

HUBUNGAN ANTARA KETAGIHAN INTERNET DENGAN
KEGELISAHAN DAN KEMURUNGAN
DI KALANGAN PELAJAR SEKOLAH MENENGAH DI DAERAH KLUANG

TAN LEM BENG

Laporan projek ini dikemukakan sebagai memenuhi sebahagian
syarat penganuerahan ijazah
Sarjana Pendidikan (Pengkhususan)

Sekolah Pendidikan
Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan
Universiti Teknologi Malaysia

OGOS 2021

DEDIKASI

Laporan projek ini didedikasikan khas buat ibu dan ayah tercinta, Tan Leong Seng
@ Tan Seng Khoon dan Yu Sow Kee.

PENGHARGAAN

Saya ingin menghulurkan jutaan penghargaan kepada penyelia tesis saya, ahli akademik, rakan seperjuangan dan ahli keluarga saya yang telah memberi bimbingan dan sokongan moral kepada saya untuk menyempurnakan tesis ini.

Semasa proses menyempurnakan tesis ini, saya telah menghadapi pelbagai cabaran dari segi bahan rujukan, teknik menggunakan perisian SPSS dan templat UTM, di samping perlu memberi perhatian dalam tugas saya sebagai seorang pendidik dan watak dalam keluarga. Pelbagai rintangan telah saya hadapinya dan berjaya mengharunginya dengan adanya sokongan ilmu dan kemahiran serta sokongan moral daripada kesemua pihak yang telah menyumbang jasa ke atas kejayaan tesis ini.

Saya ingin mengucapkan jutaan penghargaan kepada penyelia tesis utama saya iaitu Dr Zakiah Mohamad Ashari yang telah memberikan banyak bimbingan dan galakan kepada saya. Keprihatin beliau telah memberi motivasi kepada saya untuk terus berusaha. Saya juga menghargai jasa baik daripada semua pensyarah yang telah mendidik saya selama ini. Begitu juga dengan rakan seperjuangan sentiasa bersama saya untuk menghadapi cabaran.

Saya juga ingin mengungkapkan penghargaan kepada Universiti Teknologi Malaysia yang telah memberikan peluang kepada saya untuk menyempurnakan Sarjana Pendidikan (Psikologi Pendidikan). Saya tidak lupa juga mengucapkan ribuan terima kasih kepada semua pelajar pesisir Kluang yang merupakan rakan-rakan seperjuangan saya dalam tempoh pengajian ini dan persahabatan telah wujud antara kita semua. Ahli keluargalah yang memberikan sokongan penuh dan semangat kuat kepada saya dan bersama-sama menghadapi cabaran. Jasa ini akan saya simpan dalam hati buat selama-lamanya.

Sekali lagi saya mengucapkan terima kasih kepada semua.

ABSTRAK

Ketagihan internet dan perkaitannya dengan risiko psikologi menjadi suatu fenomena yang kritikal di peringkat global mahupun di Malaysia, terutamanya dalam kalangan remaja. Memandangkan isu yang kritikal ini maka penyelidik menjalankan kajian untuk mengenal pasti hubungan antara ketagihan internet dengan kegelisahan dan kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah. Kajian ini dijalankan bagi mengenalpasti tahap ketagihan internet mengikut julat umur dalam lingkungan umur 13 hingga 18 tahun. Sampel kajian terdiri daripada 126 orang pelajar dari sekolah menengah Daerah Kluang. Kajian ini dijalankan bagi mengenalpasti tahap ketagihan internet mengikut julat umur dalam lingkungan umur 13 hingga 18 tahun. Sampel kajian terdiri daripada 126 orang pelajar dari sekolah menengah Daerah Kluang. Objektif kajian ini adalah untuk mengenalpasti tahap ketagihan internet, tahap kegelisahan dan tahap kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah Daerah Kluang. Objektif seterusnya bertujuan untuk mengenalpasti hubungan di antara ketiga-tiga pembolehubah ini. Reka bentuk kajian ini adalah deskriptif dengan kaedah korelasi. Instrumen yang digunakan berbentuk soal selidik dengan Ujian Ketagihan Internet oleh Kimberly Young (1998), Inventori Depresi Beck (BDI) dan Beck Anxiety Inventory (BAI) dibangun oleh Aaron T. Beck. Data dianalisis dengan menggunakan perisian Statistical Package for Social Science (SPSS Versi 23) iaitu ujian Korelasi Spearman. Dapatan kajian menunjukkan seramai 59 responden (46.8%) adalah pengguna biasa internet, 58 responden (46%) berada pada tahap rendah, 8 responden (6.3%) berada pada tahap sederhana, manakala 1 responden (0.8%) berada pada tahap ketagihan internet yang tinggi. Dapatan kajian menunjukkan responden yang menggunakan masa untuk melayari internet kurang daripada satu jam sehari seramai 4 orang (3.2%), manakala 2 hingga 4 jam berjumlah 17 orang (13.5%), manakala responden yang menggunakan masa lebih daripada 5 jam seramai 49 orang (38.9%), dan 56 orang (44.4%) menggunakan internet pada bila-bila masa sahaja. Berdasarkan dapatan kajian, seramai 17 responden (13.5%) tidak wujud symptom-symptom kegelisahan, seramai 109 responden (86.5%) berada pada tahap rendah kegelisahan, manakala tidak terdapat responden (0%) berada pada tahap tinggi kegelisahan. Dapatan kajian menunjukkan 58 responden (46%) berada pada tahap rendah kemurungan seramai 8 responden (6.3%) berada pada tahap sederhana kemurungan, manakala 1 responden (0.8%) berada pada tahap tinggi kemurungan, dan sebanyak 59 (46.8%) responden tidak wujud gejala kemurungan. Dapatan kajian menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara ketagihan internet dengan kegelisahan ($r = 0.309$) dan kemurungan ($r = 0.400$). Kesimpulannya, hasil kajian menunjukkan wujud hubungan korelasi antara pembolehubah ketagihan internet, kegelisahan dan kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah Daerah Kluang. Dapatan kajian boleh digunakan sebagai panduan bagi pihak penyelidik, golongan remaja, ahli keluarga dan masyarakat. Kajian ini membolehkan penyelidik memperolehi pengalaman untuk meneliti fenomena masyarakat dengan cara yang saintifik, dan menjadi panduan kepada remaja, ahli keluarga dan masyarakat untuk membanteras gejala sosial yang dihadapi oleh golongan remaja yang terjerumus dalam ketagihan internet. Kata kunci : ketagihan internet, kegelisahan, kemurungan.

ABSTRACT

Internet addiction and its association with psychological risk has become a critical phenomenon globally as well as in Malaysia, especially among adolescents. Given this critical issue the researchers conducted a study to identify the relationship between internet addiction with anxiety and depression among high school students. This study was conducted to identify the level of internet addiction according to the age range in the age range of 13 to 18 years. The study sample consisted of 126 students from secondary schools in Kluang District. This study was conducted to identify the level of internet addiction according to the age range in the age range of 13 to 18 years. The study sample consisted of 126 students from secondary schools in Kluang District. The objective of this study is to identify the level of internet addiction, the level of anxiety and the level of depression among secondary school students in Kluang District. The next objective aims to identify the relationship between these three variables. The design of this study was descriptive with correlation method. The instruments used were in the form of questionnaires with the Internet Addiction Test by Kimberly Young (1998), the Beck Depression Inventory (BDI) and the Beck Anxiety Inventory (BAI) created by the renowned American psychologist Aaron T. Beck. Data were analyzed using Statistical Package for Social Science (SPSS Version 23) software that is Spearman Correlation test. The findings of the study showed that 59 respondents (46.8%) were regular internet users, 58 respondents (46%) were at a low level, 8 respondents (6.3%) were at a moderate level, while 1 respondent (0.8%) was at a high level of internet addiction. height. The findings of the study showed that respondents who used time to surf the internet less than one hour a day were 4 people (3.2%), while 2 to 4 hours were 17 people (13.5%), while respondents who spent more than 5 hours were 49 people (38.9) %, and 56 people (44.4%) use the internet at any time. Based on the findings of the study, a total of 17 respondents 13.5 (%) did not have symptoms of anxiety, a total of 109 respondents (86.5%) were at a low level of anxiety, while no respondents (0%) were at a high level of anxiety. The findings of the study showed that 58 respondents (46%) were at a low level of depression, 8 respondents (6.3%) were at a moderate level of depression, while 1 respondent (0.8%) was at a high level of depression, and 59 (46.8%) respondents did not exist. depressive symptoms. The findings showed that there was a significant relationship between internet addiction with anxiety ($r = 0.309$) and depression ($r = 0.400$). In conclusion, the results show that there is a correlation between the variables of internet addiction, anxiety and depression among secondary school students in Kluang District. The findings of the study can be used as a guide on behalf of researchers, adolescents, family members and the community. This study allows researchers to gain experience to examine the phenomenon of society in a scientific way, and be a guide to adolescents, family members and society to combat social symptoms faced by adolescents who fall into internet addiction. Keywords: internet addiction, anxiety, depression.

SENARAI KANDUNGAN

	TAJUK	MUKA SURAT
	PENGAKUAN	iii
	DEDIKASI	iv
	PENGHARGAAN	v
	ABSTRAK	vi
	ABSTRACT	vii
	SENARAI KANDUNGAN	viii
	SENARAI JADUAL	xiii
	SENARAI RAJAH	xv
	SENARAI SINGKATAN	xvi
	SENARAI SIMBOL	xvii
	SENARAI LAMPIRAN	xviii
BAB 1	Pengenalan	1
	1.1 Pendahuluan	1
	1.2 Latar Belakang Masalah	3
	1.3 Penyataan Masalah	6
	1.4 Objektif Kajian	10
	1.5 Persoalan Kajian	11
	1.6 Hipotesis Kajian	11
	1.7 Kerangka Teori	11
	1.8 Kerangka Konsep Kajian	12
	1.9 Kepentingan Kajian	15
	1.9.1 Penyelidik	15
	1.9.2 Golongan Remaja	15
	1.9.3 Masyarakat	16
	1.9.4 Ahli Keluarga	16

