SKRIPSI

HUBUNGAN KECANDUAN INTERNET DENGAN KECEMASAN PADA REMAJA KELAS XI DI SMK NEGERI 1 PONOROGO

Oleh :
AWANDA SHOFI AMILIA PUTRI
NIM 202202010

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

SKRIPSI

HUBUNGAN KECANDUAN INTERNET DENGAN KECEMASAN PADA REMAJA KELAS XI DI SMK NEGERI 1 PONOROGO

Diajukan Untuk Memenuhi Syarat Mencapai Gelar Sarjana Keperawatan (S. Kep)

Oleh :
AWANDA SHOFI AMILIA PUTRI
NIM 202202010

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh :

Nama	: Awanda Shofi Amilia Putri
NIM	: 202202010
Program Studi	: Keperawatan
Judul	: HUBUNGAN KECANDUAN INTERNET DENGAN *KECEMASAN PADA REMAJA KELAS XI DI SMK* NEGERI 1 PONOROGO

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada tanggal 9 Februari 2026

Oleh :

Pembimbing I	Pembimbing II
(Priyoto., S.Kep.,Ns., M.Kes)	(Zaenal Abidin,SKM.,M.Kes (Epid))
NUPTK. 0357760661130283	NUPTK. 7249754655130123

Mengetahui,
Ketua Program Studi Keperawatan

(Mega Arianti Putri, S.Kep., Ns., M.Kep)
NUPTK. 9933767668237032

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh :

Nama	: Awanda Shofi Amilia Putri
NIM	: 202202010
Program Studi	: Keperawatan
Judul	: HUBUNGAN KECANDUAN INTERNET DENGAN KECEMASAN PADA REMAJA KELAS XI DI SMK NEGERI 1 PONOROGO

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Tanggal: 12 Februari 2026

Dewan Penguji

Ketua	:	Asrina Pitayanti, S. Kep., Ns., M.Kes NUPTK. 5243759660231063	:.....
Penguji I	:	Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes NUPTK. 0357760661130283	:.....
Penguji II	:	Zaenal Abidin,SKM.,M.Kes (Epid) NUPTK. 7249754655130123	:.....

Mengesahkan
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua,

Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Awanda Shofi Amilia Putri
NIM	: 202202010
Judul	: HUBUNGAN KECANDUAN INTERNET DENGAN KECEMASAN PADA REMAJA KELAS XI DI SMK NEGERI 1 PONOROGO

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana keperawatan (S.Kep) di suatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan, baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar pustaka.

Madiun, 3 November 2025



Awanda Shofi Amilia Putri
NIM. 202202010

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya”
(Q.S Al-Baqarah : 286)

“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji,
Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan”
(Q.S Al-Insyirah : 5-6)

“Tidak ada mimpi yang terlalu tinggi dan tidak ada mimpi yang patut di remehkan. Lambungkan setinggi yang kau inginkan dan gapailah dengan selayaknya yang kau harapkan”
(Maudy Ayunda)

“Perang telah usai, aku bisa pulang
Kubaringkan panah dan berteriak MENANG!!!”
(Nadin Amizah)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Awanda Shofi Amilia Putri

Tempat Tanggal Lahir : Ponorogo, 8 April 2003

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Dukuh Turi II RT 002/RW 002 Desa Turi
Kecamatan Jetis Kabupaten Ponorogo

Email : awanda.shofi2018@gmail.com

Riwayat Pendidikan :

1. TK Islam Dzikrullah (2007-2009)
2. SD Negeri Turi (2009-2015)
3. MTs Negeri 1 Ponorogo (2015-2018)
4. SMK Kesehatan Bakti Indonesia Medika Ponorogo (2018-2021)
5. STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun (2022-sekarang)

Riwayat Pekerjaan : Belum bekerja

KATA PENGANTAR

Puji Syukur saya panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul "Hubungan Kecanduan Internet Dengan Kecemasan Pada Remaja Kelas XI Di SMK Negeri 1 Ponorogo" dengan baik. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) dan dalam proses penyusunan skripsi ini tentu tidak lepas dari bimbingan, saran dan motivasi kepada penulis. Untuk itu dalam kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Joko Wilis Putro, M.Pd selaku kepala sekolah SMK Negeri 1 Ponorogo yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian di SMK Negeri 1 Ponorogo
2. Ibu Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian ini.
3. Ibu Mega Arianti, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua Prodi S1 Keperawatan yang telah memberikan arahan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Priyoto, S.Kep., Ns., M.Kes selaku dosen pembimbing I yang dengan penuh kesabaran telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan arahan, bimbingan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini hingga dapat diselesaikan dengan baik.

