

PENDAHULUAN

Corona virus (Covid-19) telah menyerang dunia dan membuat krisis yang belum pernah terjadi sebelumnya. Hal tersebut pengaruhnya sangat dalam dan luas, tidak hanya pada kesehatan fisik tetapi juga kesehatan mental, sosial serta ekonomi. Berdasarkan data Worldometer (09/11/2020) pukul 09.03 WIB, saat ini terdapat 50,728,891 kasus konfirmasi infeksi Covid-19 di seluruh dunia.

Di Indonesia, pemerintah memberi anjuran untuk tinggal di rumah pada Maret 2020 kemudian menerapkan Pembatasan Sosial Berskala Besar atau PSBB di beberapa daerah pada April 2020 untuk menyikapi melonjaknya kasus Covid-19. Selama PSBB, angkutan umum, pariwisata dan tempat-tempat umum lainnya juga dibatasi bahkan sebagian menutup sementara operasi usahanya. Masyarakat didorong untuk bekerja atau belajar dari rumah dan pertemuan besar (seperti pernikahan dan kegiatan keagamaan) juga dilarang. Semua dilakukan untuk membatasi fisik atau kontak sosial secara langsung. Kebijakan jarak fisik membuat orang beralih ke internet untuk menjalankan aktivitas sehari-hari. Mulai dari belajar, rapat, melakukan kegiatan keagamaan, bersosialisasi, hingga berbelanja.

Diperkirakan jumlah pengguna internet di Indonesia mengalami peningkatan hingga 22 juta pengguna setiap tahunnya. Sehingga dapat diprediksi bahwa pengguna internet di Indonesia pada tahun 2020 sebesar 145 juta pengguna. Artinya lebih dari 50 persen penduduk Indonesia adalah pengguna Internet. Indonesia termasuk dalam sepuluh besar populasi pengguna internet terbanyak di dunia (Kominfo RI, 2018). Di masa pandemi Covid-19 mau tidak mau masyarakat dituntut harus menggunakan internet untuk melakukan aktivitasnya secara daring (dalam jaringan). Adanya kasus Covid-19 ini dapat dipastikan pengguna internet berkembang pesat di seluruh dunia termasuk di Indonesia khususnya.

Semua sektor terkena dampaknya, tidak ada satupun yang terlewat. Akibatnya tatanan kehidupan terpaksa beralih pada internet. Segala aktivitas mengharuskan

masyarakat untuk bersentuhan dengan informasi digital. Sebelum adanya pandemi Covid-19, masyarakat melakukan transaksi jual beli secara langsung seperti di pasar, mall, atau pertokoan lainnya. Dengan adanya kondisi saat ini, Terlihat dari meningkatnya aktivitas pembelian secara online hingga membuka peluang besar bagi para pedagang di tanah air. Sehingga aktivitas jual beli berlangsung secara online yang berakibat meningkatnya penggunaan internet.

Tak hanya dari segi ekonomi, aktivitas belajar dan mengajar pun terpaksa dilakukan via digital sebagai pemenuhan hak dan kewajiban. Pandemi ini telah berhasil menggeser kebiasaan kontak fisik selama proses belajar dan mengajar. Sebagai bentuk pemenuhan hak atas pendidikan di situasi luar biasa ini, kebijakan pembelajaran jarak jauh pun diterapkan. Sistem pembelajaran ini mengharuskan adanya alat pendukung berupa teknologi digital dan perangkat konektivitas untuk berkomunikasi. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada periode 2019-kuartal II/2020 mencatat bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia mencapai 196,7 juta jiwa. Angka tersebut mengalami kenaikan dibanding tahun 2018 yakni sebesar 8,9 persen atau sekitar 23,5 juta jiwa. Head of High Tech, Property & Consumer Good Industry at MARKPLUS, INC, Rhesa Dwi Prabowo (dalam detik.com) menjelaskan sebanyak 31,4% masyarakat mengalami kenaikan penggunaan video call selama masa pandemi. Untuk video *online* yang dilakukan untuk *movie streaming* mengalami peningkatan dari 76,6% menjadi 85,5%. Data tersebut membuktikan bahwa jika dibandingkan sebelum pandemi, selama pandemi berlangsung masyarakat akan cenderung kecanduan internet karena banyak menggantungkan aktivitasnya pada penggunaan internet.