1.10	Skop Kajian	16
1.11	Definisi Kajian	17
1.11.1	Gangguan Ketagihan Internet	17
1.11.2	Kegelisahan	18
1.11.3	Kemurungan	19
1.11.4	Pelajar Sekolah Menengah	19
1.12	Rumusan	20
BAB 2	SOROTAN KAJIAN	21
2.1	Pengenalan	21
2.2	Ketagihan Internet	21
2.3	Kegelisahan Apabila Berlakunya Ketagihan Internet	24
2.4	Kemurungan Apabila Berlakunya Ketagihan	25
2.5	Teori-teori Yang Terlibat Dalam Kajian Ini	26
2.5.1	Teori Hierarki Keperluan Maslow	27
2.5.2	Teori Horney	27
2.5.3	Teori Kemurungan Kognitif Beck (1967)	28
2.6	Kajian-Kajian Lepas	29
2.7	Rumusan	31
BAB 3	METODOLOGI	33
3.1	Pengenalan	33
3.2	Reka Bentuk Kajian	33
3.3	Lokasi Kajian	35
3.4	Populasi dan Sampel Kajian	35
3.5	Pembolehubah Operasional	36
3.6	Kajian Rintis	36
3.7	Instrumen Kajian	38
3.7.1	Bahagian A : Maklumat Demografi	38
3.7.2	Bahagian B : Penggunaan Rangkaian Sosial	39
3.7.3	Bahagian C : Tujuan Penggunaan Internet	39
3.7.4	Bahagian D : Tahap Ketagihan Penggunaan Internet	39
3.7.5	Bahagian E : Tahap Kegelisahan	40

3.7.6	Bahagian F : Tahap Kemurungan	41
3.8	Prosedur Pengumpulan Data	42
3.9	Analisis Data	44
3.10	Rumusan	45
BAB 4	ANALISIS DATA	46
4.1	Pengenalan	46
4.2	Analisis Deskriptif Profil Demografi Responden	46
4.2.1	Umur	47
4.2.2	Jantina	47
4.2.3	Tempat Tinggal	48
4.3	Penggunaan Rangkaian Sosial	48
4.3.1	Kemudahan Peranti	49
4.3.2	Tempoh Waktu Penggunaan Internet Dalam Sehari	49
4.3.3	Media Sosial	50
4.4	Tujuan Penggunaan Internet	51
4.4.1	Tujuan Umum Penggunaan Internet	51
4.4.2	Tujuan Penggunaan Rangkaian Sosial	56
4.5	Ujian Normaliti	59
4.6	Tahap Ketagihan Internet Dalam Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	59
4.6.1	Analisis Data Tahap Ketagihan Penggunaan Internet Dalam Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	61
4.6.2	Analisis Tahap Ketagihan Internet Bagi Setiap Item	63
4.7	Tahap Kegelisahan Dalam Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	70
4.7.1	Analisis Tahap Kegelisahan Dalam Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	70
4.7.2	Analisis Tahap Kegelisahan Bagi Setiap Item	72

4.8	Tahap Kemurungan Dalam Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	77
4.8.1	Analisis Tahap Kemurungan Dalam Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	77
4.8.2	Analisis Tahap Kemurungan Bagi Setiap Item	77
4.9	Analisis Hubungan Antara Ketagihan Internet Dengan Kegelisahan Di Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	86
4.10	Analisis Hubungan Antara Ketagihan Internet Dengan Kemurungan Di Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	87
4.11	Rumusan	88

BAB 5	RINGKASAN, PERBINCANGAN, IMPLIKASI DAN CADANGAN KAJIAN	89
5.1	Pengenalan	89
5.2	Rumusan Dapatan Penyelidikan	89
5.3	Perbincangan Kajian	91
5.3.1	Objektif 1: Untuk Mengenalpasti Tahap Ketagihan Internet Di Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	91
5.3.2	Objektif 3: Untuk Mengenalpasti Tahap Kemurungan Di Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	93
5.3.3	Objektif 4: Untuk Mengenalpasti Hubungan Antara Tahap Ketagihan Internet Dengan Kegelisahan Di Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	95
5.3.4	Objektif 5: Untuk Mengenalpasti Hubungan Antara Tahap Ketagihan Internet Dengan Kemurungan Di Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	96

5.4	Batasan Kajian	98
5.5	Implikasi Kajian	98
5.5.1	Penyelidik	99
5.5.2	Golongan Pelajar	99
5.5.3	Masyarakat	99
5.5.4	Ahli Keluarga	100
5.6	Cadangan Kajian	100
5.7	Rumusan	101
	RUJUKAN	104
	SENARAI PENERBITAN	126

SENARAI JADUAL

NO. JADUAL	TAJUK	MUKA SURAT
Jadual 3.1:	Skala Likert Dalam Instrumen Kajian	40
Jadual 3.2:	Skala Likert Dalam Instrumen Kajian	41
Jadual 3.3:	Interpretasi Nilai Kolerasi	44
Jadual 4.1:	Taburan Responden Berdasarkan Umur	47
Jadual 4.2:	Taburan Responden Berdasarkan Jantina	48
Jadual 4.3:	Taburan Responden Berdasarkan Tempat Tinggal	48
Jadual 4.4:	Taburan Responden Berdasarkan Kemudahan Peranti	49
Jadual 4.5:	Taburan Responden Berdasarkan Tempoh Waktu Penggunaan Internet Dalam Sehari	50
Jadual 4.6:	Taburan Responden Berdasarkan Kekerapan Media Sosial	51
Jadual 4.7:	Taburan Responden Berdasarkan Tujuan Pembelajaran	52
Jadual 4.8:	Taburan Responden Berdasarkan Tujuan Mencari Kenalan	53
Jadual 4.9:	Taburan Responden Berdasarkan Tujuan Berkomunikasi	54
Jadual 4.10:	Taburan Responden Berdasarkan Tujuan Hiburan	54
Jadual 4.11:	Taburan Responden Berdasarkan Tujuan Beli-belah	55
Jadual 4.12:	Taburan Responden Berdasarkan Tujuan Penggunaan Rangkaian Sosial	57
Jadual 4.13:	Taburan Responden Berdasarkan Tujuan Penggunaan Rangkaian Sosial	57
Jadual 4.14:	Ujian Normaliti	59
Jadual 4.15:	Tahap Ketagihan Penggunaan Internet	60
Jadual 4.16:	Purata Dan Sisihan Piawai Tahap Ketagihan Internet (Paksaan)	61
Jadual 4.17:	Purata Dan Sisihan Piawai Tahap Ketagihan Internet (Kesendirian)	61
Jadual 4.18:	Purata Dan Sisihan Piawai Tahap Ketagihan Internet (Gangguan Sosial)	62

Jadual 4.19: Tahap Ketagihan Internet Bagi Item 6, 9, 16, 17, 18 (Paksaan)	63
Jadual 4.20: Tahap Ketagihan Internet Bagi Item 1, 3, 4, 11, 12 (Kesendirian)	65
Jadual 4.21: Tahap Ketagihan Internet Bagi Item 2, 5, 7, 8, 10, 13, 14, 15, 19, 20 (Gangguan Sosial)	67
Jadual 4.22: Purata Dan Sisihan Piawai Tahap Kegelisahan	71
Jadual 4.23: Tahap Kegelisahan Bagi Setiap Item	72
Jadual 4.24: Purata Dan Sisihan Piawai Tahap Kemurungan	77
Jadual 4.25: Tahap Kemurungan Bagi Item Kesedihan	78
Jadual 4.26: Tahap Kemurungan Bagi Item Pesimis	78
Jadual 4.27: Tahap Kemurungan Bagi Item Kegagalan Lalu	79
Jadual 4.28: Tahap Kemurungan Bagi Item Hilang Kepuasan	80
Jadual 4.29: Tahap Kemurungan Bagi Item Rasa Bersalah	80
Jadual 4.30: Tahap Kemurungan Bagi Item Membenci	81
Jadual 4.31: Tahap Kemurungan Bagi Item Idea Bunuh Diri	81
Jadual 4.32 : Tahap Kemurungan Bagi Item Hilang Minat	82
Jadual 4.33: Tahap Kemurungan Bagi Item Sukar Buat Keputusan	83
Jadual 4.34: Tahap Kemurungan Bagi Item Tak Berguna	83
Jadual 4.35: Tahap Kemurungan Bagi Item Hilang Tenaga	84
Jadual 4.36: Tahap Kemurungan Bagi Item Terganggu	85
Jadual 4.37: Tahap Kemurungan Bagi Item Perubahan Selera	85
Jadual 4.38: Hubungan Antara Ketagihan Internet Dengan Kegelisahan Dalam Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	86
Jadual 4.39: Hubungan Antara Ketagihan Internet Dengan Kegelisahan Dalam Kalangan Pelajar Sekolah Menengah	87

SENARAI RAJAH

NO.RAJAH	TAJUK	MUKA SURAT
Rajah 1.1:	Kerangka Teori	12
Rajah 1.2:	Kerangka Konsep Kajian	14
Rajah 3.1:	Reka Bentuk Hubungan Ketagihan Internet Dengan Kegelisahan Dan Kemurungan	34
Rajah 3.2:	Prosedur Pengumpulan Data	43

SENARAI SINGKATAN

ADHD	Attention Deficit Hyperactivr Disorder
BAI	Beck Anxiety Inventory
BDI	Beck Depression Inventory
CDC	Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit
DSM-5	Manual Diagnostik dan Statistik Gangguan Kesehatan Mental
IAD	Gangguan Ketagihan Internet
IAT	Internet Addiction Test
ICD-11	Klasifikasi Penyakit Antarabangsa
KPM	Kementerian Pendidikan Malaysia
PAK-21	Pendidikan Abad Ke-21
PPPM	Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia
SPSS	Statistical Package for Social Science
WHO	Organisasi Kesehatan Sedunia
YDQ	Young's Diagnostic Questionnaire

SENARAI SIMBOL

f	-	kekerapan
M	-	min
%	-	peratusan
p,sig.	-	nilai penting
r	-	Pekali Korelasi Spearmon
SD	-	sisihan piawai

SENARAI LAMPIRAN

LAMPIRAN	TAJUK	MUKA SURAT
Lampiran A	Menentukan Saiz Sampel Dari Jadual Krejcie dan Morgan (1970)	
Lampiran B	Surat Pengesahan Status Pelajar	
Lampiran C	Borang Soal Selidik	

BAB 1

PENGENALAN

1.1 Pendahuluan

Pada era perkembangan teknologi yang kian canggih, internet memainkan peranan yang penting dalam perhubungan kerana internet merupakan saluran maklumat dan komunikasi yang digunakan secara meluas dalam semua lapisan masyarakat. Internet muncul di mata dunia pada tahun 1990an dan kecanggihannya telah mengubah corak hidup manusia. Dengan penyelidikan pertama yang dimulakan oleh Kimberly S. Young pada tahun 1996, didapati kajian saintifik mengenai ketagihan internet telah wujud lebih dari 20 tahun (Brand & Matthias, 2017).

