To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat
Juni 2023, Vol.6, No.2, hal,359-370
ISSN(P): 2622-6332; ISSN(E): 2622-6340
http://www.ojs.unanda.ac.id/index.php/tomaega

Pelatihan Cerdas Berinternet untuk Mengurangi Adiksi Internet pada Siswa Madrasah Tsanawiyah

Saidah Rauf[1]*, Marice Benga Olla[1]
[1] Program Studi Keperawatan Masohi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Maluku, Ambon, Indonesia

**Correspondent Email: saidahrauf@poltekkes-maluku.ac.id*

Article History:
Received: 04-01-2023; Received in Revised: 09-02-2023; Accepted: 23-02-2023
DOI: http://dx.doi.org/10.35914/tomaega.v6i2.1696

Abstrak

Adiksi internet merupakan masalah kesehatan mental di era digital yang perlu mendapat perhatian serius. Prevalensi adiksi internet makin meningkat di masa pandemi Covid-19 dan paling banyak diderita oleh remaja. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dan guru tentang cara cerdas menggunakan internet untuk mengatasi adiksi internet pada siswa di Madrasah Tsanawiyah (MTS) di Kota Masohi. Kegiatan PKM ini dilakuan pada dua MTS di Kota Masohi yaitu MTS Negeri 2 Maluku Tengah dan MTS Nurul Falah Masohi. Kegiatan PKM ini dilakukan melalui beberapa metode yaitu identifikasi tingkat adiksi internet siswa, sosialisasi adiksi internet pada guru, dan pelatihan cerdas berinternet. Hasil identifikasi ditemukan sebanyak 34% siswa terdiagnosis mengalami adiksi internet. Kegiatan sosialisasi adiksi pada guru berhasil meningkatkan pengetahuan guru tentang adiksi internet sebesar 11,3%. Pelatihan cerdas berinternet meningkatkan pengetahuan siswa sebesar 11% dengan membandingkan hasil pre-test dan post-test. Setelah kegiatan pelatihan, sebanyak 30% siswa melaporkan penurunan durasi waktu penggunaan internet hingga kurang dari 20 jam/pekan. Di masa mendatang, kegiatan serupa perlu dilakukan dengan melibatkan orang tua siswa dan dilakukan juga pada MTS atau SMP lainnya di Kabupaten Maluku Tengah.

Kata Kunci: Adiksi internet, Pelatihan, Siswa

Abstract

Internet addiction is a significant mental health issue in the digital age that requires immediate attention. Teenagers are the most affected by internet addiction, which has escalated during the Covid-19 pandemic. This Community Service Activity (PKM) seeks to develop students' and teachers' awareness and abilities on smart internet usage to combat internet addiction in students at Madrasah Tsanawiyah (MTS) in Masohi City. This PKM activity was placed at two Masohi City MTS, namely MTS Negeri 2 Central Maluku and MTS Nurul Falah Masohi. This community service activity is carried out in several ways, including determining the extent of student internet addiction, socializing internet addiction to teachers, and providing training to addicted students. According to the identification results, 34% of students were diagnosed with internet addiction. Teachers' knowledge of internet addiction increased by 11.3% after participating in addiction socialization activities. By comparing the results of the pre-test and post-test, training

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

enhanced students' knowledge by 11%. Following the training exercises, as many as 30% of students reported a reduction in internet usage to fewer than 20 hours per week. Similar activities involving students' parents should be carried out in the future and in other MTS or senior high schools in the Central Maluku District.

Key Word: Internet addiction, Training, Students

1. Pendahuluan

Pandemi Corona Virus Disease-2019 (Covid-19) telah mengakibatkan *lockdown* global dan pemberlakuan *social distancing* untuk mencegah dan membatasi penyebaran virus ini. Hal ini menyebabkan konsekuensi merugikan berbagai segi kehidupan manusia (Pfefferbaum & North, 2020), termasuk penggunaan berlebihan dari teknologi digital (Eidi, 2020). Beberapa studi melaporkan peningkatan kejadian adiksi internet saat pemberlakukan pembatasan dan isolasi sosial saat pandemic Covid-19 (Dong *et al*., 2020; Lin, 2020; Rauf & Setyawati, 2022; Volkow, 2020).