Menurut Young (1996), seseorang dapat dikategorikan mengalami kecanduan internet apabila menggunakan internet lebih dari 35 jam perminggu. Hal ini juga didukung penelitian yang dilakukan sebelum pandemi bahwa individu dapat dikatakan kecanduan internet jika penggunaannya rata-rata lebih dari tiga jam dalam sehari (Laili and Nuryono, 2015). Penelitian tersebut dilakukan sebelum adanya wabah Covid-19 yang melanda disebagian besar negara dunia. Namun di masa pandemi Covid-19 ini

semua kegiatan dilakukan dalam jaringan yang membutuhkan penggunaan internet lebih lama. Siste, dkk., (2020) dalam penelitiannya yang dilakukan pada saat pandemi Covid-19 berlangsung menemukan hasil bahwa individu dapat dikatakan mengalami kecanduan internet jika penggunaannya 80 jam perminggu atau rata-rata lebih dari 10 jam per hari. Dapat disimpulkan dibandingkan dengan sebelum adanya pandemi Covid-19, durasi penggunaan internet sebelum dan saat pandemi Covid-19 memiliki interval yang jauh baik perhari maupun perminggunya. Masih dalam penelitian yang sama, pada dewasa muda usia 20-40 tahun, peningkatan penggunaan internet meningkat hingga 5 kali lipat. Sebelumnya kecanduan internet pada dewasa muda sebanyak 3 persen, setelah pandemi meningkat jadi 14,4 persen. Data itu diambil dari 4.730 orang yang menjadi responden.

Hasil survey kuesioner pada mahasiswa UMS yang dilakukan pada tanggal 27-30 Oktober 2020 yang diikuti oleh 22 peserta yang terdiri dari 13 perempuan dan 9 laki-laki. Durasi penggunaan internet perhari 4-6 jam sebanyak 3 orang (13,7%), 7-9 jam sebanyak 4 orang (18,2%), 10-12 jam sebanyak 13 orang (59,1%) dan lebih dari 12 jam sebanyak 2 orang (9%). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa lebih dari setengah mahasiswa yang mengikuti survey kuesioner mengalami kecanduan internet berdasarkan durasi penggunaan. Pada saat pandemi Covid-19 internet menjadi kebutuhan pokok mahasiswa dalam melakukan aktivitas terutama untuk melakukan pembelajaran *online*. Namun penggunaannya menjadi tidak terkontrol terhadap apa yang diakses serta durasi yang berlebihan.

Hasil wawancara pada tanggal 2-5 November 2020 terhadap 3 Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS) berinisial G, A, dan K. Ketiga subjek menyatakan adanya peningkatan durasi penggunaan internet. Sebelum pandemi, mahasiswa dapat menghabiskan waktu untuk menggunakan internet 4-7 jam perhari sedangkan setelah pandemi 8-12 jam perhari. Semua subjek menyatakan bahwa penggunaan internet bertujuan salah satunya untuk mengikuti kelas online diperkuliahan serta sesekali mengikuti webinar. Namun sebagian besar waktu penggunaannya dihabiskan untuk membuka sosial media seperti *whatsapp*, *instagram*,

tiktok, *twitter* dan *facebook*. Subjek G mengakui bahwa sesekali mengakses internet untuk menonton video porno serta bermain *game online*. Subjek G dan A mengatakan bahwa untuk menyelesaikan tugas perkuliahan dan mengikuti kelas online, dapat dilakukan 4-6 jam dan selebihnya menggunakan internet untuk sosial media untuk mencari hiburan.