Young dan Kimberly (2017) menyatakna bahawa penggunaan internet dalam kehidupan seharian telah berjaya membawa kepada perubahan corak komuniti masyarakat dan cara komunikasi secara maya. Perkembangan penggunaan internet yang tidak dapat terpisah dengan kehidupan manusia mencetuskan penggunaan internet yang bermasalah. Penggunaan internet tanpa wayar memudahkan pengguna mengakses internet di mana-mana sahaja, misalnya restoran, lapangan terbang, kafe, rumah dan sebagainya. Kemudahan internet telah memanfaatkan kehidupan kita. Kita boleh berkomunikasi dan menjalankan aktiviti hiburan serta memperoleh maklumat dengan pantas atas sebab kecanggihan teknologi ini. Namun begitu, keperluan terhadap internet tanpa kawalan telah membawa gejala kepada pelajar sekolah. Kemudahan internet diperlukan oleh pelajar sekolah untuk mendapatkan pengetahuan secara meluas dan memantapkan kemahiran yang dipelajari. Akan tetapi ia sering disalahgunakan sehingga menyebabkan ketagihan internet di kalangan pelajar sekolah. Ini dapat dibuktikan dalam kajian yang dijalankan oleh Viswanath Venkatesh dan kawannya menyatakan bahawa internet dapat memupuk pelbagai ketagihan termasuk pornografi, permainan, laman lelong, laman rangkaian sosial, dan melayari Web. Ketagihan internet mencapai paras yang membimbangkan

terutama remaja sekolah menengah. Golongan remaja yang kurang matang pemikirannya mudah terpedaya dengan unsur negatif melalui saluran internet. Memandangkan kajian daripada Anderson dan kawannya (2017), didapati golongan remaja yang berusia 12 tahun hingga 19 tahun memperuntukkan lebih banyak masa dan tenaga untuk mengakses internet jika berbanding dengan kategori usia yang lebih daripada 20 tahun. Keadaan ini menyebabkan golongan muda dalam kategori umur 12 tahun hingga 19 tahun menghadapi risiko ketagihan internet yang lebih tinggi dan telah menjejaskan kesejahteraan hidup golongan tersebut. Menurut Tomczyk dan kawannya (2020) mengatakan bahawa orang muda mengalami risiko tertentu dalam fenomena gangguan ketagihan internet atau dikenali sebagai penggunaan internet yang bermasalah berbanding dengan golongan orang dewasa yang mempunyai pemikiran yang lebih matang.

Ketagihan internet yang berlarutan akan menyebabkan berlakunya kegelisahan dan kemurungan dalam kalangan remaja. Ketagihan internet telah menimbulkan kebimbangan masyarakat terutamanya di Asia, dan beberapa negara menganggap ketagihan internet sebagai satu isu utama yang mengancam kesihatan awam, khususnya di kalangan remaja seperti mana yang dinyatakan oleh Huang Xui-qin dan kawannya (2010). Atas sebab ini, dapat dinyatakan bahawa kajian yang berkaitan tentang ketagihan internet dengan kegelisahan dan kemurungan adalah penting. Pendapat ini dapat disokong dengan kajian McNicol dan Thorsteinsson (2017) yang menyatakan bahawa sama seperti ketagihan permainan, ketagihan internet juga berkaitan dengan masalah kesihatan mental. Memandangkan gejala yang ditimpal maka para penyelidik amat prihatin dan telah menjalankan banyak kajian tentang hubungan ketagihan internet dengan kegelisahan dan kemurungan dalam kalangan pelajar sekolah menengah.

1.2 Latar Belakang Masalah

Ketagihan internet telah membangkitkan banyak kesan negatif terhadap jiwa khususnya golongan remaja di negara kita. Penyelidik sebelum ini telah banyak menjalankan kajian tentang tahap ketagihan internet dan risiko psikologi termasuk kegelisahan dan kemurungan di mana dapatan kajian menunjukkan gejalanya amat ketara terhadap kesejahteraan hidup seseorang remaja. Namun hubungan korelasi antara ketiga-tiga pemboleh ubah ini masih mempunyai lapangan kajian yang luas untuk diterokai. Ketagihan internet dan risiko psikologi membawa gejala kepada pelbagai permasalahan yang membabitkan emosi, fizikal, aktiviti sosial malah membawa maut yang sangat kompleks kepada remaja. Masalah kemurungan atau depresi menjadi perkara biasa dalam masyarakat Malaysia.

Berpandukan kajian penyelidik yang lepas, didapati ketagihan internet akan menimbulkan gejala kegelisahan dan kemurungan yang mana menjejaskan fizikal dan emosi seterusnya mengganggu aktiviti norma seseorang individu. Menurut kajian Noah Berlatsky dan Greenhaven Press (2015) menyatakan bahawa gejala penarikan daripada ketagihan internet mungkin mengakibatkan emosi negatif seperti kegelisahan, kemurungan dan kemarahan. Dapatan kajian ini menggambarkan bahawa gejala psikologi ini berpotensi berubah menjadi gejala fizikal termasuk sesak nafas, bahu tegang, degupan jantung yang cepat. Gangguan ketagihan internet menunjukkan kekerapan penggunaan internet sehingga menjejaskan rutin individu dalam tempoh masa yang panjang. Fenomena ini juga dikenali sebagai penggunaan internet yang bermasalah atau disifatkan sebagai penggunaan internet patologi.

Gangguan ketagihan internet merupakan penggunaan internet yang bermasalah atau disifatkan sebagai penggunaan internet patologi dan golongan remaja merupakan kumpulan yang berisiko mengalami ketagihan internet yang dinyatakan oleh Tomczy (2019). Gangguan ketagihan internet dapat disifatkan sebagai penggunaan internet kompulsif, penggunaan internet yang berlebihan, penggunaan komputer bermasalah, gangguan komputer patologi, atau merujuk kepada penggunaan komputer yang berlebihan yang mengganggu kehidupan seharian seperti yang dinyatakan oleh Byun dan kawannya (2008). Pernyataan ini dapat disokong

oleh takrifan akibat sifatnya yang kompleks, sebilangan sarjana tidak memberikan definisi gangguan ketagihan internet dan sepanjang masa, istilah yang berbeza digunakan untuk menggambarkan fenomena yang sama dari penggunaan internet yang berlebihan. Dalam kes ketagihan internet umpamanya, golongan remaja mengalami desakan jiwa, mental dan emosi untuk mengekalkan keseronokan menggunakan internet. Apabila mengekalkan keseronokan berinternet, mereka akhirnya menjadi terdesak untuk memanjangkan tempoh waktu dalam talian yang akhirnya menambah kesukaran untuk berpaling dari internet dan faktor keseronokannya. Individu yang kurang mempunyai hubungan sosial dan sokongan sosial didapati menghadapi risiko ketagihan internet yang lebih tinggi. Mereka menggunakan hubungan maya dan sokongan untuk mengurangkan kesepian mereka seperti mana yang digambarkan dalam "Excessive Internet Use: The Role of Personality, Loneliness and Social Discovery Service for University of Chicago". eds.a.ebscohost.com. (2018).

Di samping itu, pelajar sekolah menengah yang ketagihan internet akan kurang minat untuk bergaul dengan rakan dan mereka lebih cenderung mencari kenalan baru secara maya. Mereka akan berusaha untuk mengurangkan masa melayari internet tetapi biasanya gagal malah bertindak merahsiakan tempoh mengakses internet serta aktiviti dalam dunia mayanya. Selain dari itu, keadaan ini amat sukar untuk pelajar sekolah menengah mengawalinya, dan akhirnya mendatangkan kesukaran dalam kehidupan mereka akibat dari penggunaan dan kebergantungan secara berlebihan terhadap internet. Keadaan ini memerlukan perhatian berat daripada masyarakat.

Pendedahan berterusan terhadap rangkaian internet tanpa kawal diri telah muncul gejala ketagihan internet yang menimbulkan masalah gangguan kegelisahan dan kemurungan. Gangguan kegelisahan mempengaruhi seseorang memproses emosi dan tingkah laku malah mengakibatkan gejala fizikal. Gangguan kegelisahan yang teruk dan tidak terkawal akan mempengaruhi kehidupan seharian. Compton (2005) menyatakan kesejahteraan subjektif merangkumi kebahagiaan dan kepuasan hidup yang akan diramal oleh penghargaan sendiri yang positif, personaliti, optimistik dan pemahaman tentang erti dan tujuan hidup yang mantap.

Hasil kajian penyelidikan menyatakan bahawa anggaran 10-20% remaja di seluruh dunia mengalami keadaan kesihatan mental (Ghandour RM, Sherman LJ, Vladutiu CJ, et al., 2019). Menurut hasil kajian yang dijalankan oleh Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit (CDC) mendapati bahawa 7.1% kanak-kanak yang berumur 3 hingga 17 tahun (kira-kira 4.4 juta) telah mendiagnosis kegelisahan, dan 3.2% kanak-kanak berumur 3 hingga 17 tahun (kira-kira 1.9 juta) mempunyai kemurungan yang didiagnosis. Ini dapat membuktikan bahawa gejala kemurungan dan kegelisahan merupakan faktor risiko psikologi yang mempunyai tanda-tanda yang konsisten di kalangan golongan remaja dan orang dewasa dan dapat dikesan dengan ketara. Kajian berkaitan risiko psikologi ini perlu dijalankan dari semasa ke semasa untuk mengenal pasti cara yang berkesan demi mencegah gejala ini berleluasa di kalangan pelajar sekolah menengah.

Kegelisahan merupakan sebahagian daripada kehidupan manusia. Setiap manusia mempunyai pengalaman terhadap kegelisahan walaupun dalam jangka waktu yang berbeza-beza. Kegelisahan berbentuk keterasingan, kesepian, ketidakpastian, mempunyai hubungan erat dan mempengaruhi satu sama lain. Seseorang yang rasa terasing akan menimbulkan perasaan gelisah yang seterusnya membawa kepada kesepian. Perasaan kesepian menimbulkan ketidakpastian dalam hatinya. Kegelisahan bersifat kerisauan tentang peristiwa masa depan, gangguan kecemasan adalah kumpulan gangguan mental ditandai oleh perasaan kegelisahan dan ketakutan (Arlington, 2013).

Selain itu, pelajar sekolah menengah yang ketagihan internet turut mengalami gejala kegelisahan yang menghalang kemampuan mereka untuk berfungsi seperti biasa seterusnya menjejaskan kesejahteraan hidup mereka. Seseorang yang terjerumus dalam kegelisahan mempunyai tingkah laku seperti berpeluh, masalah tidur, denyutan jantung meningkat, nafas cepat, rasa gugup atau otot tegang, panik, dan mempunyai keinginan untuk mengelakkan perkara-perkara yang mencetuskan kebimbangan, dan menghadapi masalah mengawal kebimbangan atau memikirkan perkara lain selain daripada emosi kebimbangan.

