabiskan waktu 4 jam 46 menit *online* per hari pada Januari 2020. Dalam kurun waktu 2019 hingga 2020, penggunaan internet di Indonesia meningkat sebesar 73,3%, mencapai sekitar 196,7 juta pengguna, dengan sekitar 3 jam 46 menit digunakan untuk berinteraksi di media sosial.

Berdasarkan data dari Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), jumlah pengguna internet di Indonesia terus meningkat pada tahun 2024, mencapai 221,5 juta jiwa dari total 278,6 jiwa penduduk pada tahun 2023, dengan tingkat penetrasi 79,5%. Ini menunjukkan adanya peningkatan sebesar 1,4% dari tahun sebelumnya. Peningkatan ini konsisten dengan tren positif dalam lima tahun terakhir. Mayoritas pengguna internet adalah Gen Z (kelahiran 1997-2012) sebanyak 34,40%.

Secara umum, Internet sering digunakan untuk mengakses jaringan komputer secara global dan sebagai alat komunikasi. Internet memiliki berbagai manfaat di berbagai bidang seperti bisnis, pendidikan, pemerintahan, dan organisasi. Beberapa fenomena dan kelebihan Internet sebagai media informasi dan komunikasi meliputi kemudahan, kecepatan, dan biaya yang lebih terjangkau dalam mendapatkan informasi dengan cakupan global. Perbedaan antara Internet dan media komunikasi lainnya dapat diamati dari perspektif pengguna dan karakteristik unik Internet sebagai media komunikasi (Nurbaiti & Alfariysi, 2023).

Namun, dampak yang lebih dalam dari akses internet terhadap kualitas hidup masyarakat perlu dipahami secara lebih menyeluruh. Internet dapat memberikan manfaat jika digunakan dengan bijak untuk keperluan seperti pencarian bahan pelajaran, informasi, belajar jarak jauh, membaca berita, berkomunikasi, dan mencari hiburan. Sebaliknya, internet dapat menjadi risiko jika disalahgunakan untuk mengakses situs web tidak bermoral, menyebarkan informasi palsu, dan melakukan tindakan negatif (Megawati, 2022).

Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Purwaningtyas et al., (2023), yaitu *gadget* memiliki dampak positif dan negatif. Dampak positifnya, *gadget* dapat membantu mencari informasi dan berkomunikasi dengan teman. Dampak negatifnya, *gadget* bisa membuat remaja mudah tersinggung, memberontak, meniru perilaku di *gadget*, dan lebih asyik dengan *gadget* daripada berinteraksi dengan orang lain. *Gadget* juga bisa menurunkan kedisiplinan, membuat anak tidak bersemangat untuk beraktivitas lain,

meninggalkan kewajiban beribadah, dan mengurangi waktu belajar karena bermain *game* dan menonton *YouTube* (Fatah et al., 2022).

Namun, penggunaan internet yang berlebihan dan terus-menerus memiliki konsekuensi negatif terhadap kesejahteraan secara keseluruhan. Menurut teori yang diajukan oleh Young (1998), kecanduan internet atau media sosial yang dilakukan secara kompulsif dapat berpotensi menyebabkan berbagai masalah seperti gangguan kesehatan fisik dan mental, serta dampak negatif pada aspek-aspek lain dalam kehidupan seperti lingkungan sosial, prestasi akademik, dan pekerjaan (Krisnadi & Adhandayani, 2022). Ketergantungan pada internet telah terkait dengan gangguan mental seperti penurunan harga diri, perilaku impulsif, kesulitan tidur, perubahan mood, dan risiko bunuh diri. Hubungan erat antara kesehatan mental, kualitas hidup, dan tingkat kecanduan internet telah dikenal secara luas, sejak konsep ini pertama kali diusulkan oleh Young (Aderinto, 2022).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syifa et al., (2019), penggunaan *gadget* secara berlebihan dapat meningkatkan risiko stres, kecemasan, dan depresi pada siswa. Faktor-faktor seperti tekanan untuk tetap terkoneksi dengan dunia digital, menjaga citra *online*, dan upaya untuk terus memperbaharui informasi dari *gadget* dapat menyebabkan dampak negatif tersebut.