Prevalensi adiksi internet tertinggi ditemukan pada remaja yang sementara menempuh pendidikan menengah pertama (Lin, 2020). Kelompok usia ini merupakan populasi dengan sebutan generasi Z yang sejak awal telah akrab dengan dunia digital. Remaja dapat menggunakan internet sebagai solusi utama yang praktis untuk memenuhi kebutuhan pemecahan masalah akademis, sekaligus sebagai sarana hiburan di tengah padatnya beban psikis dan kognitif sehari-hari (Kurniasanti *et al*., 2019). Wujud adiksi internet dapat berupa *cyber-sexual, cyber-relational, net compulsion, excessive information, dan computer addictions* (Hakkam *et al*., 2020; Kurniasanti *et al*., 2019).

Adiksi internet pada anak dan remaja dapat menganggu kesehatan fisik dan mental. Terpapar layar gawai, tablet, dan perangkat pintar lainnya dalam waktu yang lama meningkatkan gangguan psikosomatis, stress, kecemasan, dan depresi (Mheidly *et al*., 2020; Savarese et al., 2020). Penggunaan internet yang berlebihan saat adiksi juga memicu gangguan makan, kesulitan tidur, masalah berat badan, gangguan mata, dan kelelahan kronis (Hakkam *et al.*, 2020) sehingga mempengaruhi kualitas hidup penderita adiksi internet (Szczepańska & Pietrzyka, 2021).

Adiksi internet dalam dunia pendidikan dapat menyebabkan sikap pengabaian terhadap tanggung jawab akademik (Gultom *et al*., 2018). Hal ini terjadi karena remaja secara kontinyu terstimulasi untuk terus memikirkan kesenangan yang dirasakan saat berinternet (Deslandes & Coutinho, 2020; Gultom *et al*., 2018; Hakkam *et al*., 2020; Volkow, 2020). Pada akhirnya, semangat dan prestasi belajar juga akan terganggu atau menurun.

Hasil survei penggunaan internet selama program belajar daring pada remaja di salah satu MTS di Kabupaten Malteng menemukan bahwa 85% dari 127 responden menyatakan gawai merupakan benda yang paling penting saat ini. Terdapat lebih dari setengah responden yang melaporkan kesulitan untuk

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

menghentikan penggunaan internet. Selain itu, 76% responden melaporkan penggunaan internet lebih dari 20 jam/minggu yang umumnya digunakan untuk bermain *game online* dan bersosial media (Rauf & Setyawati, 2022).

Hasil wawancara dengan beberapa guru MTS didapatkan fakta bahwa sejak pembukaan sekolah setelah pandemi Covid-19 motivasi belajar siswa menjadi menurun, siswa banyak yang terlambat ke sekolah, tidak mengerjakan pekerjaan rumah, serta tertidur saat pelajaran berlangsung. Guru juga menyatakan menerima laporan dari beberapa orang tua siswa bahwa anaknya bermain gawai sampai lupa waktu, lupa tugas, lupa makan, dan tidak tidur. Hal ini mengindikasikan telah terjadi adiksi internet pada beberapa siswa. Namun, hingga saat ini guru belum memahami dengan baik bahaya dan cara mengatasi adiksi internet. Guru maupun siswa MTS juga belum pernah mengikuti atau melakukan kegiatan edukasi yang berkaitan dengan adiksi internet.

Berdasarkan data dari Kemenag Kabupaten Malteng, terdapat 3 MTS yang aktif beroperasi di Kota Masohi Kabupaten Malteng yaitu MTS negeri 2 Maluku tengah, MTS Nurul Falah, dan MTS Matlaul Anwar. Sekolah-sekolah tersebut menampung sebanyak 535 siswa (Emis Kemenag, 2022). Fakta bahwa siswa MTS berada pada usia remaja, menempatkan mereka pada populasi yang paling rentan untuk mengalami kecanduan internet. Tindakan advokasi dan edukasi bahaya internet akan memiliki daya ungkit yang lebih tinggi jika dilakukan berbasis masalah setempat, oleh karena itu skiring perilaku penggunaan internet menjadi hal pokok yang perlu dilakukan (Mheidly *et al*., 2020) dan sekolah merupakan lokasi paling tepat untuk mengidentifikasi adiksi internet pada remaja (Kurniasanti *et al*., 2019).