Kemurungan melibatkan kesedihan dan penarikan diri dari aktiviti norma. Gejala kemurungan termasuk gangguan emosi dan fizikal. Antara masalah emosi meliputi perubahan mood, mudah marah, kesukaran untuk menumpukan perhatian, kekurangan tenaga dan mudah letih, perubahan selera makan, masalah tidur dan hilang minat dalam aktiviti biasa. Sementara gejala fizikal termasuk sakit sendi dan otot atau kenaikan berat badan. Gejala fizikal merangkumi sistem kekebalan tubuh yang lemah kerana kurang tidur, kurang bersenam, dan meningkatkan risiko ketegangan mata (Rosen, Larry D., et al, 2015). Gejala-gejala ini membawa tekanan dan masalah terhadap aktiviti norma atau interaksi sosial.

Kemurungan adalah masalah emosi yang mungkin telah mengembangkan cara berfikir tertentu. Malah kemurungan menjadikan seseorang itu melihat dunia dengan cara yang lebih pesimis dan sering merasa putus asa. Dengan ini otak individu yang berada dalam kemurungan ingin membuktikan pemikiran negatifnya betul dan terus mengabaikan kejadian positif dalam hidupnya. Kesedaran masyarakat tentang gejala ketagihan internet di kalangan golongan remaja perlu dipandang serius. Ini atas sebab gejala kegelisahan dan kemurungan bukan sahaja mempengaruhi rutin harian, malah dapat bervariasi dari ringan hingga parah yang mungkin membawa maut.

1.3 Penyataan Masalah

Dasar global menjelang abad ini menjadikan Malaysia mencapai kemajuan yang pesat dalam bidang Teknologi dan Penyebaran Maklumat. Internet merupakan saluran maklumat dan komunikasi yang digunakan secara meluas dalam semua lapisan masyarakat di negara kita. Penggunaan internet dimanfaatkan dalam saluran pendidikan yang berperanan sebagai medium pendidikan dan alat komunikasi dalam alaf Pendidikan Abad Ke-21 yang dilancarkan oleh Kementerian Pendidikan Malaysia. Semua elemen dalam pembelajaran abad ke-21 ini terkandung dalam Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia (PPPM, 2013-2025). Penggunaan komputer merupakan salah satu penentu penting untuk menjayakan kelas abad ke-21 yang dapat menjayakan proses pengajaran dan pembelajaran dengan lebih mudah. Faktor

penggunaan teknologi ini merupakan salah satu ciri daripada sepuluh ciri yang mendukung kejayaan pembelajaran abad ke-21 oleh PPPM.

Menurut kandungan dasar pendidikan abad ke-21 yang dilancarkan oleh Kementerian Pendidikan Malaysia, penggunaan komputer sebagai alat penting untuk menjayakan dan memudahkan proses penyampaian pengajaran dan pembelajaran. Internet memainkan peranan penting sebagai jentera penggerak penggunaan komputer dalam pendidikan. Anjakan Ketujuh dalam Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia (2013-2025) yang menyarankan Memanfaatkan Teknologi Komunikasi Maklumat bagi Meningkatkan Kualiti Pembelajaran di Malaysia menunjukkan hasrat negara agar teknologi diintegrasikan dalam Falsafah Pengajaran dan Pemudahcaraan (PdPc) dengan lebih efektif selaras dengan matlamat negara. Mahdzir (2017) mengatakan bahawa untuk pelaksanaan pengajaran dan pemudahcaraan (PdPc) abad ke-21 maka setiap sekolah mempunyai sekurang-kurangnya satu kelas yang mempunyai kelengkapan PAK-21 agar pelajar dapat didedahkan dengan teknologi. Daripada matlamat dan usaha Kementerian Pendidikan Malaysia maka pelajar sekolah menengah berpeluang menggunakan teknologi dalam pembelajarannya.

Golongan remaja digalakkan belajar cara untuk mencari maklumat dengan menggunakan teknologi canggih zaman global ini. Kenyataan ini dapat disokong oleh matlamat Kementerian Pendidikan Malaysia yang berusaha memantapkan pembentukan modal insan yang kreatif dan inovatif agar pelajar dapat bersaing dengan cabaran abad ke-21 (Ismail, 2016). Dasar pendidikan negara bermatlamat untuk melahirkan generasi yang produktif agar dapat menghadapi cabaran alaf abad ke-21. Maka golongan remaja digalakkan dan diberi peluang untuk belajar melalui pengalaman dunia sebenar dan dunia maya melalui saluran internet. Pernyataan ini dapat didukung dengan hasrat negara untuk membentuk individu yang dapat menyesuaikan diri dan fleksibel terhadap keadaan semasa. Penguasaan teknologi merupakan kemahiran terkini yang perlu diterap dalam jiwa golongan remaja yang merupakan harapan negara agar dapat menelusuri arus globalisasi dunia. Pelajar sekolah menengah berpeluang mengakses laman sosial untuk motif pembelajaran seperti yang dinyatakan oleh Nur Syazwani Abdul Talib et al., (2015) di mana

penggunaan laman sosial dalam pengajaran dan pembelajaran menunjukkan keberkesanan dalam meningkatkan motivasi dan kefahaman pelajar. Akan tetapi pelajar sekolah menengah telah terpesong daripada tujuan sebenar mengakses laman sosial yang sebaliknya menimbulkan gejala ketagihan internet seterusnya menimbulkan risiko psikologi di kalangan pelajar sekolah menengah. Risiko psikologi seperti kegelisahan dan kemurungan dengan ketagihan internet di kalangan pelajar sekolah menengah sama ada mempunyai hubungan korelasi menjadi objektif utama dalam kajian ini.

Sejajar dengan Lonjakan Pertama Pelan Pembangunan Pendidikan Malaysia (2013-2025) yang mahu melahirkan graduan holistik dan berciri keusahawan dan seimbang, pelbagai usaha penerapan kemahiran teknologi dijalankan agar membolehkan golongan remaja dapat menyesuaikan diri dengan ala baru zaman kini. Dengan wujudnya kemudahan dan bantuan teknologi, maka kaedah PdPc abad ke-12 (PAK-21) yang mencabar dapat dijalankan dengan sempurna. Penerapan skil dalam kalangan pelajar di abad ke-21 amatlah penting dalam mempersiapkan diri mereka menghadapi dunia sebenar selepas alam perselolahan. Fenomena ini telah membawa golongan remaja mengharungi arus globalisasi tanpa sempadan. Era perkembangan teknologi menjadikan internet sebagai tingkah laku yang wajar diakses oleh setiap orang termasuk golongan remaja. Kesan penggunaan internet telah membawa manfaat dalam bidang pendidikan dan juga menimbulkan gejala ketagihan internet di kalangan golongan remaja. Gejala ketagihan internet telah memberi tamparan yang hebat kepada masyarakat kita.

Ketagihan internet dikenali sebagai penggunaan internet yang bermasalah kian serius dalam kalangan golongan remaja. Orang muda berisiko tertentu mengalami Gangguan Ketagihan Internet atau Penggunaan Internet yang Bermasalah (Tomczyk & Lukasz & Solecki & Roman, 2019). Fenomena ini atas sebab golongan remaja mempunyai pemikiran yang kurang matang untuk membuat pilihan dan daya ketahanan yang lemah apabila menghadapi nafsu keseronokan. Menurut Dr. Keith W. Beard (2005), ketagihan internet membawa gejala dari segi fizikal dan psikologi seterusnya menjejaskan rutin harian seseorang individu.

Menurut Kaplan, Sadock dan Grebb (dalam, Fausiah & Widury, 2007), kegelisahn merupakan respon terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal yang normal terjadi menyertai perkembangan, perubahan pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan serta dalam menemukan identiti diri dan erti hidup. Kegelisahan yang muncul dalam diri remaja akan membawa perasaan yang tidak senang hati. Davison, dlk (2004) menyatakan bahawa kegelisahan memiliki karakteristik berupa munculnya perasaan takut dan kewaspadaan yang tidak jelas dan tidak menyenangkan.

Perasaan ketakutan dan kegelisahan mempunyai persamaan dan perbezaan. Kaplan, Sadock dan Grebb mengatakan bahawa “takut” dan “cemas” merupakan dua emosi yang berfungsi sebagai tanda wujud bahaya. Bezanya adalah rasa takut muncul jika terdapat ancaman yang jelas dan nyata dan tidak menimbulkan konflik bagi individu. Manakala kegelisahan wujud atas realiti maya iaitu perasaan cemas dari dalam diri, bimbang perkara yang belum atau bakal wujud, tidak jelas dan menyebabkan konflik bagi individu. Golongan remaja yang mengalami gejala kegelisahan akan menghadapi jiwa yang tidak tenang seterusnya mempengaruhi norma hidupnya.

Kemurungan menyebabkan perasaan sedih dan kehilangan minat dalam aktiviti yang pernah diminati. Gejala kemurungan boleh menyebabkan pelbagai masalah emosi dan fizikal yang menjejaskan kehidupan seseorang individu. Golongan remaja yang mengalami kemurungan sentiasa disiksa oleh masalah emosi di mana mereka berada dalam keadaan sedih dan putus asa yang berterusan. Malah mereka akan kehilangan minat terhadap aktiviti yang pernah diminati. Individu juga boleh mengalami gejala fizikal seperti sakit kronik dan masalah pencernaan. Gangguan kemurungan akan menyebabkan seseorang individu bunuh diri sekiranya tidak diurus dengan baik.

Individu yang mengalami kemurungan sentiasa disiksa oleh masalah emosi dan mereka sentiasa berada dalam keadaan sedih dan putus asa yang berterusan. Malah mereka akan kehilangan minat terhadap aktiviti yang pernah diminati. Individu juga boleh mengalami gejala fizikal seperti sakit kronik dan masalah

pencernaan. Gangguan kemurungan akan menyebabkan seseorang individu bunuh diri sekiranya tidak diurus dengan baik. Menurut Chan SL (2017) kira-kira 2.3 juta orang di Malaysia mengalami kemurungan pada satu tempoh dalam hidup mereka. Beliau mengatakan bahawa 20% daripada jumlah 2.3 juta terdiri daripada golongan remaja yang berumur 13 hingga 17 tahun. Oleh itu, fenomena kemurungan merupakan topik yang memerlukan perhatian bersama agar dapat menanganinya dan ia merupakan objektif utama penyelidik untuk menjalankan kajian ini.

Penyelidik menjalankan kajian ini dengan tujuan untuk mengenal pasti tahap ketagihan internet dan mengkaji hubungan antara ketagihan internet dengan kegelisahan dan kemurungan yang dihadapi oleh golongan remaja. Penggunaan internet yang berlebihan boleh menyebabkan generasi remaja menghadapi gejala kegelisahan dan kemurungan. Tanda dan simptom kegelisahan serta kemurungan merangkumi aspek fizikal dan emosi (Prevent Cyberbullying, 2017) yang akan menjejaskan kesejahteraan hidup golongan remaja. Maka kajian ini berharap dapat memberi kesedaran kepada masyarakat tentang kesan negatif ketagihan internet dengan gejala kegelisahan dan kemurungan dalam kalangan golongan remaja.