5. Bapak Zaenal Abidin, SKM., M.Kes (Epid) selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta masukan yang kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini hingga terselesaikan.
6. Ayah, Ibu, dan adik penulis yang senantiasa memberikan doa, kasih sayang, dukungan moral maupun materi, serta semangat yang tiada henti kepada penulis dalam menempuh pendidikan hingga terselesaikannya skripsi ini. Tanpa doa dan pengorbanan orang tua, penulis tidak akan mampu menyelesaikan pendidikan dan penyusunan skripsi ini dengan baik.
7. Teman- teman dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah menjadi bagian dari perjalanan ini. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, serta motivasi yang selalu diberikan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

Akhir kata penulis sampaikan terimakasih sebanyak-banyaknya kepada semua pihak yang telah berperan serta dalam penyusunan skripsi ini dari awal sampai akhir. Semoga Allah SWT senantiasa meridhoi segala usaha kita

Madiun, 3 November 2025

Awanda Shofi Amilia Putri
NIM. 202202010

ABSTRAK

HUBUNGAN KECANDUAN INTERNET DENGAN KECEMASAN PADA REMAJA KELAS XI DI SMK NEGERI 1 PONOROGO

Awanda Shofi Amilia Putri

Perkembangan teknologi informasi menjadikan internet sebagai bagian penting dalam kehidupan remaja, khususnya pada bidang pendidikan dan interaksi sosial. Penggunaan internet yang tidak terkontrol berpotensi menimbulkan dampak psikologis, salah satunya kecemasan. Remaja merupakan kelompok usia yang rentan terhadap kecanduan internet karena berada pada fase perkembangan emosional, pencarian jati diri, serta kemampuan kontrol diri yang belum optimal. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kecanduan internet dengan tingkat kecemasan pada remaja kelas XI di SMK Negeri 1 Ponorogo.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Ponorogo dengan jumlah sampel sebanyak 198 responden yang diambil menggunakan teknik *Proportional Random Sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu Internet Addiction Test untuk mengukur tingkat kecanduan internet dan Hamilton Anxiety Rating Scale untuk mengukur tingkat kecemasan. Analisis data dilakukan menggunakan uji Spearman Rank.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecanduan internet pada kategori sedang, sedangkan tingkat kecemasan berada pada kategori normal. Hasil uji statistik menunjukkan nilai p-value sebesar 0,000 dengan r = 0,285, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kecanduan internet dan tingkat kecemasan pada remaja tetapi dalam kategori hubungan lemah.

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kecanduan internet memiliki hubungan yang signifikan dengan kecemasan pada remaja kelas XI. Oleh karena itu, diperlukan peran aktif sekolah, keluarga, dan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi, pengawasan, serta pendampingan terkait penggunaan internet yang sehat guna menjaga kesejahteraan mental remaja secara berkelanjutan.

Kata Kunci: Kecanduan Internet, Kecemasan, Remaja, Siswa SMK

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERNET ADDICTION AND ANXIETY AMONG ELEVENTH-GRADE ADOLESCENTS AT SMK NEGERI 1 PONOROGO

Awanda Shofi Amilia Putri

The development of information technology has made the internet an essential part of adolescents' lives, particularly in the fields of education and social interaction. Uncontrolled internet use may lead to psychological impacts, one of which is anxiety. Adolescents are a vulnerable age group to internet addiction because they are in a phase of emotional development, identity formation, and have not yet achieved optimal self-control. This study aimed to analyze the relationship between internet addiction and anxiety levels among eleventh-grade adolescents at SMK Negeri 1 Ponorogo.

This study employed a quantitative method with a cross-sectional design. The research population consisted of all eleventh-grade students at SMK Negeri 1 Ponorogo, with a total sample of 198 respondents selected using proportional random sampling. The instruments used were the Internet Addiction Test to measure the level of internet addiction and the Hamilton Anxiety Rating Scale to assess anxiety levels. Data analysis was conducted using the Spearman Rank test.

The results showed that most respondents experienced moderate internet addiction, while anxiety levels were predominantly in the normal category. Statistical analysis revealed a p-value of 0.000 with a correlation coefficient r = 0.285, indicating a significant relationship between internet addiction and anxiety levels among adolescents, although the strength of the relationship was categorized as weak.