Selain dampaknya pada kesehatan mental, ketergantungan pada internet juga memiliki konsekuensi yang signifikan terhadap kesehatan fisik, seperti nyeri dan kaku pada lengan dan sendi, mata yang kering dan tegang, sakit punggung, sakit leher, hingga sakit kepala, gangguan tidur, tingkat hiperaktivitas yang tinggi, bicara yang berlebihan, kurangnya kebersihan, dan masalah makan (Aderinto, 2022).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lee et al., (2022) menyatakan bahwa terdapat korelasi antara penggunaan media sosial dan indikator kesehatan fisik, yang termanifestasi dalam tingkat CRP yang lebih tinggi (sebagai *biomarker* peradangan kronis). Tingkat CRP yang tinggi ini terkait dengan peningkatan risiko penyakit kronis, seperti penyakit kardiovaskular dan kanker. Selain itu, penggunaan media sosial yang berlebihan dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan gejala somatik yang lebih sering, seperti sakit kepala, nyeri dada, atau punggung.

Menurut Dewi & Marsepa (2021), penggunaan media sosial secara terus-menerus dapat menyebabkan penurunan tajam penglihatan yang signifikan, yang dapat mengakibatkan kesulitan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Semakin parah penurunan tajam penglihatan, risiko komplikasi pada mata juga semakin meningkat. Selanjutnya, penggunaan *smartphone* untuk aktivitas media sosial dalam durasi yang panjang juga dapat menyebabkan kecanduan, yang membuat seseorang lebih mungkin menunda waktu tidur. Kebiasaan terus-menerus menunda waktu tidur dapat mengubah pola tidur dan menyebabkan masalah insomnia (Andiarna et al., 2020). Terganggunya kualitas tidur seseorang, dapat mempengaruhi kesehatan mental secara keseluruhan (Prawita, 2023)

Orang yang kecanduan internet sering mengalami penurunan aktivitas fisik, yang sejatinya penting untuk menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh. Aktivitas fisik yang mencukupi pada usia remaja dapat memengaruhi gaya hidup mereka di masa dewasa. Hal ini mencerminkan pentingnya menjaga keseimbangan aktivitas fisik untuk mendukung kesehatan tubuh (Veronika et al., 2023).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh APJII pada tahun 2018, jumlah populasi pengguna internet di Sulawesi Selatan mencapai 70%, dengan pengguna internet tertinggi berasal dari kelompok usia 15-19 tahun, mencapai 91%. Sebanyak 93,9% pengguna internet terhubung melalui *smartphone* atau tablet, dan 54,13% dari mereka memanfaatkan internet sebagai sarana hiburan, khususnya bermain game *online* (Khatimah et al., 2023). Mahasiswa perguruan tinggi adalah salah satu pengguna internet yang signifikan, terutama karena mereka tumbuh di era teknologi modern dengan akses yang mudah ke internet melalui berbagai perangkat seperti laptop, ponsel pintar, dan tablet (Anggita et al., 2023). Di Sulawesi Selatan, Universitas Muslim Indonesia (UMI) menjadi salah satu kampus swasta terbesar.

UMI, sebagai penjaga nilai-nilai Islam dan harapan masyarakat untuk meningkatkan kehidupan bangsa melalui pendidikan, telah menghadirkan Program Kampus Islami sejak tahun 1985. Tujuan program ini adalah untuk menyelaraskan pendidikan dunia dengan ajaran agama Islam, memperkaya segala bidang ilmu dengan nilai-nilai Islam yang kaya. Seiring dengan itu, Pesantren Kilat menjadi sarana pembekalan keagamaan bagi mahasiswa baru, menggantikan kegiatan OSPEK. Sementara itu, upaya Pencerahan Qalbu di Pesantren Mahasiswa Darul Mukhlisin menunjukkan komitmen UMI dalam meningkatkan kesadaran agama masyarakat melalui pembinaan spiritual. Dengan inisiatif-inisiatif seperti itu, kampus UMI telah menjadi tempat yang diminati oleh beragam calon mahasiswa.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di UMI menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa menggunakan *gadget*. Banyak dari mereka mengungkapkan bahwa internet telah menjadi bagian tak terpisahkan dari gaya hidup mereka sejak masa SMP. Mahasiswa menggunakan internet untuk berbagai keperluan seperti perkuliahan, kegiatan organisasi, interaksi sosial, hiburan, dan mencari informasi. Komunikasi melalui aplikasi seperti *WhatsApp*, *Line*, dan *Facebook* telah menggantikan telepon konvensional karena lebih ekonomis dan memungkinkan interaksi visual melalui fitur video *call*.