1.4 Objektif Kajian

Objektif penyelidikan adalah :

- i. Mengetahui tahap ketagihan internet di kalangan pelajar sekolah menengah.
- ii. Mengetahui tahap kegelisahan di kalangan pelajar sekolah menengah.
- iii. Mengetahui tahap kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah.
- iv. Mengetahui hubungan antara tahap ketagihan internet dengan kegelisahan di kalangan pelajar sekolah menengah.
- v. Mengetahui hubungan antara tahap ketagihan internet dengan kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah.

1.5 Persoalan Kajian

Berikut merupakan soalan-soalan kajian yang berkaitan dengan objektif kajian :

- i. Apakah tahap ketagihan internet di kalangan pelajar sekolah menengah?
- ii. Apakah tahap kegelisahan di kalangan pelajar sekolah menengah?
- iii. Apakah tahap kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah?
- iv. Apakah hubungan antara tahap ketagihan internet dengan kegelisahan di kalangan pelajar sekolah menengah?
- v. Apakah hubungan antara ketagihan internet dengan kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah?

1.6 Hipotesis Kajian

Hipotesis nol dirumuskan untuk memenuhi objektif yang disenaraikan di atas .

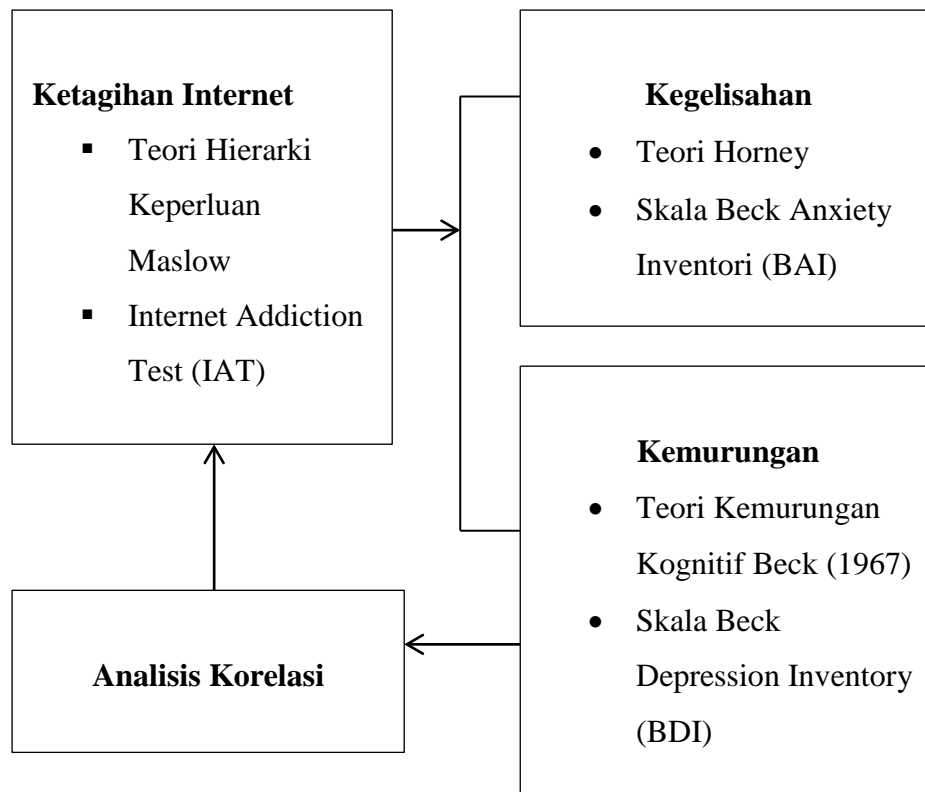
H01: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tahap ketagihan internet dengan kegelisahan di kalangan pelajar sekolah menengah.

H02: Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tahap ketagihan internet dengan kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah.

1.7 Kerangka Teori

Kerangka teori dibina dengan beberapa teori dan skala untuk mengenal pasti hubungan antara ketagihan internet dengan kegelisahan dan kemurungan. Teori Horney dan Skala Beck Anxiety Inventori (BAI) digunakan untuk mengukur kegelisahan. Teori Kemurungan Kognitif Beck (1967) dan Skala Beck Depression Inventory (BDI) dijalankan untuk menilai kemurungan. Manakala Teori Hierarki Keperluan Maslow dan Skala Internet Addiction Test (IAT) digunakan untuk mengukur tahap ketagihan internet. Pendekatan korelasi digunakan untuk mengenal

pasti hubungan antara ketagihan internet dengan kegelisahan dan kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah Daerah Kluang. Rajah 1.1 di bawah menunjukkan kerangka teori bagi kajian ini.



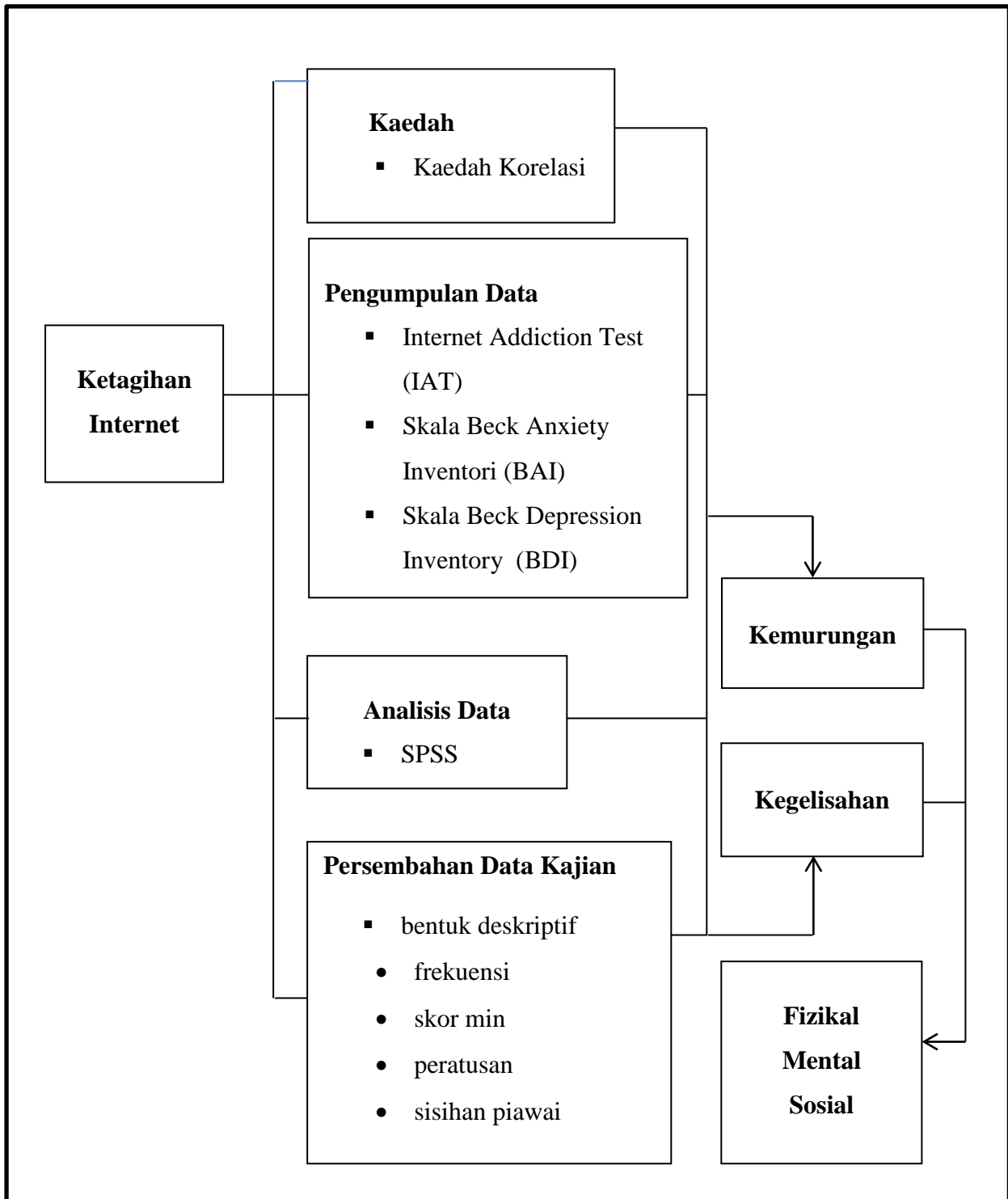
Rajah 1.1: Kerangka Teori

1.8 Kerangka Konsep Kajian

Kerangka konsep ini dibina berdasarkan objektif kajian dan persoalan kajian yang dinyatakan. Kerangka konsep adalah suatu huraian dan visualisasi tentang hubungan atau kaitan antara konsep-konsep atau variabel-variabel yang akan diamati atau diukur melalui penelitian yang akan dilakukan (Notoatmodjo, 2012). Menurut Notoatmodjo (2010) kerangka konsep merupakan formulasi atau simplikasi dari kerangka teori atau teori-teori yang mendukung penelitian tersebut. Kerangka konsep

ini bertujuan untuk mengatur jalan cerita tentang kajian tersebut. Dalam penelitian deskriptif ini diarahkan untuk mendeskripsikan atau menguraikan suatu keadaan di dalam suatu komuniti atau masyarakat untuk mengetahui gambaran tentang hubungan antara ketagihan internet dengan kegelisahan dan kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah.

Kerangka konsep kajian ini menerangkan hubungan antara pemboleh ubah bebas dan bersandar yang ditunjukkan pada Rajah 1.2. Kajian ini mencadangkan ketagihan internet sebagai pemboleh ubah bebas, manakala kegelisahan dan kemurungan merupakan pemboleh ubah bersandar. Ketagihan internet diukur dengan Internet Addiction Test (IAT) yang diasaskan oleh Kimberly Young. Tahap kegelisahan dinilai dengan Skala Beck Anxiety Inventori (BAI) dan tahap kemurungan diukur dengan Skala Beck Depression Inventory (BDI) yang diasaskan oleh Aeron Beck. IAT terdapat 20 item, BDI terdapat 21 item dan BAI terdapat 13 item. Data kajian yang dikumpul melalui instrumen soal selidik dianalisis dengan menggunakan perisian SPSS (Statistical Package for Social Science) Version 26.0 for Windows untuk maklumat statistik deskriptif dengan persembahan data kajian dalam bentuk deskriptif, frekuensi, skor min, peratusan dan sisihan piawai. Kaedah korelasi digunakan untuk mengenal pasti hubungan antara ketagihan internet dengan kegelisahan dan kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah di Daerah Kluang.