This study concludes that internet addiction has a significant relationship with anxiety among eleventh-grade adolescents. Therefore, active involvement from schools, families, and health professionals is needed to provide education, supervision, and guidance regarding healthy internet use in order to maintain adolescents' mental well-being on an ongoing basis.

Keywords: Internet Addiction, Anxiety, Adolescents, Vocational High School Students

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN ..... **i**
SAMPUL DALAM ..... **ii**
LEMBAR PERSETUJUAN ..... **iii**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **iv**
HALAMAN PERNYATAAN ..... **v**
MOTTO ..... **vi**
DAFTAR RIWAYAT HIDUP ..... **vii**
KATA PENGANTAR ..... **viii**
ABSTRAK ..... **x**
ABSTRACT ..... **xi**
DAFTAR ISI ..... **xii**
DAFTAR TABEL ..... **xv**
DAFTAR GAMBAR ..... **xvi**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xvii**
DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH ..... **xviii**
BAB 1 PENDAHULUAN ..... Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.2 Rumusan Masalah ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3 Tujuan Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3.1 Tujuan Umum ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.3.2 Tujuan Khusus ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4 Manfaat Penelitian ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4.1 Manfaat Teoritis ..... **Error! Bookmark not defined.**
1.4.2 Manfaat Praktis ..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB II TINJAUAN PUSTAKA ..... Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Kecemasan ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.1 Definisi Kecemasan ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.2 Gejala Kecemasan ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.3 Faktor Penyebab Kecemasan ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.4 Rentang Respon Kecemasan ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.5 Tingkat Kecemasan ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.6 Pengukuran Tingkat Kecemasan **Error! Bookmark not defined.**
2.2.7 Kecemasan Pada Remaja ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2 Konsep Kecanduan Internet *(Internet Addiction)* **Error! Bookmark not defined.**
2.2.1 Definisi Kecanduan Internet ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.2 Klasifikasi Penggunaan Internet **Error! Bookmark not defined.**
2.2.3 Jenis Kecanduan Internet ..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.4 Dampak Kecanduan Internet Pada Remaja .... **Error! Bookmark not defined.**

2.2.5 Faktor Penyebab Kecanduan Internet..... **Error! Bookmark not defined.**
2.2.6 Pengukuran Kecanduan Internet **Error! Bookmark not defined.**
2.2.7 Gejala Kecanduan Internet .....**Error! Bookmark not defined.**
2.2.8 Kecanduan Pada Remaja .....**Error! Bookmark not defined.**
2.2.9 Kriteria Kecanduan Internet .....**Error! Bookmark not defined.**
2.3 Hubungan Kecanduan Internet Dengan Kecemasan Pada Remaja **Error! Bookmark not defined.**
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN ..... Error! Bookmark not defined.
3.1 Kerangka Konseptual .....**Error! Bookmark not defined.**
3.2 Hipotesis Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
BAB IV METODE PENELITIAN..... Error! Bookmark not defined.
4.1 Desain Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
4.2 Populasi dan Sampel .....**Error! Bookmark not defined.**
4.2.1 Populasi.....**Error! Bookmark not defined.**
4.2.2 Sampel .....**Error! Bookmark not defined.**
4.2.3 Teknik Sampling.....**Error! Bookmark not defined.**
4.3 Kerangka Kerja .....**Error! Bookmark not defined.**
4.4 Identifikasi Variabel.....**Error! Bookmark not defined.**
4.4.1 Variabel Independent.....**Error! Bookmark not defined.**
4.4.2 Variabel Dependent .....**Error! Bookmark not defined.**
4.5 Definisi Operasional.....**Error! Bookmark not defined.**
4.6 Instrumen Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
4.6.1 Kuesioner Sosio Demografi.....**Error! Bookmark not defined.**
4.6.2 Kuesioner Internet Addiction Test (IAT) **Error! Bookmark not defined.**
4.6.3 Kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) ..... **Error! Bookmark not defined.**
4.7 Uji Validitas dan Reliabilitas .....**Error! Bookmark not defined.**
4.7.1 Uji Validitas.....**Error! Bookmark not defined.**
4.7.2 Uji Reliabilitas .....**Error! Bookmark not defined.**
4.8 Waktu Dan Tempat Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
4.8.1 Tempat Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
4.8.2 Waktu Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
4.9 Prosedur Pengumpulan Data.....**Error! Bookmark not defined.**
4.10 Pengolahan Data Dan Analisis Data .....**Error! Bookmark not defined.**
4.10.1 Pengolahan Data .....**Error! Bookmark not defined.**
4.10.2 Analisis Data.....**Error! Bookmark not defined.**
4.11 Etika Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... Error! Bookmark not defined.