Mengingat dampak psikologis jangka panjang dari kecanduan internet pada kualitas hidup dan perkembangan mental siswa (Cleofas & Rocha, 2021; Fazeli *et al*., 2020), maka guru sebagai pendidik serta pelaku pembelajaran daring perlu diberikan penguatan tentang bahaya kecanduan internet (Husni *et al*., 2017). Di sisi lain, pelatihan tentang cara menggunakan internet yang aman dan sehat bagi siswa dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap positif siswa tentang penggunaan internet yang tepat (Guntoro et al., 2019). Berdasarkan uraian sebelumnya maka penulis melakukan kegitan Pengabdian kepada Masyarakat berupa Pelatihan Cerdas Berinternet pada siswa MTS di Kota Masohi Kabupaten Maluku Tengah.

2. Metode

Kegiata PKM ini dilakukan pada Tahun 2022 selama tiga bulan dimulai dari Bulan September hingga November 2022. Adapun tahapan kegiatan PKM ini adalah meliputi persiapan, penyamaan persepsi dan koordinasi dengan mitra, pelaksanaan kegiatan, dan evaluasi.

Kegiatan persiapan mencakup penentuan khalayak sasaran untuk pelaksanaan kegiatan, penyusunan materi edukasi, serta membuat modul pelatihan cerdas berinternet sebagaimana ditunjukkan dalam gambar berikut (**Gambar 1**).

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



Gambar 1. Modul Cerdas Berinternet

Penyamaan persepsi atau koordinasi Program PKM dilakukan pada tiga mitra yaitu Kepada Kepala Kementrian Agama Kabupatan Maluku Tengah khususnya Kepala Seksi Pendidikan Islam serta Kepala sekolah MTSN 2 Malteng MTS Nurul Falah Masohi. Koordinasi dengan ketiga mitra terlaksana dengan baik di lokasi mitra masing-masing secara berturutan pada tanggal 19, 28, dan 29 Oktober 2022.

Pelaksanaan kegiatan terdiri dari tiga kegiatan yaitu: indentifikasi adiksi internet pada siswa, sosialisasi adiksi internet kepada penyelenggara MTS atau dewan guru, serta pelatihan cerdas berinternet pada siswa yang terdiagnosis mengalami adiksi internet. Ketiga tahapan pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan masing-masing selama 1 hari.

Kegiatan identifikasi adiksi internet dilakukan dengan menggunakan Kuesioner Diagnosis Adiksi Internet (KDAI) (Departemen Ilmu Kesehatan Jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, 2022). Siswa dinyatakan menderita adiksi internet jika memperoleh skor antara 108 – 264. Kegiatan identifikasi dilakukan di MTSN 2 Maluku Tengah pada tanggal 29 Oktober 2022 sementara di MTSN Nurul Falah dilakukan pada tanggal 31 Oktober 2022.

Tahapan kedua dari kegiatan PKM Pelatihan Cerdas Berinternet adalah sosialisasi tentang adiksi internet pada dewan guru di sekolah mitra. Kegiatan sosialisasi ini dilakukan pada tanggal 3 November 2022 di MTSN 2 Malteng dan Nurul Falah dilakukan pada tanggal 17 November 2022.

Pelatihan cerdas Berinternet diberikan pada siswa yang terdiagnosis mengalami adiksi internet. Pelatihan Cerdas Berinternet dilakukan selama satu hari yaitu pada tanggal 17 November 2022 di MTS Nurul Falah Masohi dan 21 November 2022 di MTSN 2 Maluku Tengah.

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Kegiatan terakhir adalah evaluasi. evaluasi dilakukan pada sekolah mitra baik kepada penyelenggara sekolah terkhusus kepala sekolah, guru bidang kesiswaan, dan siswa peserta pelatihan adiksi internet.

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan PKM ini telah dilaksanakan sesuai dengan perencanaan dan tahapan kegiatan yang telah disusun sebelumnya, namun uraian hanya berfokus pada tiga solusi permasalah yang ditemukan pada sekolah mitra yaitu penggunaan internet berlebihan pada siswa serta kurangnya pemahaman guru dan siswa tentang cara mengatasi adiksi internet.

a. Identifikasi adiksi internet

Kegiatan ini diikuti oleh sebanyak 191 (44%) siswa di MTSN 2 Maluku Tengah, sementara di MTS Nurul Falah sebanyak 24 (67%) siswa yang tuntas mengisi kuesioner identifikasi adiksi internet sebagaimana ditunjukkan pada Gambar 2. Tingkat partisipasi siswa yang tidak mencapai 50% pada MTSN 2 Maluku Tengah disebabkan karena banyak siswa yang terlibat dalam berbagai kegiatan menyambut HUT Kota Masohi yang dilakukan mulai pekan kedua Oktober hingga pekan pertama November 2022.