Rajah 1.2: Kerangka Konsep Kajian

1.9 Kepentingan Kajian

Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti tahap ketagihan internet yang serius membawa kesan negatif kegelisahan dan kemurungan yang merunsingkan dalam kalangan pelajar sekolah menengah di Daerah Kluang. Di samping itu, kajian ini ingin meninjau hubungan antara ketagihan internet dengan kegelisahan dan kemurungan di kalangan pelajar sekolah menengah. Kajian ini bermanfaat kepada beberapa pihak anggota masyarakat yang terlibat secara langsung dan secara tidak langsung.

1.9.1 Penyelidik

Melalui kajian ini, penyelidik dapat memperolehi pengalaman untuk meneliti suatu fenomena masyarakat dengan cara yang saintifik. Penyelidik juga berpeluang mengenal pasti hubungan antara ketagihan Internet dengan kegelisahan dan kemurungan dalam kalangan pelajar sekolah menengah.

1.9.2 Golongan Remaja

Golongan remaja dapat menyedari gejala ketagihan internet yang merbahaya ke atas diri sendiri. Di samping itu, golongan remaja dapat menilai dengan tepat sejauh manakah tahap ketagihan internet yang dihadapinya dan mengetahui kesan buruknya. Kajian ini dapat memberi peluang kepada golongan remaja untuk mengetahui punca dan cara bagi mengelakkan diri daripada terjerumus dalam ketagihan internet serta mengelakkan kegelisahan dan kemurungan yang menjejaskan kesejahteraan hidup mereka. Kajian ini dapat memberi panduan kepada remaja agar mendapat bantuan daripada kaunseling depresi serta mengawal tingkah laku ketagihan internet yang menjejaskan kesejahteraan diri.

1.9.3 Masyarakat

Kajian ini dapat menjadi panduan kepada anggota masyarakat sebagai saluran untuk membanteres gejala sosial yang dihadapi oleh golongan remaja yang terjerumus dalam ketagihan internet. Dengan adanya kesedaran terhadap fenomena ini, maka anggota masyarakat dapat mengenal pasti faktor kegelisahan serta kemurungan yang berpunca daripada ketagihan internet yang membolehkan semua lapisan masyarakat dapat menangani gejala ini secara bersama-sama.

1.9.4 Ahli Keluarga

Ahli keluarga dapat mengesan simptom-simptom kemurungan dan kegelisahan yang terdapat dalam diri anak. Seterusnya menunjukkan prihatin terhadap anak yang menghadapi gangguan kegelisahan serta kebimbangan seterusnya menghulurkan bantuan yang sewajarnya untuk menyelesaikan tingkah laku ketagihan internet anak mereka. Ahli keluarga juga dapat membantu anak yang terjerumus kemurungan dan kegelisahan untuk mendapatkan bantuan, sokongan moral atau rawatan yang diperlukan.

1.10 Skop Kajian

Kajian ini mempunyai beberapa batasan. Pertama, dapatan kajian yang diperoleh terhad kepada kumpulan sampel. Kedua, sampel terdiri daripada pelajar sekolah menengah daerah Kluang yang berumur 13 tahun hingga 18 tahun, iaitu seramai 39 orang pelajar lelaki dan 87 orang pelajar perempuan. Ketiga, hasil kajian ini bergantung atas keikhlasan sampel ketika menjalankan soal selidik. Keempat, hasil kajian boleh dijadikan sebagai panduan untuk mengenal pasti hubungan antara ketagihan internet dengan kegelisahan dan ketagihan dalam kalangan golongan remaja sahaja.

1.11 Definisi Kajian

Bab ini membincangkan definisi gangguan ketagihan internet, kegelisahan, kemurungan dan pelajar sekolah menengah.

1.11.1 Gangguan Ketagihan Internet

Gangguan ketagihan internet juga dikenali sebagai penggunaan internet yang bermasalah atau penggunaan internet patologi. Definisi secara umum sebagai penggunaan internet yang bersifat bermasalah dan kompulsif yang menjejaskan norma hidup seseorang individu dalam tempoh yang panjang. Dapatan kajian penyelidik sebelum ini menyatakan bahawa orang muda berisiko tertentu mengalami Gangguan Ketagihan Internet atau Penggunaan Internet yang Bermasalah (Tomczyk, Lukasz, Solecki, Roman, 2019). Memandangkan gejala katagihan internet di kalangan pelajar sekolah menengah semakin serius maka penyelidik ingin menjalankan kajian untuk mengenal pasti tahap ketagihan internet pelajar sekolah menengah di Daerah Kluang.

Ketagihan internet telah didefinisikan sebagai masalah kawalan tingkah laku dan ketidakupayaan pengguna internet untuk mengawal penggunaannya secara sederhana seterusnya menyebabkan susah hati dan kemerosotan fungsi dalam kehidupan seharian (Shek, Sun dan Yu, 2013; Mike Z. Yao dan Zhi-jin Zhong, 2014). Akibat peningkatan keupayaan internet, kesejahteraan subjektif golongan remaja turut terpengaruh kerana ramai golongan remaja yang kelihatan aktif dalam dunia siber tetapi dalam dunia realiti remaja tersebut lebih pendiam, Yong (2011) turut mendapati bahawa ketagihan internet di Malaysia sepatutnya dikaji secara terperinci dalam bidang psikologi patologi iaitu kajian yang berkaitan dengan kesihatan mental kerana beliau mendapati terdapat peningkatan dari masa ke semasa pengguna internet secara berlebihan yang turut mengundang gejala kemurungan dan masalah mental yang lain.

Gangguan ketagihan internet tidak mempunyai definisi standard sungguhpun fenomena ini telah mendapat pengiktirafan umum dan dipandang berat oleh penyelidik sejak awal lagi (Chou Chien, Condron Linda, Belland John C. , 2005-12-01). Menurut Jonathan J.Kandell (1998), ketagihan internet didefinisikan sebagai pergantungan psikologi pada internet, tanpa mengira jenis aktiviti yang pernah dilancarkan. Manakala ahli psikologi Inggeris Mark D.Griffiths (1998) menganggap ketagihan internet sebagai ketagihan teknologi yang lebih luas, dan juga ketagihan tingkah laku.

Dalam kajian ini, penyelidik ingin mengenal pasti tahap ketagihan internet di kalangan pelajar sekolah menengah. Berdasarkan dapatan kajian penyelidik sebelum ini menyatakan bahawa ketagihan internet mempunyai hubungan dengan kegelisahan dan kemurungan yang merupakan risiko psikologi. Maka dapatan kajian ini juga bertujuan untuk membantu pelajar sekolah menengah lebih memahami diri sendiri sama ada terjerumus dalam ketagihan internet demi mencegah diri daripada kesan kritikal.

1.11.2 Kegelisahan

Kegelisahan juga dikenali sebagai kebimbangan, kerisauan atau kekhuatiran. Kegelisahan merupakan emosi yang tidak menyenangkan. Kegelisahan tidak sama seperti ketakutan yang merupakan tindak balas terhadap keadaan nyata atau ancaman yang muncul dengan kadar segera (American Psychiatric Association, 2013) sedangkan kegelisahan adalah benda yang belum wujud. Seseorang yang menghadapi kegelisahan mungkin menarik diri dari situasi yang telah menimbulkan keresahan dalam pengalaman masa lalunya (Barker, P., 2003). Kegelisahan hanya dapat dikesan daripada tingkah laku luar biasa seseorang dalam situasi tertentu.

Kajian ini menggunakan The Beck Anxiety Inventory (BAI) yang diperkenalkan oleh Profesor Aaron T. Beck dan sebilangan psikiatri di Amerika Syarikat pada tahun 1988. BAI menggunakan skala 21 soalan untuk menilai kegelisahan responden. Skala Kebimbangan Baker sesuai untuk remaja dan biasanya

memerlukan lima hingga sepuluh minit untuk menjawabnya. Setiap soalan mempunyai 4 pilihan, dari 0 (sama sekali) hingga 4 (serius). Hasil ujian dengan jumlah semua skor jadual pengukuran BAI dapat memberi gambaran tahap kegelisahan seseorang untuk situasi dalam seminggu, di mana semakin tinggi skor, semakin teruk kegelisahan yang dialaminya..

1.11.3 Kemurungan

Kemurungan atau dikenali sebagai depresi adalah gangguan mental yang biasa. Kemurungan merupakan penyakit mental yang memberi tanggapan negatif terhadap diri sendiri dan persekitaran. Individu yang terjerumus dalam kemurungan sentiasa berada dalam perasan sedih, kecewa, putus asa, kehilangan minat, keletihan fizikal, kurang harga diri, gangguan tidur malah bunuh diri (American Psychological Persatuan, 2018). Menurut Bisson (2017), seseorang sukar untuk memberi tumpuan dalam kelas kerana keletihan akibat gejala kemurungan.

Kajian ini menggunakan The Depression Self-Rating Questionnaire (BDI) untuk pengukuran tahap kemurungan. Ia juga dikenali sebagai Beck Depression Rating Scale. BDI diperkenalkan oleh ahli psikologi Amerika iaitu Profesor Aaron T. Beck yang terkenal pada tahun 1960-an. BDI popular dalam tinjauan epidemiologi klinikal. Versi awal BDI mempunyai 21 item, dan kandungan item tersebut berasal dari praktik klinikal. Kemudian diketahui bahawa beberapa pesakit dengan kemurungan, terutama mereka yang mengalami kemurungan yang teruk, tidak dapat menyelesaikan 21 penilaian dengan baik. Berdasarkan masalah ini, Beck melancarkan 13 versi pada tahun 1974 dengan kualiti yang lebih baik.

1.11.4 Pelajar Sekolah Menengah

Pelajar sekolah menengah juga boleh difahami sebagai golongan remaja. Menurut Mappiare (dalam, Ali 2008), zaman remaja adalah antara umur 12 tahun hingga 21 tahun bagi perempuan, dan umur 13 tahun hingga 22 tahun bagi lelaki.