Hasil wawancara lebih lanjut dengan subjek G, A dan K bahwa tujuan menggunakan internet khususnya sosial media selain mendapatkan banyak informasi, hal tersebut juga dapat membuat tidak merasa kejenuhan, dapat mengeksplere diri, membagikan kegiatan, tidak merasa kesepian, dapat menghibur ketika sedih, dapat dijadikan pelarian apabila memiliki masalah, mengurangi kecemasan dengan berita Covid-19, menambah relasi, memesan makan menggunakan aplikasi, mencari dan mendapatkan dukungan secara emosional. Terdapat juga dampak yang dirasakan dengan menggunakan internet saat ini diantaranya adalah semakin merasa khawatir yang berlebihan jika melihat berita-berita yang muncul di aplikasi sosial media terkait dengan Covid-19, merasa tidak nyaman dan cemas berada di tempat tanpa jaringan internet, tidak bisa lepas dari *gadget*, menjadi lebih nyaman mengembangkan diri di dunia maya serta menjalin hubungan pertemanan online daripada menjalin hubungan bersosialisasi secara langsung serta merasa sulit mengatur diri untuk membatasi bermain internet.

Dari hasil wawancara dan survey dapat disimpulkan bahwa mahasiswa UMS mengalami penggunaan internet yang berlebihan sebanyak 68,2% dari 22 mahasiswa. Mahasiswa UMS pengguna internet dimasa pandemi Covid-19 selain untuk perkuliahan sebagian besar untuk mengakses media sosial. Terdapat juga alasan penggunaan internet yang dirasakan oleh mahasiswa UMS diantaranya yaitu kesepian, mengatasi kecemasan, sebagai pelarian, mempermudah aktivitas, mendapat dukungan serta menjalin relasi, perilaku bermain internet yang tidak terkontrol. Mahasiswa UMS juga mengalami kesulitan mengatur diri untuk membatasi penggunaan internet berlebih.

Penggunaan internet yang berlebihan pada mahasiswa dapat menyebabkan kecanduan atau biasa disebut dengan kecanduan internet. Menurut *The American Association Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder (DSM V)*, kecanduan internet termasuk ke dalam gangguan kejiwaan, yaitu *Internet Addiction Disorder*. Young (1999) berpendapat bahwa kecanduan internet adalah ketidakmampuan untuk mengontrol penggunaan internet seseorang yang mengakibatkan terganggunya berbagai aspek dalam kehidupan. Young juga menjelaskan kecanduan internet merupakan sebuah sindrom yang ditandai dengan menghabiskan sejumlah waktu yang sangat sering dalam menggunakan internet. Sedangkan Griffiths (2015) mendefinisikan kecanduan internet sebagai tingkah laku kecanduan yang meliputi interaksi antara manusia dengan mesin tanpa adanya penggunaan obat-obatan. Selain itu, Griffiths juga menjelaskan internet memiliki dampak negatif diantaranya adalah kurangnya minat bersosialisasi dunia nyata sehingga menyebabkan sikap individual dalam lingkungan nyata, menjadi individu yang pemalas karena tidak mau melakukan aktivitas lain selain mengakses internet, serta munculnya sikap pemaarah dan sensitive.

Penelitian sebelumnya menemukan faktor-faktor yang menyebabkan kecanduan internet antara lain kontrol diri yang rendah (Kuzucu & Ak, 2014; Putri, 2016), kesepian (Ozdemir, Kuzucu & Ak, 2014, Sharifpoor, 2017), harga diri (Demirer & Sahin, 2013; Latief & Retnowati, 2018), dan kepuasan hidup (Demirer & Sahin, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Latief & Retnowari (2018) menemukan bahwa 21.5% kesepian dapat mempengaruhi seseorang mengalami kecanduan internet. Faktor kecanduan internet lain, yaitu kontrol diri memberikan sumbangsih terhadap kecanduan internet sebesar 16,6% (Karnadi, dkk., 2019) dan harga diri mempengaruhi kecanduan internet cukup besar yaitu 37,3% (Nie, J, & Liu, Y., 2017). Sedangkan penelitian yang dilakukan Lachmann, B., dkk., (2017) menemukan bahwa kepuasan hidup memberikan sumbangan terhadap kecanduan internet hanya 1,7%. Dari data tersebut dapat diketahui faktor kesepian, kontrol diri dan harga diri memberikan sumbangsih lebih besar jika dibandingkan kepuasan hidup. Sehingga berdasarkan

wawancara kepada mahasiswa UMS yang telah dijelaskan sebelumnya serta penelitian-penelitian terdahulu yang menjelaskan besarnya nilai sumbangan efektif variabel faktor kecanduan internet, maka dalam penelitian ini akan fokus pada tiga faktor yaitu harga diri, kesepian dan kontrol diri.