Berdasarkan penjelasan di atas, yang menyatakan bahwa penggunaan internet yang berlebihan dapat memberikan dampak negatif pada kesehatan fisik dan mental, maka penulis tertarik untuk meneliti faktor yang berhubungan dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian permasalahan dari latar belakang, maka dapat dirumuskan suatu permasalahan yaitu: “Apa saja faktor yang berhubungan dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Hubungan antara jenis kelamin dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- b. Hubungan antara tingkatan mahasiswa dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- c. Hubungan antara pendidikan orang tua dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- d. Hubungan antara pekerjaan orang tua dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- e. Hubungan antara intensitas penggunaan internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- f. Hubungan antara penggunaan kuota Internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- g. Hubungan antara aktivitas penggunaan internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- h. Hubungan antara kecanduan internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa Universitas Muslim Indonesia Makassar.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Ilmiah

Hasil dari penelitian ini dapat memperluas literatur mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan fisik dan mental remaja, terutama mahasiswa pengguna internet. Hasil ini dapat menjadi sumber referensi

yang berharga dalam mengarahkan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan topik tersebut.

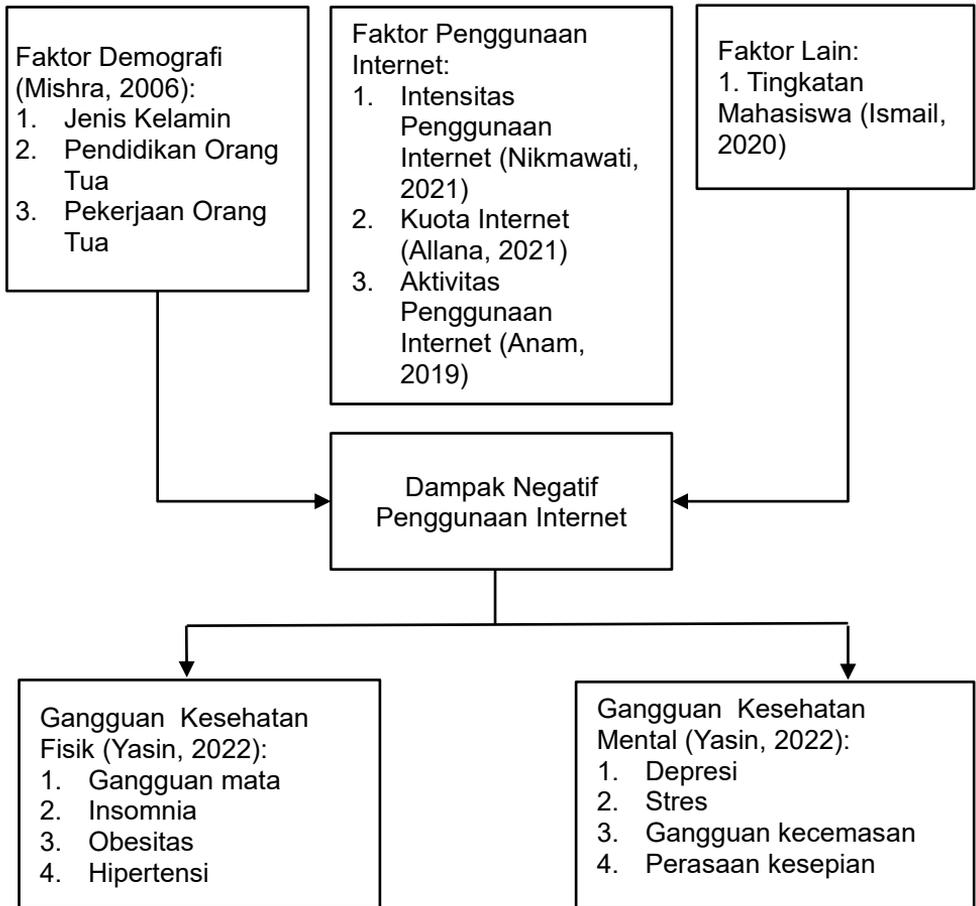
1.4.2 Manfaat Institusi

Penelitian ini bermanfaat dalam memberikan informasi kepada pihak instansi kesehatan maupun instansi pendidikan tempat dilaksanakannya penelitian ini terkait faktor yang berhubungan dengan kesehatan akibat penggunaan internet pada mahasiswa. Oleh karena itu, dapat menjadi pertimbangan bagi pihak-pihak terkait untuk mengambil langkah-langkah dan merumuskan kebijakan yang dapat mengatasi masalah ini secara efektif.

1.4.3 Manfaat Peneliti

Hasil dari penelitian ini memberikan kontribusi penting sebagai sumber peningkatan kemampuan peneliti dalam mengevaluasi isu-isu kesehatan dan keselamatan. Hasil dari penelitian ini dapat menjadi acuan untuk praktisi kesehatan masyarakat dalam memahami dan menerapkan langkah-langkah preventif terkait kesehatan fisik dan mental pada remaja atau mahasiswa yang berhubungan dengan penggunaan internet.

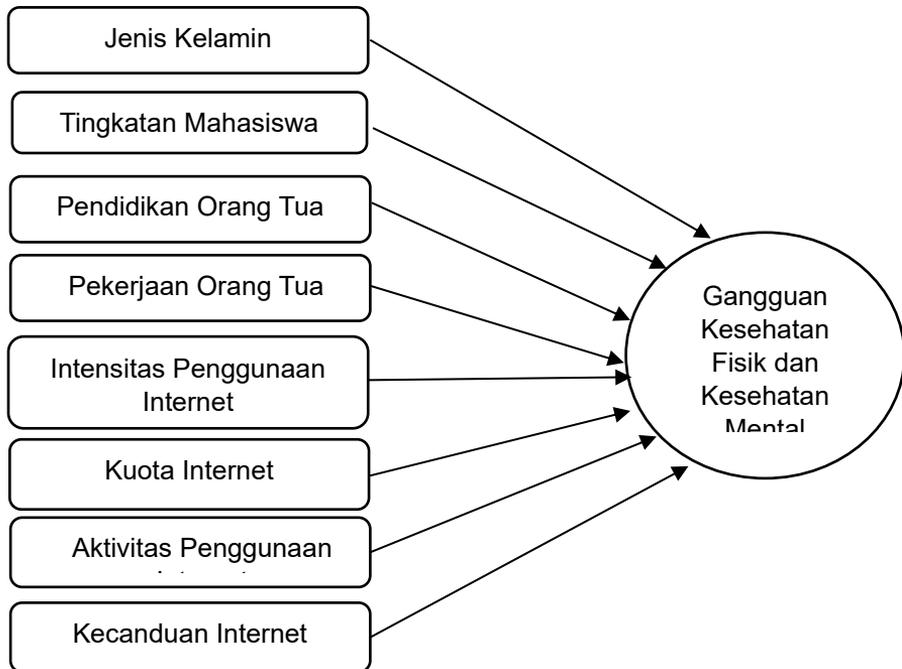
1.5 Kerangka Teori



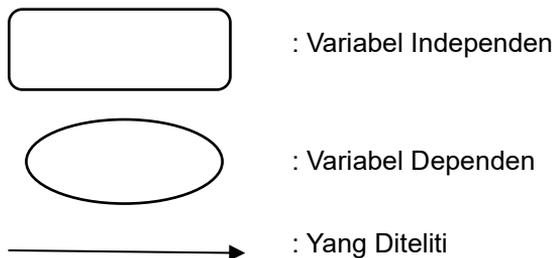
Gambar 1. 1 Kerangka Teori

Sumber: Allana (2021); Anam (2019); Ismail (2020); Mishra & Williams (2006); Nikmawati (2021); Young, 1998; dan Yasin (2022)

1.6 Kerangka Konsep



Gambar 1. 2 Kerangka Konsep



1.7 Definisi Operasional dan Kriteria Objektif

1.7.1 Jenis Kelamin

Jenis kelamin merupakan perbedaan antara laki-laki dan perempuan. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Skala pengukuran nominal.