5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
5.2 Hasil Penelitian .....**Error! Bookmark not defined.**
5.2.1 Data Umum Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
5.2.2 Data Khusus Penelitian.....**Error! Bookmark not defined.**
5.3 Pembahasan.....**Error! Bookmark not defined.**
5.3.1 Kecanduan Internet Pada Remaja Kelas XI Di SMK Negeri 1 Ponorogo.....**Error! Bookmark not defined.**
5.3.2 Kecemasan Pada Remaja Kelas XI Di SMK Negeri 1 Ponorogo .....**Error! Bookmark not defined.**
5.3.3 Hubungan Kecanduan Internet Dengan Kecemasan Pada Remaja Kelas XI Di SMK Negeri 1 Ponorogo..... **Error! Bookmark not defined.**
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN..... Error! Bookmark not defined.
6.1 Kesimpulan .....**Error! Bookmark not defined.**
6.2 Saran.....**Error! Bookmark not defined.**
DAFTAR PUSTAKA..... Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN..... Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi Operasional 49
Tabel 4.2 Blue Print Kecanduan Internet 51
Tabel 4.3 Blue Print Kecemasan 52
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia 68
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Jurusan 69
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin 69
Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Penggunaan Internet ... 70
Tabel 5.5 Tingkat Kecanduan Internet 71
Tabel 5.6 Tingkat Kecemasan 71
Tabel 5.7 Analisis Parameter Kuesioner Kecanduan Internet 72
Tabel 5.8 Analisis Parameter Kuesioner Kecemasan 73
Tabel 5.9 Distribusi Tabel Silang Kecanduan Internet Dengan Kecemasan 74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rentang Respon Ansietas 13

Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian Hubungan Kecanduan Internet dengan Kecemasan pada Remaja Kelas XI di SMK Negeri 1 Ponorogo 39

Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian Hubungan Kecanduan Internet dengan Kecemasan pada Remaja Kelas XI di SMK Negeri 1 Ponorogo 47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian 87
Lampiran 2 Surat Balasan Izin Penelitian 88
Lampiran 3 Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian 89
Lampiran 4 Lembar Permohonan Menjadi Responden 90
Lampiran 5 Lembar Persetujuan Menjadi Responden 91
Lampiran 6 Kuisioner 92
Lampiran 7 Tabulasi Data 100
Lampiran 8 Hasil Uji SPSS 123
Lampiran 9 Lembar Bimbingan 130
Lampiran 10 Dokumentasi 131
Lampiran 11 Gantt Chart 132

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

DAFTAR SINGKATAN

WHO	: *World Health Organization*
APJII	: Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet
NCS-A	: *National Comorbidity Survey Adolescent*
IAT	: *Internet Addiction Test*
HARS	: *Hamilton Anxiety Rating Scale*
ZSAS	: *Zung-Self Anxiety Rating Scale*
DASS-21	: *Depression Anxiety Stress Scale-21*
DASS-42	: *Depression Anxiety Stress Scale-42*
GAD-7	: *Generalized Anxiety Disorder 7-Item Scale*

DAFTAR ISTILAH

Cross Sectional	: Potong lintang
Probability Sampling	: Pengambilan sampel acak berpeluang sama
Simple Random Sampling	: Pengambilan sampel acak sederhana
Prevalence	: Prevalensi
Coping	: Penyesuaian diri
Confidentiality	: Kerahasiaan
Informed Consent	: Persetujuan setelah penjelasan
Evaluation	: Evaluasi
Application	: Penerapan
Analysis	: Analisis

Editing	: Penyuntingan
Anonymity	: Anonimitas
Enabling factors	: Faktor pemungkin
Comprehension	: Pemahaman
Cyber-sexual addiction	: Kecanduan seksual internet
Computer addiction	: Kecanduan komputer
Cyber-relational addiction	: Kecanduan berhubungan dalam dunia internet
Information Overload	: Kecanduan informasi internet
Salience	: Internet jadi prioritas utama
Mood Modification	: Mengubah mood dengan internet
Tolerance	: Butuh waktu lebih lama
Withdrawal	: Tidak nyaman tanpa internet
Conflict	: Masalah karena internet
Relapse	: Kembali berlebihan