Faktor harga diri cenderung dapat menyebabkan kecanduan internet (Latief & Retnowati, 2018). Harga diri merupakan suatu pengalaman dan prasyarat dimana individu berusaha memenuhi agar dapat bertahun hidup dan harga diri juga ditandai dengan keyakinan individu dalam berfikir, keyakinan bahwa ada hak untuk individu dapat bahagia, layak dan pantas. Secara singkat harga diri adalah penilaian pribadi mengenai perasaan berharga yang ditujukan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya. Coopersmith (dalam Diana, 2007) menjelaskan harga diri merupakan penilaian yang dibuat oleh individu mengenai hal-hal yang berkaitan dengan dirinya, yang diekspresikan ke dalam sikap setuju atau tidak setuju, sehingga terlihat tingkat dimana individu meyakini dirinya sebagai individu yang mampu, penting, sukses, dan berharga.

Untuk mengetahui harga diri seseorang mengacu pada 4 aspek harga diri menurut Coopersmith (Mruk, 2006), yaitu (1) Kekuatan. Ciri-ciri individu yang mempunyai aspek ini biasanya menunjukkan sikap asertif. (2) Keberartian. Individu akan merasa berarti jika ada penghargaan, penerimaan, perhatian, dan kasih sayang dari orang-orang terdekat seperti keluarga, sahabat atau masyarakat. (3) Kebajikan. Seseorang yang taat pada aturan dan ketentuan yang ada dalam masyarakat akan mempunyai perasaan berharga dan bangga pada diri sendiri. (4) Kemampuan. Usaha yang berhasil meraih hasil sesuai dengan tujuan yang dimiliki. Apabila individu memiliki harga diri, usaha untuk memenuhinya akan semakin besar salah satunya dengan penggunaan internet untuk mengakses sosial media.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kesepian digambarkan dengan perasaan yang kurang dikarenakan adanya hubungan sosial yang tidak sesuai dengan yang diharapkan (Sembiring, 2017). Beberapa hasil penelitian sebelumnya menunjukkan individu yang merasa kesepian lebih menghabiskan waktu menggunakan

internet untuk mengurangi kesepian mereka. Maka dari itu, kesepian berkaitan dengan meningkatnya penggunaan internet yang menjadi berlebihan (Yao & Zhong, 2014; Skues, Williams, Oldmeadow, & Wise, 2016). Hal tersebut sesuai dengan alasan mahasiswa UMS dalam menggunakan internet. Mahasiswa UMS menjadikan internet untuk mengakses media sosial pada khususnya sebagai koping terhadap kondisi kesepian yang dialami di masa pandemi Covid-19. Kesepian dapat menjadi pendorong mahasiswa untuk menggunakan internet hingga menjadi kecanduan internet, terdapat hubungan positif antara kesepian dengan kecanduan internet (Anuari, 2018). Penelitian lain mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif signifikan antara kesepian dengan kecanduan internet (Serly, 2017).

Kesepian dirasakan mahasiswa UMS dalam kondisi pandemi Covid-19 ini. Kondisi pandemi saat ini mengharuskan mahasiswa untuk melakukan perkuliahan jarak jauh sehingga tidak terpenuhinya kehidupan sosial yang diinginkan. Jarak fisik menyebabkan kebutuhan untuk kontak sosial secara langsung menjadi terhambat sehingga mahasiswa memiliki kondisi secara emosional terganggu menyebabkan perasaan sedih, tidak bersemangat, merasa kosong serta merasakan kerinduan. Kesepian yang dialami mahasiswa mendorong untuk menggunakan internet secara berlebihan hingga mengalami kecanduan.