Setiap kuesioner yang masuk kemudian dimasukkan ke dalam aplikasi *excel* dan dianalisis nilai yang diperoleh oleh setiap siswa menggunakan standar penilaian atau skor adiksi pada intrumen KDAI untuk remaja. Adapun hasil identifikasi adiksi internet pada siswa di sekolah mitra dapat dilihat pada Tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1. Hasil Identifikasi Adiksi Internet Siswa MTS di Kota Masohi

Nama Sekolah	**Adiksi internet**		**Jumlah**
	Ya (%)	**Tidak (%)**	**(%)**
MTSN 2 Malteng	61 (32)	130 (68)	191 (100)
MTS Nurul Falah	12 (50)	12 (50)	24 (100)
Total	73 (34)	142 (66)	215 (100)

Berdasarkan Tabel 1 maka dapat diketahui bahwa terdapat 73 (34%) siswa di MTS mitra yang terdiagnosis mengalami adiksi internet. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan pada beberapa kota di Indonesia dimana ditemukan prevalensi adiksi internet pada remaja termasuk siswa jenjang pendidikan menengan pertama berkisar antara 24,4% hingga 85,3% (Nursiyah & Sulistiowati, 2022; Putri et al., 2021; Ratulangi et al., 2021; Rauf & Setyawati,

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

2022). Siswa-siswi yang teridentifikasi mengalami adiksi internet selanjutnya dijadikan sebagai peserta pelatihan cerdas berinternet.



Gambar 2. Kegiatan Identifikasi Adiksi Internet pada Siswa

b. Sosialisasi adiksi internet bagi guru

Kegiatan sosialisasi ini diikuti oleh sebanyak 10 orang guru di MTSN 2 Malteng dan 11 orang guru di MTS Nurul Falah Masohi, seperti yang ditujukkan dalam Gambar 3. Selain memberikan sosialisasi tentang adiksi internet pada kegiatan ini, pengabdi juga menyampaikan hasil analisis tentang siswa-siswi yang terdiagnosis mengalami adiksi internet pada kedua sekolah mitra.



Gambar 3. Kegiatan Sosialisasi Adiksi Internet pada MTS Mitra

Kegiatan sosialisasi dimulai dengan pembukaan, pembagian instrumen pre-test, penyampaian materi sosialisasi dengan cara ceramah dan diskusi yang diselingi dengan pemutaran video edukasi. Kegiatan sosialisasi berlangsung dengan sangat interaktif. Para guru sangat antuasias dengan materi yang diberikan. Pada sesi diskusi, beberapa orang guru terutama para wali kelas dan guru penaggungjawab kesiswaan menyampaikan beberapa kasus yang dihadapi oleh guru berkaitan dengan siswa yang terindikasi mengalami adiksi internet serta penanganan yang telah dilakukan. Pengabdi memberikan apresiasi untuk penanganan yang sudah dilakukan oleh dewan guru dan juga memberikan penguatan tentang tindakan lainnya yang mungkin bisa dilakukan oleh guru terkait dengan masalah adiksi internet pada siswa.

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Kegiatan sosialisasi diakhiri dengan pengisian intrumen post-test dan penutup. Hasil penilaian perubahan pengetahuan guru sebelum dan setelah kegiatan sosialisasi dapat dilihat pada Tabel 2. Berdasarkan tabel tersebut maka terdapat peningkatan pengetahuan guru tentang adiksi internet sebesar 11,3%

Tabel 2. Hasil Analisis Pengetahuan Guru tentang Adiksi Internet pada Kegiatan Sosialisasi Adiksi Internet pada MTS di Kota Masohi

Skor Pengetahuan	n	Minimal	Maksimal	Rerata
Pre-test	21	50	80	70,5
Post-test	21	60	100	78,6

c. Pelatihan cerdas berinternet bagi siswa

Pelatihan terdiri dari rangkaian kegiatan yaitu pembukaan, kontrak belajar, Pre-test, Focus Group Discussion tentang pengalaman berinternet, pemberian materi tentang adiksi internet (definisi, factor risiko, tanda gejala, dampak buruk adiksi internet, cerdas berinternet dengan kontrol diri), pernyataan komitmen peserta untuk mengurangi adiksi internet, pembagian jadwal harian untuk control diri dalam berinternet, post-test, dan penutup).