Kriteria objektif:

- 1). Perempuan : Jika responden memiliki vagina, alat reproduksi rahim, memproduksi sel telur, dan mempunyai alat untuk menyusui.

- 2). Laki-laki : Jika responden memiliki penis, dan memproduksi sperma.

(Kartini & Maulana, 2019).

1.7.2 Tingkatan Mahasiswa

Tingkatan mahasiswa yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu tahap perkuliahan yang sedang dijalani oleh responden saat ini. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Skala pengukuran ordinal.

Kriteria Objektif:

- 1). Tingkat Akhir : Jika mahasiswa sedang menempuh semester 5-7 atau lebih.
- 2). Tingkat Awal : Jika mahasiswa sedang menempuh semester 1-4.

1.7.3 Tingkat Pendidikan Orang Tua

Tingkat pendidikan orang tua yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu jenjang pendidikan formal tertinggi yang dilulusi orang tua responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Skala pengukuran yang digunakan yaitu ordinal.

Kriteria Objektif:

- 1). Rendah : Jika orang tua responden menempuh pendidikan di SD atau SMA.
- 2). Tinggi : Jika orang tua responden menempuh pendidikan di S1 sampai S3.

(Arifa et al., 2021).

1.7.4 Pekerjaan Orang Tua

Pekerjaan orang tua yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu pekerjaan pokok kedua orang tua responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Skala pengukuran nominal.

Kriteria Objektif:

- 1). Non-PNS : Jika pekerjaan orang tua responden bukan Pegawai Negeri Sipil (PNS) seperti nelayan, swasta, wirausaha, pelayanan jasa, dan lain-lain.
- 2). PNS : Jika pekerjaan orang tua responden adalah Pegawai Negeri Sipil (PNS)

1.7.5 Intensitas Penggunaan Internet

Intensitas penggunaan internet yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu seberapa sering dan seberapa lama seseorang menggunakan internet. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Skala pengukuran yang digunakan yaitu nominal.

Kriteria Objektif:

- 1). Tinggi : Jika penggunaan internet responden ≥ 7 jam dalam sehari.

- 2). Rendah : Jika penggunaan internet responden < 7 jam dalam sehari.

(Pratama et al., 2023)

1.7.6 Kuota Internet

Kuota internet yang dimaksud dalam penelitian ini adalah berapa banyak penggunaan kuota internet yang digunakan responden dalam sebulan. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Skala pengukuran nominal.

Kriteria Objektif:

- 1). Besar : Jika responden menggunakan kuota internet ≥ 20 GB dalam sebulan.
- 2). Kecil : Jika responden menggunakan kuota internet < 20 GB dalam sebulan.

1.7.7 Aktivitas Penggunaan Internet

Aktivitas penggunaan internet yang dimaksud dalam penelitian ini adalah hal apa yang paling sering dilakukan oleh responden ketika menggunakan internet. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Skala pengukuran nominal.

- 1). Bukan Belajar : Jika responden menggunakan internet lebih dominan bukan untuk belajar seperti transaksi, komunikasi, hiburan, dan sebagainya.
- 2). Belajar : Jika responden menggunakan internet lebih dominan untuk belajar.

1.7.8 Kecanduan Internet

Kecanduan Internet yang dimaksud dalam penelitian ini adalah perilaku responden dalam menggunakan internet secara berlebihan. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Skala pengukuran nominal.

Penilaian pertanyaan, yaitu

Ya : 1

Tidak : 2

Jumlah pertanyaan : 5

$$\begin{aligned} \text{Skor tertinggi} &= \text{Jumlah pertanyaan} \times \text{bobot tertinggi} \\ &= 5 \times 2 = 10 \\ &= \frac{10}{10} \times 100\% = 100\% \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Skor terendah} &= \text{Jumlah pertanyaan} \times \text{bobot terendah} \\ &= 5 \times 1 = 5 \\ &= \frac{5}{10} \times 100\% = 50\% \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Range (rentang)} &= \text{Skor tertinggi} - \text{skor terendah} \\ &= 100\% - 50\% = 50\% \end{aligned}$$

Kemudian dimasukkan ke dalam rumus interval $(I) = \frac{R}{K}$

Keterangan:

I = Interval

R = Range (rentang) = 50%

K = Jumlah kategori = 2

Maka, $I = \frac{50\%}{2} = 25\%$

Sehingga, skor standar = 100% - 25% = 75%

1) Kecanduan = Jika skor total <75%

2) Tidak Kecanduan = Jika skor total \geq 75%

1.7.9 Kesehatan Fisik

Kesehatan fisik yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dampak negatif dari penggunaan internet yang berkaitan dengan masalah-masalah fisik seperti gangguan pola tidur, gangguan mata, nyeri punggung, dan obesitas. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner. Skala pengukuran nominal.