Russell (1996) mendefinisikan kesepian sebagai perasaan yang disebabkan oleh kepribadian individu itu sendiri, terjadi karena individu tidak mendapatkan kehidupan sosial yang diinginkan pada lingkungan kehidupannya, dan merupakan salah satu gangguan alam perasaan seperti perasaan sedih, murung, tidak bersemangat, merasa tidak berharga dan berpusat pada kegagalan individu yang dialami oleh individu.

Menurut Russell dalam *UCLA Loneliness Scale* (1996), loneliness didasari pada tiga aspek yaitu (1) *Trait loneliness* (2) *Social desirability loneliness* (3) *Depression loneliness*. Berbeda dengan Russell, Bruno (2002) menjelaskan lebih rinci aspek kesepian antara lain (1) Isolasi (2) Penolakan (3) Merasa disalah mengerti (4) Merasa tidak dicintai (5) Tidak mempunyai sahabat (6) Malas membuka diri (7) Bosan (8) Gelisah.

Kecanduan internet juga merupakan perilaku yang dipengaruhi oleh kontrol diri yang dimiliki pada diri individu. Tangney, Baumeister & Boone (2004) menjelaskan kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk menentukan perilakunya berdasarkan standar tertentu seperti moral, nilai dan aturan dimasyarakat agar mengarah pada perilaku positif. Dapat diartikan bahwa seseorang secara mandiri mampu memunculkan perilaku positif. sedangkan Averill (dalam Sarafino, 2014) menjelaskan kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini.

Averill menjelaskan lima aspek kontrol diri antara lain (1) Kontrol perilaku (2) Kontrol kognitif (3) Kontrol keputusan (4) Kontrol Informasi (5) Kontrol retrospektif. Sedangkan Tangney hanya menjelaskan empat aspek kontrol diri antara lain (1) Kedisiplinan diri yaitu kedisiplinan individu dalam melakukan sesuatu. (2) Tindakan atau aksi yang tidak impulsif yaitu kecenderungan individu untuk melakukan tindakan yang tidak impulsif (memberikan respon kepada stimulus dengan pemikiran yang matang). (3) Pola hidup sehat yaitu tentang pola hidup sehat pada individu, berkaitan dengan penggunaan minum-minuman keras. (4) Etika kerja yaitu regulasi diri pada pelayanan, suatu etika dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Penelitian yang dilakukan Putri (2016) mengenai rendahnya kemampuan individu dalam mengendalikan perilaku dapat menjadi faktor yang memengaruhi kecanduan internet. Selain itu, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kontrol diri dengan kecanduan internet (Ika, 2018). Penelitian lain yang dilakukan oleh Montag, dkk., (2010) secara empiris, menemukan bahwa kontrol diri yang rendah didapatkan memiliki hubungan yang signifikan menjadi prediktor kecanduan internet.

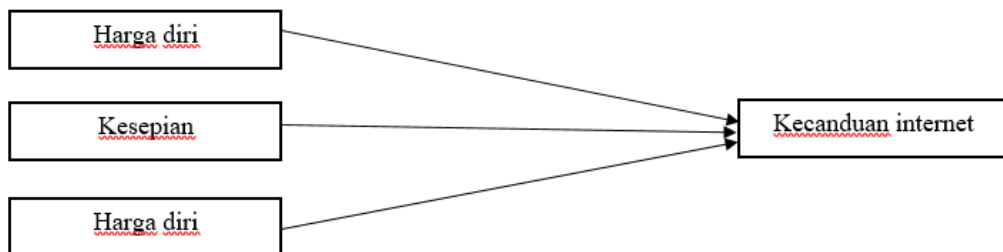
Pandangan teori yang dapat menjelaskan bagaimana harga diri dapat memengaruhi kecanduan internet adalah pembelajaran sosial-kognitif. Teori pembelajaran bukanlah merupakan proses sederhana di mana individu menerima suatu model dan kemudian meniru perilakunya, namun merupakan hal yang jauh lebih