Hasil FGD ditemukan bahwa jenis aplikasi yang paling sering dimainkan oleh siswa laki-laki adalah game online sementara perempuan adalah sosial media. Selaian itu, hasil FGD juga mengungkapkan bahwa siswa menggunkan internet 3-12 jam/hari.

Kegiatan PKM ini juga menemukan bahwa jenis aplikasi yang paling sering digunakan berbeda antara siswa laki-laki dan perempuan. Siswa laki-laki umumnya menggunakan aplikasi *games online* (Mobile Legend dan Free Fire), Youtube untuk mendengarkan music, menonton, atau mengikuti channel yang menyiarkan ulasan tentang *games online*, cerita lucu atau horror pada saat bermain internet. Aplikasi sosial media yang digunakan siswa putra hanya sebatas untuk alasan komunikasi dan saling bertukar informasi, sehingga aplikasis media sosial yang paling sering digunakan adalah Whatsapp.

Berbeda dengan siswa laki-laki, siswa perempuan lebih banyak menghabiskan waktu bermain internet untuk bersosial media (Facebook, Instagram, Tik-Tok, Whatsapp, Capcut, dan Snap Chat/video), membaca novel (wattpad), serta mendengarkan musik di Spotify dan Youtube. Ada juga dua orang siswi yang melaporkan menggunakan internet untuk berbelanja atau hanya sekedar melihat-lihat barang di aplikasi toko online (Tokopedia, Lazada, Shoppe). Temuan kegiatan PKM ini sejalan dengan hasil-hasil penelitian terdahulu (Cleofas & Rocha, 2021; Deslandes & Coutinho, 2020; Rauf & Setyawati, 2022).

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Selanjutnya perubahan pengetahuan siswa juga diukur dengan *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan perubahan rerata skor peserta saat *post-test* maka terjadi peningkatan pengetahuan peserta pelatihan sebesar 11,3%. Adapun hasil analisis pengetahuan siswa tentang adiksi internet dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Analilis Tingkat Pengetahuan Siswa tentang Adiksi Internet pada Kegiatan PKM pelatihan Cerdas berinternet pada Siswa MTS di Kota Masohi

Skor Pengetahuan	n	Minimal	Maksimal	Rerata
Pre-test	55	10	100	70,9
Post-test	55	40	100	80,4

d. Evaluasi

Evaluasi dilakukan sepekan setelah kegiatan pelatihan cerdas berinternet dilakukan. Evaluasi pada siswa dilakukan melalui laporan kegiatan harian yang dikumpulkan selama sepekan. Pengabdi tidak lagi melakukan test adiksi internet dengan instrument KDAI karena intrumen tersebut valid untuk analisis selama 12 bulan terakhir.

Hasil analisis pada aktivitas harian yang dilakukan oleh siswa, menjadi dasar penilaian untuk perubahan perilaku atau kemampuan kontrol diri dalam mengurangi adiksi internet. Berdasarkan hasil penilaian dari jadwal kegiatan yang dikumpulkan oleh siswa, maka dapat disempulkan bahwa siswa secara bertahap dapat mengurangi jumlah jam penggunaan internet sesuai dengan komitmen yang telah dituliskan sebelumnya sehingga mampu mencapai batasan kurang dari 3 jam/hari atau < 20 jam/pekan. Siswa mulai banyak melakukan aktivitas lain yang menyenangkan seperti bermain bola, membantu orang tua, dan rajin mengaji dibandingkan dengan bermain internet.

Beberapa ahli di bidang neurosains dan pendidikan sepakat bahwa tindakan sosialisasi atau edukasi terhadap pihak sekolah, orang tua, dan pemerintah (Chen *et al*., 2020; Cleofas *et al*., 2020; Dong *et al*., 2020; Lin, 2020) juga pelatihan dan konseling bagi siswa tentang penggunaan internet secara bijaksana (Deslandes & Coutinho, 2020; Dubey *et al*., 2020; Eidi, 2020; Kurniasanti *et al*., 2019) merupakan solusi efektif untuk mengatasi masalah adiksi internet pada siswa.