Penilaian pertanyaan, yaitu

Ya : 1

Tidak : 2

Jumlah pertanyaan : 11

Skor tertinggi = Jumlah pertanyaan \times bobot tertinggi

= $11 \times 2 = 22$

= $\frac{22}{22} \times 100\% = 100\%$

Skor terendah = Jumlah pertanyaan \times bobot terendah

= $11 \times 1 = 11$

= $\frac{11}{22} \times 100\% = 50\%$

Range (rentang) = Skor tertinggi – skor terendah

= $100\% - 50\% = 50\%$

Kemudian dimasukkan ke dalam rumus interval (I) = $\frac{R}{K}$

Keterangan:

I = Interval

R = Range (rentang) = 50%

K = Jumlah kategori = 2

Maka, $I = \frac{50\%}{2} = 25\%$

Sehingga, skor standar = 100% - 25% = 75%

1) Ada Keluhan = Jika skor total <75%

2) Tidak Ada Keluhan = Jika skor total \geq 75%

1.7.10 Kesehatan Mental

Kesehatan mental yang dimaksud dalam penelitian ini adalah dampak negatif dari penggunaan internet yang berkaitan dengan masalah-masalah mental seperti stres, depresi, dan gangguan kecemasan. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner. Skala pengukuran nominal.

Penilaian pertanyaan, yaitu

Ya : 1

Tidak : 2

Jumlah pertanyaan : 10

Skor tertinggi = Jumlah pertanyaan × bobot tertinggi
 = $10 \times 2 = 20$

$$= \frac{20}{20} \times 100\% = 100\%$$

Skor terendah = Jumlah pertanyaan × bobot terendah
 = $10 \times 1 = 10$

$$= \frac{10}{20} \times 100\% = 50\%$$

Range (rentang) = Skor tertinggi – skor terendah
 = $100\% - 50\% = 50\%$

Kemudian dimasukkan ke dalam rumus interval $(I) = \frac{R}{K}$

Keterangan:

I = Interval

R = Range (rentang) = 50%

K = Jumlah kategori = 2

$$\text{Maka, } I = \frac{50\%}{2} = 25\%$$

Sehingga, skor standar = $100\% - 25\% = 75\%$

1) Ada Keluhan = Jika skor total $<75\%$

2) Tidak Ada Keluhan = Jika skor total $\geq 75\%$

1.8 Hipotesis Penelitian

1.8.1 Hipotesis Null (H_0)

- a. Tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- b. Tidak ada hubungan antara tingkatan mahasiswa dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- c. Tidak ada hubungan antara pendidikan orang tua dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- d. Tidak ada hubungan antara pekerjaan orang tua dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- e. Tidak ada hubungan antara intensitas penggunaan internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- f. Tidak ada hubungan antara penggunaan kuota internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.

- g. Tidak ada hubungan antara aktivitas penggunaan internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- h. Tidak ada hubungan antara kecanduan internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.

1.8.2 Hipotesis Alternatif (Ha)

- a. Ada hubungan antara jenis kelamin dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- b. Ada hubungan antara tingkatan mahasiswa dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- c. Ada hubungan antara pendidikan orang tua dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- d. Ada hubungan antara pekerjaan orang tua dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- e. Ada hubungan antara intensitas penggunaan internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- f. Ada hubungan antara penggunaan kuota internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- g. Ada hubungan antara aktivitas penggunaan internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.
- h. Ada hubungan antara kecanduan internet dengan gangguan kesehatan fisik dan mental akibat penggunaan internet pada mahasiswa di Universitas Muslim Indonesia Makassar.