Erickson (dalam, Santrock, 2003) menyatakan bahawa remaja adalah tahap perkembangan yang mempunyai keinginan tahu tentang soal siapa dirinya dan arah tuju mereka dalam hidupnya. Transformasi intelektual juga berlaku dalam tempoh umur ini, ciri ini menjadikan remaja bukan sahaja mampu mengintegrasikan dirinya ke dalam masyarakat dewasa, tetapi juga merupakan karakteristik yang paling menonjol dari semua tempoh perkembangan (Shaw dan Costanzo dalam, Ali 2008)

1.12 Rumusan

Gejala kegelisahan dan kemurungan kian meningkat di mata dunia. Memandangkan dasar global yang mencetuskan penggunaan teknologi dalam kehidupan kita, rangkaian internet memainkan peranan penting dalam merealisasikan dunia maya. Tambahan lagi, dasar negara khususnya dasar pendidikan mendorong golongan remaja mengecapi kemudahan internet pada usia yang masih mental pemikirannya. Faktor-faktor ini telah membawa generasi remaja berdepan dengan kemudahan peranti serta rangkaian internet yang dapat diakses pada bila-bila masa sahaja. Ini secara tidak langsung telah mencetuskan fenomena ketagihan internet yang membawah padah pada diri remaja sekiranya keadaan ini dibiarkan sahaja. Gejala kegelisahan dan kemurungan telah menjejaskan kesejahteraan hidup golongan remaja malah berpotensi ke arah membunuh diri maka fenomena ini perlu dititikberat oleh semua lapisan masyarakat. Kajian ini bertujuan untuk mengenal pasti ketagihan internet dengan kegelisahan dan kemurungan dalam kalangan pelajar sekolah menengah. Dapatan kajian diharapkan dapat memberi kesedaran kepada masyarakat tentang isu ini.

RUJUKAN

- Afusat Olanike Busari (2016). Academic stress And Internet Addition Among Adolescents : *Solution Focused Sosial Interest Programme As Treatment Option*. Faculty Of Education, Depaartment Of Counselling And Human Development Studies, University Of Ibadan,Nigeria.
- Awang Koding Bin Che Tom, Zunaidah Tohalib (2018). Hubungan Antara Ketagihan Internet Dengan Pencapaian Akademik Dalam Kalangan Pelajar Universiti Malaysia Terengganu (UMT). Universiti Malaysia Terengganu.
- Azimah Ghazali (2018). *Banyak Kajian Bukti Media Sosial Punca Isu Kesihatan*. artikel penuh: <https://www.sinarharian.com.my/article/32135/LIFESTYLE/Sinar-Aktif/kesan-buruk-media-sosial>.
- Ahmad Johari, Hanisah Abdullah(nd). *Gaya Pembelajaran Dan Hubungannya Dengan Pencapaian Akademik Pelajar Tahun Tiga*. UTM Skudai, Johor. Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia.
- Anderson, E. L., Steen, E., Stavropoulos, V. (2017). Internet use and Problematic Internet Use: A systematic review of longitudinal research trends in adolescence and emergent adulthood. *Jurnal Remaja dan Remaja Antarabangsa*. 22 (4): 430–454. doi:10.1080/02673843.2016.1227716. S2CID 152003110.
- Bilgin, O., Tas, I. (2018). Effects of perceived social support and psychological resilience on social media addiction among university students. *Universal Journal of Educational Research*, 6(4), 751-758. doi: 10.13189/ujer.2018.060418.

- Block, J., Kremen, A.M. (1996). 1Q and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361.
- Brand, Matthias (2017). Theoretical Models of the Development and Maintenance of Internet Addiction. *Internet Addiction. Studies in Neuroscience, Psychology and Behavioral Economics*. Springer, Cham. hlm 19–34. doi:10.1007/978-3-319-46276-9_2. ISBN 9783319462752.
- Byun, Sookeun, Ruffini, Celestino, Mills, Juline E., Douglas, Alecia C., Niang, Mamadou, Stepchenkova, Svetlana, Lee, Seul Ki, Loutfi, Jihad, Lee, Jung-Kook (2008). Internet Addiction: Metasynthesis of 1996–2006 Quantitative Research. *Psikologi dan Tingkah Laku Siber*. 12 (2): 203–207. doi:10.1089/cpb.2008.0102. ISSN 1094-9313. PMID 19072075. S2CID 16743234.
- Che Gu Man (2010). *Teori Kemurungan Kognitif Beck*. <http://chegu-man.blogspot.com/2010/01/teori-kemurungan-kognitif-beck.html>
- Che Ghani, Mai Shihah, Arasinah, Zaliza & Ridzuan (2016). Amalan Gaya Pembelajaran Pelajar Cemerlang Di Politik Seberang Perai: *Kajian Pelajar Malaysia Berdasarkan Model Fefler*.
- Ceyhan, A. A. (2011). University students' problematic internet use and communication skills according to the internet use purposes. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 11(1). 59-77.
- Ceyhan, A., Ceyhan, E. ve Kurtyılmaz, Y. (2012). The effect of image satisfaction on problematic internet use through social support, problem solving skills and depression. *TOJCE: The Online Journal of Counselling and Education*, 13), 84-96.
- Ceyhan, A, Ceyhan, E, & Kurtyılmaz, Y. (2012). The effect of image satisfaction on problematic internet use through social support, problem solving skills and

depression. *TOJCE: The Online Journal of Counselling and Education*, 1(3), 84-96.

Chan SL, Hutagalung FD, and Lau PL. (2017). A Review of Depression and Its Research Studies in Malaysia. *International Journal of Education, Psychology and Counseling*. 2(4):40-55.

Ching Siew Mooi, Hanifatiyah Ali, Cheong Ai Theng, Hani Syahida Salim (nd). Psychological Distress And Internet Addiction Among Medical Students From A Malaysian Public University: *A Comparison Between Gender*. Department Of Family Medicine, Faculty Of Medicine And Health Sciences, University Putre Malaysia.

Dr.Lee Chung Wah (2016). *A Study Of Internet Addiction And Its Association With Personality Traits, Depression And Anxiety symptoms Among Young Adults In Klang Valley, Malaysia*. Universiti Sains Malaysia.

En-Zhao Cong, Yan Wu, Yi-Yun Cai, Hai-Ying Chen, Yi-Feng Xu (2019). *Kajian Mengenai Perkaitan Antara Ideasi Bunuh Diri Remaja, Persekitaran Keluarga Dan Ketahanan Mental*. *Zhongguo Dang Dai Er Ke Za Zhi* 2019; 21(5): 479–484. Chinese. doi: 10.7499/j.issn.1008-8830.2019.05.016.

Excessive Internet Use (2018): *The Role of Personality, Loneliness and Social Supp...*: Discovery Service For University of Chicago. eds.a.ebscohost.com

Feng Wei (2020). *Skala penilaian psikologi untuk diagnosis kemurungan*. Hospital Renji, Sekolah Perubatan Universiti Jiaotong Shanghai. Available at <https://card.weibo.com/article/m/show/id/2309404499891308069109?>

Health And Medicineinfo (2020). *Apa itu ketagihan internet?*. Available at: <https://ms.healthandmedicineinfo.com/internetsucht-XYB>.

Hu Zhifen, Chen Zhigang, Zhu Bailing, Lin Shihua, Cao Dianping, Hong Guojun, Ye Qibin (2007). *Depresi, Kegelisahan Dan Kualiti Hidup Pada Pesakit*

Dengan Penyakit Jantung Koronari Dan Kegagalan Buah Pinggang Kronik.
Psikiatri Taiwan.

Ibrahim TAS (2019). Association Between Depression, Anxiety, Stress, Social Support, Resilience and Internet Addiction: *A Structural Equation Modelling*. Department Of Education Sciences, Istanbul Sabahattin, Zaim University, Turkey.

Jessica Brown (2018). *Adakah media sosial berbahaya?* Available at
:https://www.bbc.com/ukchina/simp/vert-fut-42748944

Johari Hassan & Raja Shahrin (2012). *Ketagihan Penggunaan Internet Di Kalangan Remaja Sekolah Tingkatan 4 Di Bandaraya Johor Bahru*. Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia, Skudai, Johor.

Jaring Psikologi. *Soal Selidik Penilaian Kendiri Depresi*. Available at:
<https://www.xinlixue.cn/web/xinliliangbiao/jiankangliangbiao/2014-09-15/407.html>

National Institute of Mental Health. Web site. Internet (2018). *Depression*. Cited 5 July 2019. Available at https://www.nimh.nih.gov/health/topics/depression/index.shtml#part_145399.

Lam, Lawrence T.; Peg, Zi-Wen (2010-10-04). "*Effect of Pathological Use of the Internet on Adolescent Mental Health*". *Arkib Pediatrik & Perubatan Remaja*. 164 (10): 901–6. doi:10.1001/archpediatrics.2010.159. ISSN 1072-4710. PMID 20679157.

Lopez-Fernandez, Olatz (2015). How Has Internet Addiction Research Evolved Since the Advent of Internet Gaming Disorder? An Overview of Cyberaddictions from a Psychological Perspective" (PDF). *Current Addiction Reports*. 2 (3):263–271. doi:10.1007/s40429-015-0067-6. ISSN 2196-2952. S2CID 21736591.

- Liao Xingjian (2019). Kajian mengenai hubungan antara tahap aktiviti fizikal, tingkah laku tidak aktif dan gejala kemurungan pelajar sekolah menengah rendah di Ziyang County [D]. Xi'an: Shaanxi Normal University.
- Li Liping, Li Jiang, Gao Junling, et al.(2019). Analisis status quo dan faktor pengaruh pelbagai jenis ketagihan internet telefon bimbit di kalangan pelajar sekolah menengah pertama di Shanghai [J]. Pendidikan Kesihatan China, 35 (10): 890-893.
- LI Li-ping , QI De-yun , JIANG Yan-wei , LU Jun-ying , ZHOU Yuan (2020). Relationships between depressive symptoms and internet use among secondary school students in Hongkou District of Shanghai.
- Liu Furong, Song Xiaoqin, Shang Xiaoping, et al.(2020). *Meta-analisis kadar pengesanan gejala kemurungan pada pelajar sekolah menengah* [J]. Jurnal Kesihatan Mental Cina, 2020, 34 (2): 123-128.
- Lovibond, P. F., & Lovibond, S. H. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the Depression Anxiety Stress Scales (DASS) with the beck depression and anxiety inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33 (3), 335-343. doi: [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(94\)00075-U](https://doi.org/10.1016/0005-7967(94)00075-U)
- Lu, C, Yuan, L., Lin, W., Zhou, Y., & Pan, S. (2017). Depression and resilience mediates the effect of family function on quality of life of the elderly. *Archives of gerontology and geriatrics*, 71, 34-42.
- Luo Chunyan, Sun Lijing, Zhou Yuefang, et al. (2015). *Kesan intervensi terhadap perubahan tingkah laku remaja selepas kelas di skrin* [J]. Perubatan Alam Sekitar dan Pekerjaan, 2015, 32 (12): 1127-1131.
- Lu Mengliang, Che Xianhui, Zhang Shangwen, Shen Wudian (2002). *Kebolehpercayaan dan kesahihan edisi kedua versi Cina Inventori Depresi Beck*. Psikiatri Taiwan