kompleks di mana individu mendekati perilaku model melalui internalisasi atas gambaran yang ditampilkan oleh model, kemudian oleh individu diikuti dengan upaya menyesuaikan model tersebut. Harga diri merupakan faktor *person* (kognitif) yang memainkan peran penting dalam teori pembelajaran Bandura. Harga diri yakni pandangan keseluruhan individu terhadap dirinya sendiri. Dengan kata lain harga diri mengacu pada bagaimana individu menghargai, mengapresiasi, serta menyukai dirinya sendiri. Pandangan dalam harga diri akan mendorong individu untuk mengambil tindakan dalam memenuhi kebutuhannya. Di internet, sosial media pada khususnya banyak hal-hal yang tidak sesuai dengan realitanya, seperti foto hasil editan aplikasi. Hal tersebut merupakan ketidakpercayaan diri individu yang ditampilkan di publik. Hal ini membuat individu mengamati model, apabila mampu mempelajari atau melakukan perilaku yang dimodelkan maka akan mempengaruhi harga diri. Dengan adanya pembelajaran tersebut individu yang memiliki harga diri rendah akan merasa kurang percaya diri, merasa gagal, serta cenderung disebabkan oleh cara berfikir dari yang awalnya positif menjadi negatif sehingga hal tersebut menjadi penentu individu dapat mengalami kecanduan internet.

Pandangan teori perilaku dapat menjelaskan bagaimana kesepian dapat mempengaruhi kecanduan internet dengan adanya pengkondisian peran (*operant conditioning*). Skinner mengungkapkan bahwa model belajar meliputi tiga komponen yaitu antecedent, respon atau perilaku dan konsekuen. Kesepian merupakan sebuah keadaan di mana individu merasa hampa, sendirian, memiliki perasaan tidak diinginkan. Kesepian merupakan keadaan mental, bukan fisik. Artinya banyak individu yang merasa kesepian meskipun memiliki banyak teman atau berada di tengah banyak orang. Hal tersebut merupakan komponen pertama yaitu antecedent. Kemudian individu menggunakan internet untuk mengatasi permasalahan dalam dirinya tersebut. Individu akan merasa terhibur, merasa berarti dengan adanya dukungan sosial dari teman dunia maya sehingga rasa kesepian menjadi teralihkan dan suasana hatinya menjadi lebih baik dari sebelumnya. Hal ini merupakan komponen kedua yaitu respon atau perilaku individu akibat perasaan kesepian yang dialaminya. Perasaan yang

dirasakan individu setelah menggunakan internet menjadi reinforcement positif. Adanya reinforcement tersebut, individu yang kesepian akan meningkatkan frekuensi respon sehingga penggunaan internet dilakukan berulang-ulang yang mengakibatkan kecanduan internet.

Kontrol diri juga dapat dijelaskan dengan teori pembelajaran Bandura bagaimana mempengaruhi individu dapat kecanduan internet. Kontrol diri merupakan kemampuan individu untuk mengendalikan dirinya sendiri agar tidak merugikan siapapun sesuai dengan norma sosial dan diterima oleh lingkungannya. Menurut Bandura (1991), mekanisme pengaturan diri yang menentukan tingkat kontrol diri seseorang atas perilaku juga dapat relevan dengan kecanduan internet. Melalui pemantauan diri dan pengendalian diri individu terbantu untuk menyadari perilaku mereka dan dampaknya terhadap diri mereka sendiri, orang lain, dan lingkungan. Sehingga individu yang tidak dapat mengontrol dirinya untuk menahan diri menggunakan internet terus menerus akan mengalami kecanduan. Untuk memudahkan penjelasan diatas, peneliti merangkum dalam bentuk bagan sebagai berikut:



Bagan 1. Kerangka berfikir

Berdasarkan uraian fenomena, konsep teori, penelitian terdahulu, serta tujuan dari penelitian ini maka peneliti mengajukan hipotesis sebagai berikut: Hipotesis mayor: Terdapat hubungan antara harga diri, kesepian dan kontrol diri dengan kecanduan internet; Hipotesis minor yaitu H_1 : Terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan kecanduan internet; H_2 : Terdapat hubungan positif antara kesepian dengan

kecanduan internet; H_3 : Terdapat hubungan negatif antara kontrol diri dengan kecanduan internet.