BAB II KERANGKA KONSEP

2.1 Metode, Jenis dan Desain Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu observasional analitik dengan menggunakan desain studi *cross sectional* (studi potong lintang) untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (jenis Kelamin, tingkatan mahasiswa, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, intensitas penggunaan internet, kuota internet, aktivitas penggunaan internet, dan kecanduan internet) dengan variabel dependen (gangguan kesehatan fisik dan mental) akibat penggunaan internet.

2.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Universitas Muslim Indonesia di Jalan Urip Sumoharjo Km. 05, Kec. Panakukkang, Kota Makassar pada bulan Mei 2024 dengan meliputi persiapan pengumpulan data, pengolahan data, dan analisis data.

2.3 Populasi dan Sampel Penelitian

2.3.1 Populasi Penelitian

Menurut Sugiyono (2017), populasi adalah pada kawasan generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditentukan oleh peneliti untuk dijadikan fokus penelitian, kemudian peneliti akan mengambil kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini mencakup semua mahasiswa S1 di Universitas Muslim Indonesia (UMI) Makassar tahun 2023, yang tersebar di 13 fakultas dan 36 program studi. Jumlah mahasiswa di setiap fakultas UMI Makassar adalah sebagai berikut: Fakultas Agama Islam (1.887), Fakultas Ekonomi (2.559), Fakultas Teknik (4.710), Fakultas Hukum (2.341), Fakultas Sastra (2.672), Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan (553), Fakultas Pertanian (1.205), Fakultas Teknologi Industri (3.007), Fakultas Kedokteran (1.310), Fakultas Ilmu Komputer (2.042), Fakultas Kesehatan Masyarakat (1.346), Fakultas Farmasi (1.148), dan Fakultas Kedokteran Gigi (484). Jadi, jumlah keseluruhan populasi pada penelitian ini adalah 25.264 mahasiswa.

2.3.2 Sampel Penelitian

Menurut Sugiyono (2017), sampel merupakan sebagian dari seluruh populasi yang memperlihatkan karakteristik yang dimiliki oleh populasi itu sendiri. Pengukuran sampel ini menggunakan rumus Lemeshow sebagai berikut:

$$n = \frac{N \cdot p \cdot q \cdot Z_{1-\alpha/2}^2}{d^2 (N-1) + p \cdot q \cdot Z_{1-\alpha/2}^2}$$

$$n = \frac{25264 \cdot (0,52)(0,48) \cdot 1,96^2}{0,05^2 (25264 - 1) + (0,52)(0,48) \cdot 1,96^2}$$

$$n = \frac{24.225,723}{630,657 + 0,9589}$$

$$n = 383$$

dimana:

n = Jumlah sampel yang dibutuhkan

N = Jumlah Populasi

$Z_{1-\alpha/2}$ = Nilai Z pada derajat kepercayaan 95% atau 1,96

p = Perkiraan proporsi populasi 0,52

q = 1-p

d = Persen tingkat kesalahan yang masih dapat ditolerir yaitu 0,05.

Berdasarkan hasil perhitungan sampel dengan menggunakan rumus Lemeshow, maka diperoleh jumlah minimal sampel yang diambil yaitu 383 sampel.

2.3.3 Teknik Sampling

Teknik *sampling* adalah teknik yang digunakan untuk mengambil sampel. Teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *Proportionate stratified random sampling*. Menurut Sugiyono (2014) dalam Nurdin et al., (2018), teknik ini diterapkan ketika populasi memiliki anggota atau elemen yang terbagi secara proporsional dalam strata-stratanya. Rumus yang digunakan untuk pengambilan sampel sebagai berikut:

$$n_i = \frac{N_i}{N} n$$

Keterangan:

n_i = Jumlah anggota sampel

n = Jumlah anggota sampel seluruhnya

N_i = Jumlah anggota populasi

N = Jumlah anggota populasi seluruhnya

Adapun jumlah sampel untuk masing-masing fakultas, sebagai berikut:

a. Fakultas Agama Islam

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{1.887}{25.264} \times 383 = 28$$

b. Fakultas Ekonomi

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{2.559}{25.264} \times 383 = 38$$

c. Fakultas Teknik

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{4.710}{25.264} \times 383 = 71$$

d. Fakultas Hukum

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{2.341}{25.264} \times 383 = 35$$