- Naquih, Shahrnizam, Dharsigah, Nurhidayu, Abdul Hafiz (2017). *Impak Negetif Teknologi Moden Dalam Kehidupan Dan Perkembangan Kanak-Kanak Hingga Usia Remaja*. Universiti Teknologi Malaysia.
- Palmira Faraci, Giuseppe Craparo, Roberta Messina, Sergio Severino, Affiliations expand (2013). *Internet Addiction Test (IAT): Which Is The Best Factorial Solution?* J Med Internet Res 2013 Oct 9;15(10):e225. doi: 10.2196/jmir.2935.
- Primack BA, Shensa A, Escobar-Viera C, et al. (2017). *Use of multiple social media platforms and symptoms of depression and anxiety: A nationally-representative study among U.S. young adults*. Comput Human Behav. 2017;69:1-9.
- Siti Nur Adibah (2013). *Hubungan Di Antara Kesunyian Dengan Ketagihan Internet Dalam Kalangan Mahasiswa Universiti Kebangsaan Malaysia*. Fakulti Sains Sosial Dan Kemanusiaan Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Suhaini binti Arifin (2014). *Pengaruh Kesihatan Internet Dan Kesihatan Mental Ke Atas Sikap Mendapatkan Bantuan Kaunseling*. Universiti Putra Malaysia.
- Suzlina Hilwani Baharuddin Tahap Pengetahuan (2016), *Kemahiran Dan Sikap Guru Sekolah Menengah Terhadap Penggunaan Web 2.0 Dalam Pengajaran Bahasa Melayu*. Jurnal Pendidikan Bahasa Melayu. Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Sun Lijing, Luo Chunyan, Zhou Yuefang, Zhang Zhe, Le Guizhen (2019). *Hubungan Antara Gejala Kemurungan Dan Tingkah Laku Ketagihan Internet Di Kalangan Pelajar Sekolah Menengah Di Shanghai*. Jabatan Kesihatan Kanak-kanak, Institut Kesihatan Kanak-kanak dan Remaja, Pusat Kawalan dan Pencegahan Penyakit Shanghai . Shanghai, China. 2019, 40 (3): 445-447.
- Schou Andreassen C, Billieux J, Griffiths MD, Kuss DJ, Demetrovics Z, Mazzoni E, Pallesen S. Psychol Addict Behav. (2016). *The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders:*

A large-scale cross-sectional study. Mar;30(2):252-62. doi:
10.1037/adb0000160. PMID: 26999354.

Mihajlov M, Vejmelka L. Psychiatr Danub. (2017). *Internet Addiction: A Review of the First Twenty Years*. Sep;29(3):260-272. doi: 10.24869/psyd.2017.260. PMID: 28949307.

McNicol, M. L., & Thorsteinsson, E. B. (2017). *Internet addiction, psychological distress, and coping responses among adolescents and adults*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 20(5), 296-304.

Nadia Hamid (2017). Remaja, Kanak-Kanak Ketagihan Internet Serius. Kuala Lumpur. <https://www.bharian.com.my/berita/nasional/2017/10/340635/remaja-kanak-kanak-ketagihan-internet-serius>.

Nam, C., Lee, D., Lee, J., Choi, A, Chung, S., Kim, D. J & Choi, J. S (2018). The Role of Resilience in internet Addiction among Adolescents between Sexes: *A Moderated Mediation Model*. *Journal of clinical medicine*, 7(8), 222.

Naseri, L., Mohamadi, J, Sayehmiri, K., & Azizpoor, Y. (2015). *Perceived social support, self-esteem, and internet addiction among student of Al Zahra University, Tehran, Iran*. *Iran Psychiatry Behavior Sciences*, 9(3), 1-4. doi:10.17795/ijpbs-421.

Nassehi, A., Arbabisarjou, A., Jafari, M, & Najafi, K. (2016). *Surveying the relationship of Internet addiction with dependence on cell phone depression anxiety, and stress in collegians (Case study: bam University of Medical Sciences*. *Int. J. Adv. Biotech. Res.*, 7, 2267-2274.

Ng CG (2014). *A review of depression research in Malaysia*. *Med J Malaysia*. 2014;69 Suppl A:42-5.

National Health and Morbidity Survey (NHMS, 2017): Key Findings from the Adolescent Health and Nutrition Surveys | Institute for Public Health,

National Institutes of Health, Ministry of Health Malaysia. [Internet]. 2018 [Cited 5 July 2019]. Available at http://iku.moh.gov.my/images/IKU/Document/REPORT/NHMS2017/NHMS_2017Infographic.pdf

Norazimah Zakaria (2018). *Komplikasi Neurosis Watak Utama Melalui Pendekatan Psikoanalisis dalam Novel Gadis Tasik*. Universiti Pendidikan Sultan Idris (UPSI).

Ostovar, S., Allahyar, N., Aminpoor, H., Moafian, F Nor, M. B. M., & Griffiths, M. D. (2016). Internet addiction and its psychosocial risks depression anxiety, stress and loneliness among ranian adolescents and young adults. *A structural equation model in a cross sectional study*. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 143), 257-267.

Palmira Faraci 1, Giuseppe Craparo, Roberta Messina, Sergio Severino (2013). *Internet Addiction Test (IAT): Which Is The Best Factorial Solution*. National Library O Medicine.

Pawlikowski, M., Altstätter-Gleich, C. & Brand, M. (2013) Validation and psychometric properties of a short version of Young's Internet Addiction Test. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 1212-1223.

Rashiqah Ilmi Abd Rahim (2016). *Majoriti belia negara ketagih internet, media sosial, berdepan risiko masalah mental*. Kuala Lumpur.

Robertson, T. W., Yan, Z., Rapoza, K. A. (2018). *Is resilience a protective factor on internet addiction? Computer in Human Behavior*, 78, 255-260.
doi:10.1016/j.chb 2017.09.02

Rosen, Larry D., et al. (2015). *Social Networking Is Addictive and Can Lead to Psychological Disorders. Are Social Networking Sites Harmful?*. edited by Noah Berlatsky, Greenhaven Press.

- Saisan J, Smith M, and Segal J (2019). *Depression Treatment*. Helpguide.org Web site. [Internet]. [Cited 5 July 2019]. Available at <https://www.helpguide.org/articles/depression/depression-treatment.html>.
- ShaversCA.(2014). Commentary:Emotional problems and depression among children and adolescents in today's society[J]. *Open J Depression*, 3(2):74-87.
- Sugiono, Dina Kurniawati (2020). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Internet Addiction Pada Mahasiswa Yang Menjalani Skripsi Di Universitas Bhakti Kencana Tahun 2020*. <http://localhost:8080/xmlui/handle/123456789/1342>.
- Tomczyk, Lukasz, Solecki, Roman (2019). Problematic internet use and protective factors related to family and free time activities among young people. *Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri/Educational Sciences: Theory & Practice*. 2019;19(3):1-13. Cited in: APA PsycInfo at <http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&PAGE=reference&D=psyc16&NEWS=N&AN=2020-30497-001>. Diakses pada 28 September 2020.
- Tsitsika, Artemis; Janikian, Mari, Schoenmakers, Tim M., Tzavela, Eleni C., Ólafsson, Kjartan, Wójcik, Szymon; Macarie, George Florian, Tzavara, Chara, Richardson, Clive (2014). Internet Addictive Behavior in Adolescence: A Cross-Sectional Study in Seven European Countries. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 17 (8): 528–535. doi:10.1089/cyber.2013.0382. ISSN 2152-2715. PMID 24853789.
- Vishranti dan Prafulla (2016). Use Of Media In Education: *Positive And Negative Impact On The Students*. *International Journal On Recent And Innovation Trends In Computing AndCommunication*.
- Wan Hamzari Bin Wan Hamid (2013). Tahap Ketagihan Dan Hubungannya Dengan Pencapaian Serta Aktiviti Akademik, Pengurusan Masa Dan Harga Diri Dalam Kalangan Pelajar Institusi Pengajian Tinggi.Universiti Putra Malaysia.

- Wikipedia (2017). Teori Hierarki Keperluan Maslow. Available at:
https://ms.wikipedia.org/wiki/Laman_Utama. dalam
https://ms.wikipedia.org/wiki/Teori_Hierarki_Keperluan_Maslow
- William H. Davidow (2012). Interactive technologies give us a quick fix, and that's not a good thing". Spektrum IEEE. Diperoleh 29 Nov 2015.
- XinHuaNet (2019). Pakar: *Kegelisahan Dan Kemurungan Bukan Sekadar Emosi. Komunikasi Sains China*. Available at: <http://www.xinhuanet.com>.
- Yeon-Jin Kim, Hye Min Jang, Youngjo Lee, Donghwan Lee, ID and Dai-Jin Kim (2018). *Effects of Internet and Smartphone Addictions On Depression and Anxiety Based on Propensity Score Matching Analysis*. Department of Psychiatry, SMG-SNU Boramae Medical Center, Seoul 07061, Korea.
- YongHui Feng, Yutong Ma, Qisong Zhong (2019). The Relationship Between Adolescents's Stress And Internet Addiction : *A Mediated-Moderation Model*. School Of Educational Sciences, Cognition And Human Behavior Key Laboratory Of Hunan Province, Hunan Normal University, Changsha, China.
- Young, Kimberly (2017). The Evolution of Internet Addiction Disorder". *Internet Addiction. Studies in Neuroscience, Psychology and Behavioral Economics*. Springer, Cham. hlm.3–18. doi:10.1007/978-3-319-46276-9_1. ISBN 9783319462752.
- Tomczyk, Lukasz, Solecki, Roman (2020). Problematic internet use and protective factors related to family and free time activities among young people. *Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri/Educational Sciences: Theory & Practice*. 2019;19(3):1-13. Cited in: APA PsycInfo at <http://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&PAGE=reference&D=psyc16&NEWS=N&AN=2020-30497-001>. Diakses pada 28 September 2020.

Zaiton Nur Aqilah Zainal (2020). *Tahap Kesejahteraan Psikologi Dan Kawalan Diri Pelajar Yang Tinggal Di Dalam Kampus Dan Luar Kampus Universiti Malaysia Sabah Semasa Tempoh Perintah Kawalan Pergerakan*. Universiti Malaysia Sabah (UMS). DOI:10.13140/RG.2.2.35502.33609

Zhang Wei, Zhang Wanzhu, Yuan Zhangkui (2018). *Status kesihatan mental pelajar sekolah rendah dan menengah di Guiyang [J]*. *Kesihatan Sekolah Cina*, 2018, 39 (8): 1256-1259.

Zhang Y, Liu Z, Zhao Y., *Front Psychiatry* (2021). *Impulsivity, Social Support and Depression Are Associated With Latent Profiles of Internet Addiction Among Male College Freshmen*. Mar 25;12:642914. doi: 10.3389/fpsy.2021.642914. eCollection 2021. PMID: 33841210.