Penelitian terkait dengan kesepian, kecanduan internet dan kontrol diri sebelumnya telah dilakukan. Penelitian yang dilakukan oleh Ozdemir dkk (2014) dengan peserta penelitian 648 mahasiswa sarjana disimpulkan bahwa kecanduan internet memiliki hubungan langsung dengan depresi, kesepian dan kontrol diri rendah serta hubungan tidak langsung antara depresi, kesepian dengan kecanduan internet melalui kontrol diri rendah. Penelitian yang berkaitan dengan variabel tersebut juga dilakukan oleh Sharifpoor dkk (2017) dengan menggunakan metode deskriptif korelasional yang melibatkan 150 siswa. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada korelasi positif antara kesepian dengan kecanduan internet. Penelitian lain yang berkaitan dengan hubungan kesepian, harga diri dengan kecanduan internet telah dilakukan oleh Latief & Retnowati (2018) didapatkan bahwa kesepian dan harga diri menjadi variabel prediktor terhadap kecanduan internet pada remaja.

Penelitian ini menggunakan beberapa variabel yang sama dengan penelitian sebelumnya namun memiliki perbedaan pada situasi yang saat ini. Situasi yang dihadapi saat ini adalah masa pandemi Covid-19 sehingga banyak perubahan kebiasaan yang berpengaruh secara psikologis pada individu. Pada penelitian ini akan dilakukan penyesuaian dengan situasi saat ini termasuk dalam skala yang disajikan. Penelitian sebelumnya sebagian besar dilakukan Luar Negeri, di Indonesia sendiri jarang dilakukan penelitian serupa dengan menggunakan keempat variabel sehingga penelitian ini merupakan penelitian pertama di Indonesia pada masa pandemi Covid-19. Selain itu penelitian ini melengkapi variabel faktor-faktor lain dari kecanduan internet yang disarankan dari penelitian sebelumnya. Terdapat juga korelasi positif penggunaan internet yang berlebihan dengan kesehatan mental di masa pandemi Covid-19 (Jovic, dkk. 2019). Mahasiswa menjadi pelaku faktor resiko kecanduan internet bukan hanya karena tuntutan kuliah yang mengharuskan mereka untuk selalu mengakses internet namun kondisi pandemi Covid-19. Kondisi kesehatan mental di

masa pandemi Covid-19 harus menjadi perhatian serius terutama bagi mahasiswa. Hal tersebut mendasari perlunya untuk mengkaji variabel-variabel yang berpengaruh terhadap kecanduan internet yang menyebabkan efek negatif pada mahasiswa.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan setiap variabel yaitu harga diri, kesepian dan kontrol diri terhadap kecanduan internet pada situasi pandemi saat ini. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan rujukan teoritis untuk mengembangkan ilmu pengetahuan pada khususnya terkait dengan psikologi klinis dan aspek-aspek pendukungnya terutama dalam mengatasi kecanduan internet di masa pandemi Covid-19. Bagi mahasiswa, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan masukan tentang pentingnya membatasi penggunaan internet agar tidak menjadi kecanduan dan memiliki penyelesaian masalah yang baik dalam mengatasi kesepian yang terkait dengan harga diri dan kontrol diri. Bagi universitas, hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi, masukan dan teori baru tentang variabel kesepian, harga diri, kontrol diri dan kecanduan internet di masa pandemi Covid-19. Serta bagi ilmuan psikologi dan psikolog, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi dalam menganalisa permasalahan yang sama dan menemukan intervensi yang tepat agar individu yang mengalami kecanduan internet dapat terhindar dari permasalahan psikologis.