Pada saat evaluasi, tim pengabdi juga menyerahkan banner sebagai sarana sosialisasi gejala adiksi di sekolah (**Gambar 4**). Pihak sekolah kedua sekolah mitra dalam hal ini Kepala Sekolah MTSN 2 Maluku Tengah dan MTS Nurul Falah Masohi menyatakan rencana tindak lanjut dari kegiatan PKM ini adalah:

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

1) Tim pengabdi akan diundang sebagai pemateri pada saat kegiatan penerimaan raport untuk memberikan sosialisasi atau edukasi kepada orang tua siswa terkait dengan adiksi internet.
2) Sekolah akan memasukkan kegiatan sosialisasi adiksi internet sebagai agenda rutin sekolah pada program parenting yang biasanya terjadwal setiap semester berjalan.



Gambar 4. *Banner* Kiat Mengurangi Adiksi Internet

4. Kesimpulan

Kesimpulan yang diperoleh dari kegiatan PKM ini adalah rangkaian kegiatan pelatihan cerdas berinternet terbukti dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan ketrampilan siswa tentang cara cerdas menggunakan internet untuk mengatasi adiksi internet pada MTS di Kota Masohi Kabupaten Malteng. Hal ini dibuktikan dengan peningkatan siswa secara setelah pelatihan sebesar 11,3%, dan penurunan adiksi internet pada 30% siswa melalui pengurangan durasi penggunaan internet dalam sehari menjadi maksimal 2 jam/hari.

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

5.Ucapan Terimakasih

Ucapan terima kasih disampaiakan kepada Direktur Poltekkes Kemenkes Maluku untuk pendanaan Kegiatan PKM. Kepala Seksi Pendidikan Islam Kemenag Malteng, Kepala Sekolah MTSN 2 Malteng, serta Kepala Sekolah MTS Nurul Falah Masohi atas dukungan dan kerjasama selama pelaksanaan kegiatan PKM.

6. Daftar Pustaka

Chen, H. C., Wang, J. Y., Lin, Y. L., & Yang, S. Y. (2020). Association of internet addiction with family functionality, depression, self-efficacy and self-esteem among early adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(23), 1–13. https://doi.org/10.3390/ijerph17238820

Cleofas, J. V., & Rocha, I. C. N. (2021). Demographic, gadget and internet profiles as determinants of disease and consequence related COVID-19 anxiety among Filipino college students. *Education and Information Technologies*, *0123456789*. https://doi.org/10.1007/s10639-021-10529-9

Cleofas, J. V, Christopher, I., Qazi, A., Naseer, K., Qazi, J., Alsalman, H., Naseem, U., Singal, A., Bansal, A., Chaudhary, P., Singh, H., Patra, A., Chiodini, J., Camargo, C. P., Tempski, P. Z., Fabio, I. I., Busnardo, F., Arruda, I. I. I. M. De, Lischer, S., … Pakpour, A. H. (2020). Psychological Problems among Italian Students in. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *12*(January), 1–16. https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100307

Departemen Ilmu Kesehatan Jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. (2022). *Kecanduan Internet*. https://kdai-online.id/

Deslandes, S. F., & Coutinho, T. (2020). The intensive use of the internet by children and adolescents in the context of COVID-19 and the risks for self-inflicted violence. *Ciencia e Saude Coletiva*, *25*, 2479–2486. https://doi.org/10.1590/1413-81232020256.1.11472020

Dong, H., Yang, F., Lu, X., & Hao, W. (2020). Internet Addiction and Related Psychological Factors Among Children and Adolescents in China During the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Epidemic. *Frontiers in Psychiatry*, *11*(September), 1–9. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.00751

Dubey, M. J., Ghosh, R., Chatterjee, S., Biswas, P., Chatterjee, S., & Dubey, S. (2020). COVID-19 and addiction Mahua. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, *January*.

Eidi, A. (2020). Internet Addiction is Likely to Increase in Home Quarantine Caused by Coronavirus Disease 2019 (COVID 19). *Journal of Health Sciences and Surveillance System*, *8*(3), 142–143. https://jhsss.sums.ac.ir/article_46739.html

Emis Kementrian Agama (2022).Gerbang Data Pendidikan Kementrian Agama. https://emis.kemenag.go.id/

Fazeli, S., Mohammadi Zeidi, I., Lin, C. Y., Namdar, P., Griffiths, M. D., Ahorsu, D. K., & Pakpour, A. H. (2020). Depression, anxiety, and stress mediate the associations between internet gaming disorder, insomnia, and quality of life during the COVID-19 outbreak. *Addictive Behaviors Reports*, *12*(October),