- e. Fakultas Sastra

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{2.672}{25.264} \times 383 = 40$$
- f. Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{553}{25.264} \times 383 = 8$$
- g. Fakultas Pertanian

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{1.205}{25.264} \times 383 = 18$$
- h. Fakultas Teknologi Industri

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{3.007}{25.264} \times 383 = 45$$
- i. Fakultas Kedokteran

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{1.310}{25.264} \times 383 = 19$$
- j. Fakultas Ilmu Komputer

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{2.042}{25.264} \times 383 = 30$$
- k. Fakultas Kesehatan Masyarakat

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{1.346}{25.264} \times 383 = 20$$
- l. Fakultas Farmasi

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{1.148}{25.264} \times 383 = 17$$
- m. Fakultas kedokteran Gigi

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n = \frac{484}{25.264} \times 383 = 7$$

2.4 Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang diterapkan dalam penelitian ini mencakup pemanfaatan sumber data primer dan data sekunder. Adapun pengumpulan data sebagai berikut:

2.4.1 Data Primer

Data primer merujuk pada data yang diperoleh secara langsung dari responden, melalui *google form*. Proses pengumpulan data dilakukan dengan menghubungi responden dan menyampaikan kuesioner yang relevan dengan aspek yang sedang diteliti.

2.4.2 Data Sekunder

Data sekunder adalah jenis data yang terdiri dari informasi mengenai jumlah mahasiswa di tiap fakultas dan profil kampus secara umum. Sumber data ini berasal dari kampus Universitas Muslim Indonesia, literatur seperti buku, jurnal, dan skripsi sebagai referensi.

2.5 Pengolahan dan Analisis Data

2.5.1 Pengolahan Data

Data yang telah diperoleh selanjutnya akan diolah dengan menggunakan program SPSS. Terdapat beberapa tahap yang digunakan untuk mengolah data antara lain:

a. *Editing*

Editing merupakan fase pemeriksaan terhadap kelengkapan isi kuesioner, dengan tujuan memastikan bahwa data yang terkumpul lengkap dan menghindari kuesioner yang tidak diisi oleh responden, sehingga memungkinkan dilakukannya analisis data lebih lanjut.

b. *Coding*

Coding adalah langkah memberikan kode numerik (angka) pada data yang terkategori. Kode diberikan agar data dapat terbaca secara efisien pada tahap komputerisasi.

c. *Skoring*

Skoring adalah tahap pemberian skor pada data yang telah terkumpul dan telah diperiksa kelengkapannya. *Skoring* dilakukan sesuai dengan metode skala yang diterapkan.

d. *Entry Data*

Entry data melibatkan pemindahan data dari kuesioner ke program SPSS, sesuai dengan variabel yang sedang diteliti.

e. *Cleaning*

Cleaning merupakan tahap pengecekan ulang terhadap semua data yang telah dimasukkan ke dalam program SPSS, untuk memastikan bahwa data yang dipindahkan sudah benar secara keseluruhan.

f. *Tabulating*

Tabulating melibatkan penempatan data ke dalam tabel sesuai dengan kebutuhan analisis. Tabel-tabel yang dihasilkan seharusnya dirancang secara ringkas untuk memudahkan proses analisis data.

2.5.2 Analisis Data

a. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk melihat distribusi frekuensi dari setiap variabel yang diteliti. Distribusi frekuensi dari variabel bebas (jenis kelamin, tingkatan mahasiswa, pendidikan orang tua, pekerjaan orang tua, intensitas penggunaan internet, kuota internet, aktivitas penggunaan internet, dan kecanduan internet) dan variabel terikat (gangguan kesehatan fisik dan mental).

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk menguji hubungan dua variabel, dalam hal ini variabel independen dan variabel dependen, menggunakan program SPSS dengan uji statistik *Chi-Square*.

c. Analisis Multivariat

Analisis multivariat bertujuan untuk menganalisis data yang terdiri dari banyak variabel serta diduga antar variabel tersebut saling berhubungan satu sama lain.

2.6 Penyajian Data

Data yang telah diolah dan dianalisis kemudian disajikan dalam bentuk tabel distribusi dan narasi untuk membahas hasil penelitian.