

ABSTRACT

Internet addiction is a psychological disorder caused by excessive internet usage and can affect social life, as well as individual health. In general, internet addiction is similar to other diseases that shows a tendency to become addicted, such as addiction to drugs, alcohol, or betting. One of the impacts from internet addiction is changes in the level of one's physical activity. Some studies have found a connection between internet addiction and physical activity. People with internet addiction usually have sedentary lifestyle, in which they tend to have low level of physical activity. This study aims to find a relationship between internet addiction and physical activity in UNTAR Faculty of medicine students of class 2017. By using the cross sectional method, data from 148 respondents for both variables were obtained using the Internet Addiction Test by Young & Global Physical Assessment Questionnaire, which was then processed and classified based on groups: respondents with internet addiction, without internet addiction, with low physical activity, moderate and high physical activity. Of the 148 respondents, 56% had internet addiction, and 44% did not have internet addiction. For the results of physical activity, it was found that 27.7% had a low level of physical activity, 50.7% had a moderate level of physical activity, and 21.6% had a high level of physical activity. Respondents were at the range of 17-21 years old, with the average of 19.26 years, and the median of 19 years. The sex distribution of 148 respondents was: male (29.7%) and female (70.3%). Prevalence Ratio of 1.35 was obtained, which showed that the variable is a risk factor. However, calculations using the chi-squared test ($p = 0.266$) did not show a statistically significant relationship.

Keywords: Internet, Internet Addiction, Physical Activity, Level of Physical Activity

ABSTRAK

Internet adiksi adalah sebuah gangguan psikologis akibat pemakaian internet yang berlebihan dan dapat mempengaruhi kehidupan sosial, juga kesehatan individu. Pada umumnya, internet adiksi serupa dengan penyakit lain yang memiliki kecenderungan untuk menjadi ketagihan, seperti adiksi terhadap narkoba, alkohol, maupun taruhan. Dampak internet adiksi antara lain dapat mengakibatkan perubahan tingkat aktivitas fisik seseorang. Beberapa penelitian menemukan hubungan antara internet adiksi dengan aktivitas fisik. Orang dengan internet adiksi biasanya memiliki kebiasaan sedentari, dimana orang yang memiliki kebiasaan ini cenderung memiliki tingkat aktivitas fisik yang rendah; Penelitian ini bertujuan untuk mencari adanya hubungan antara internet adiksi dengan aktivitas fisik pada mahasiswa FK UNTAR angkatan 2017. Dengan menggunakan metode *cross sectional*, 148 responden didapatkan data untuk kedua variabel dengan menggunakan kuesioner *Internet Addiction Test By Young & Global Physical Assessment Questionnaire* yang kemudian diolah berdasarkan kelompok: memiliki internet adiksi, dan yang tidak memiliki internet adiksi. Kemudian untuk variabel aktivitas fisik responden akan dibagi sesuai dengan tingkat aktivitas fisik rendah dan tingkat aktivitas fisik sedang-berat. Dari 148 responden didapatkan sebanyak 56% memiliki internet adiksi, dan 44% tidak memiliki internet adiksi. Untuk hasil aktivitas fisik didapatkan 27.7% memiliki tingkat aktivitas fisik rendah, 50.7% memiliki tingkat aktivitas fisik sedang, dan 21.6% memiliki tingkat aktivitas fisik tinggi. Responden ada pada rentang usia antara 17-21 tahun, dengan rerata 19.26 tahun, dan median 19 tahun. Distribusi jenis kelamin dari 148 responden adalah: laki-laki (29.7%) dan perempuan (70.3%). Didapatkan *Prevalence Ratio* sebesar 1.35, yang menunjukkan bahwa variabel merupakan faktor resiko. Namun, perhitungan menggunakan *chi-squared test* ($p=0,266$) tidak menunjukkan hubungan bermakna secara statistik.

Kata kunci: Internet, Internet Adiksi, Aktivitas Fisik, Tingkat Aktivitas Fisik