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

100307. https://doi.org/10.1016/j.abrep.2020.100307

Gultom, S. A., Wardani, N. D., & Fitrikasari, A. (2018). Hubungan Adiksi Internet Dengan Prokrastinasi. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, *7*(1), 330–347. http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/8853

Guntoro, G., Lisnawita, L., & Sadar, M. (2019). Pelatihan Internet Sehat dan Aman bagi Siswa SMK Masmur Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, *4*(2), 223–230. https://doi.org/10.30653/002.201942.105

Hakkam, M. T., Levani, Y., & Utama, M. R. (2020). The Potential Addiction of Internet Use in Indonesian Adolescents in the Early Period of the Covid-19 Pandemic. *Hang Tuah Medical Journal*, *17*(2), 102. http://journal-medical.hangtuah.ac.id/index.php/jurnal1/article/view/437/89

Husni, N. L., Handayani, A. S., & ... (2017). Pelatihan Penggunaan Internet secara Tepat dan Sehat Bagi Guru dan Siswa Di MTS Ar-Rahman Palembang Guna Meningkatkan Kreativitas serta Kesadaran Guru …. *... Research Seminar (ARS ...*, *3*(1), 127–131. http://www.seminar.ilkom.unsri.ac.id/index.php/ars/article/view/1735

Kurniasanti, K. S., Assandi, P., Ismail, R. I., Nasrun, M. W. S., & Wiguna, T. (2019). Internet addiction: A new addiction? *Medical Journal of Indonesia*, *28*(1), 82–91. https://doi.org/10.13181/mji.v28i1.2752

Lin, M. P. (2020). Prevalence of internet addiction during the covid-19 outbreak and its risk factors among junior high school students in Taiwan. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(22), 1–12. https://doi.org/10.3390/ijerph17228547

Mheidly, N., Fares, M. Y., & Fares, J. (2020). Coping With Stress and Burnout Associated With Telecommunication and Online Learning. *Frontiers in Public Health*, *8*(November). https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.574969

Nakayama, H., & Higuchi, S. (2015). Internet addiction. In *Nihon rinsho. Japanese journal of clinical medicine* (Vol. 73, Issue 9). https://doi.org/10.4018/jitr.297120

Nursiyah, & Sulistiowati, S. (2022). gambaran Tingkat Adiksi terhadap gadget dan Interaksi Sosial pada Remaja di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keris Husada*, *6*(1), 129–140.

Pfefferbaum, B., & North, C. S. (2020). Mental Health and the Covid-19 Pandemic. *New England Journal of Medicine*, *383*(6), 508–510. https://doi.org/10.1056/nejmp2013466

Putri, T. H., Program, D. P., Keperawatan, S., Kedokteran, F., Tanjungpura, U., Hadari, J. H., & Bansir, N. (2021). Kecanduan Internet Pada Anak Sekolah Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, *9*(4), 745–752.

Ratulangi, A. G., Kairupan, B. H. R., & Dundu, A. E. (2021). Adiksi Internet Sebagai Salah Satu Dampak Negatif Pembelajaran Jarak Jauh Selama Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik:JBM*, *13*(3), 251. https://doi.org/10.35790/jbm.13.3.2021.31957

Rauf, S., & Setyawati, N. D. (2022). Madrasah Tsanawiyah Student Smartphone Behavior and Parental Characteristics in Relationship to Smartphone Overuse. *AT-Tarbiyat (Jurnal Pendidikan Islam)*, *05*(01), 9–21.

Savarese, G., Curcio, L., Elia, D. D., Fasano, O., & Pecoraro, N. (2020). Online University Counselling Services and Psychological Problems among Italian

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Students in Lockdown Due to Covid-19. *Healthcare*, *8*(440), 1–16.

Szczepańska, A., & Pietrzyka, K. (2021). The COVID-19 epidemic in Poland and its influence on the quality of life of university students (young adults) in the context of restricted access to public spaces. *Journal of Public Health (Germany)*. https://doi.org/10.1007/s10389-020-01456-z

Volkow, N. D. (2020). Collision of the COVID-19 and Addiction Epidemics. *Annals of Internal Medicine*, *173*(1), 61–62. https://doi.org/10.7326/M20-1212

©To Maega | Jurnal Pengabdian Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA 4.0 license (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).