

# Perbedaan Internet Addiction terhadap Pekerja dan Non-pekerja (Pengangguran) di Tangerang

Stephanie Ludya Emmanuela Elim; Diana Puspayanti; Veda Maura Ananti; Chaca Veronica Sebenan Mooy; Universitas Pembangunan Jaya, [stephanie.ludyaemmanuela@student.upj.ac.id](mailto:stephanie.ludyaemmanuela@student.upj.ac.id)

*ABSTRACT: The rapid development of internet technology has brought various impacts, including the emergence of the phenomenon of internet addiction, which is the excessive use of the internet accompanied by low self-control. This study aims to analyze the differences in the level of internet addiction between working and non-working individuals in Tangerang. The study was conducted using a non-experimental strategy with a differential design. The participants consisted of 320 participants (160 workers and 160 non-workers), selected through non-probability sampling method, with quota sampling design. The instrument used was the Indonesian version of the Internet Addiction Scale (IAS), which measures the intensity of internet addiction. Data analysis was conducted using an independent sample t-test to evaluate differences in the level of internet addiction between groups. The results showed a significant difference, where the non-worker group had a higher internet addiction score than the worker group. These results suggest that differences in daily activities may affect the level of internet use.*

*KEYWORDS: Internet Addiction; Non-Workers; Workers; Internet Usage, Tangerang.*

**ABSTRAK:** Pesatnya perkembangan teknologi internet telah menghadirkan berbagai dampak, termasuk munculnya fenomena internet addiction, yaitu penggunaan internet secara berlebihan yang disertai dengan kontrol diri yang rendah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan tingkat internet addiction antara individu pekerja dan non-pekerja di Tangerang. Penelitian dilakukan menggunakan strategi non-eksperimental dengan desain diferensial. Partisipan terdiri dari 320 partisipan (160 pekerja dan 160 non-pekerja), dipilih melalui metode sampling non-probability, dengan desain pengambilan quota sampling. Instrumen yang digunakan adalah Internet Addiction Scale (IAS) versi Indonesia, yang mengukur intensitas kecanduan internet. Analisis data dilakukan menggunakan uji t-test sampel independen untuk mengevaluasi perbedaan tingkat internet addiction antar kelompok. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan, di mana kelompok non-pekerja memiliki skor internet addiction yang lebih tinggi dibandingkan kelompok pekerja. Hasil ini menunjukkan bahwa perbedaan dalam aktivitas harian dapat memengaruhi tingkat penggunaan internet.

**KATA KUNCI:** Internet Addiction; Non Pekerja; Pekerja; Penggunaan Internet; Tangerang.



## I. PENDAHULUAN

Pesatnya perkembangan teknologi telah membuat internet memungkinkan akses cepat dan mudah ke berbagai informasi, baik lokal maupun global. Internet juga memfasilitasi komunikasi jarak jauh, transaksi keuangan, hingga menyediakan beragam hiburan. Setiap individu kini dapat terhubung dengan dunia luar dalam hitungan detik, membuka peluang untuk belajar, bekerja, dan berinteraksi dengan orang lain, terlepas dari jarak fisik. Teknologi ini juga mendukung produktivitas di berbagai sektor, seperti pendidikan, bisnis, dan pemerintahan. Dengan adanya internet, proses kerja jarak jauh telah menjadi hal yang umum, memungkinkan karyawan untuk bekerja dari mana saja dan kapan saja.

Kemudahan ini menjadikan internet bukan hanya sarana tambahan, tetapi kebutuhan pokok bagi individu dan masyarakat modern. Hal ini terlihat dari meningkatnya jumlah pengguna internet. Menurut Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2024), terjadi peningkatan pengguna internet di Indonesia dari 78,19% pada tahun 2023 menjadi 79,5% pada tahun 2024. APJII juga mengumumkan bahwa jumlah pengguna internet di Indonesia pada tahun 2024 mencapai 221.563.479 jiwa, yang merupakan proporsi signifikan dari total populasi Indonesia yang berjumlah 278.696.200 jiwa pada tahun 2023. Peningkatan penggunaan internet ini menunjukkan betapa pentingnya peran teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari masyarakat Indonesia. Alih-alih hanya terkagum dengan semua manfaat dan kecanggihan tersebut, jangan lupa bahwa ada pula tantangan dan dampak negatif yang muncul akibat kemajuan teknologi internet secara global, salah satunya kecanduan internet.

*Internet addiction* didefinisikan sebagai, “*a pattern of excessive use of internet networks accompanied by poor self-control and constant obsessive thoughts of maladaptive internet use.*” (Siste et al., 2021) Berdasarkan definisi tersebut dapat disimpulkan bahwa *internet addiction* merupakan penggunaan internet secara berlebihan, yang disertai dengan kontrol diri yang lemah dan pikiran obsesif tentang penggunaannya secara tidak sehat atau tidak produktif. Fenomena ini sangat umum terjadi pada

masyarakat Indonesia, jika dicontohkan pada kelompok yang ada untuk menggambarkan fenomena ini, kelompok individu pekerja (*workers*) dan non-pekerja (*non-workers*) bisa menjadi contoh yang tepat untuk melihat gambaran *internet addiction*. Pekerja didefinisikan sebagai individu yang terlibat dalam aktivitas ekonomi yang menghasilkan produk atau layanan. Pekerja juga dapat diidentifikasi sebagai individu yang terlibat dalam kegiatan ekonomi yang jelas, seperti pada suatu perusahaan atau lembaga resmi. Non-pekerja adalah individu yang tidak terlibat dalam pekerjaan resmi (Bilton et al., 1996). Non-pekerja juga dapat dikatakan sebagai pengangguran, yaitu individu yang tidak terlibat dalam suatu kegiatan ekonomi, tidak terikat pada suatu kontrak kerja atau tidak memiliki penghasilan tetap. Pekerja sudah dapat dipastikan terpapar internet dalam lingkungan kerja mereka, yang mana penggunaan internet dapat berfungsi sebagai alat untuk meningkatkan efisiensi kinerja. Menurut Badan Pusat Statistik Indonesia (Rainer, 2023), proporsi pengguna internet di Indonesia beragam berdasarkan profesi. Posisi pertama diisi oleh buruh dan karyawan yang mencakup 29,39% dari total pengguna internet, yang menunjukkan dominasi peran mereka dalam memanfaatkan teknologi digital. Selanjutnya, individu yang bekerja mandiri, seperti pengusaha kecil dan wirausaha, menempati posisi kedua dengan 12,23%, menandakan meningkatnya pemanfaatan internet di kalangan pengusaha kecil. Pada posisi ketiga, pekerja lepas atau *freelancer* modern menyumbang 4,15%. Pekerja rumah tangga dan sukarelawan mengisi 4% dari pengguna internet, diikuti oleh kelompok yang bekerja dengan bantuan buruh tidak tetap sebesar 3,9%, serta kelompok yang dibantu buruh tetap sebesar 1,78%. Data ini menggambarkan betapa pentingnya internet sebagai alat pendukung dalam berbagai profesi dan lapisan masyarakat di Indonesia. Sebaliknya, non-pekerja (pengangguran) menggunakan internet dalam konteks pribadi dan sosial, seperti dalam penggunaan media sosial, bermain game *online* atau bahkan aktivitas buruk seperti bermain judi *online*.

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) (Muhammad, 2024), pengangguran di Indonesia mencapai hampir 7,2 juta orang, kelompok pengangguran ini mencakup angkatan kerja yang terdiri dari individu yang tidak memiliki pekerjaan namun sedang aktif mencari pekerjaan,

serta mereka yang tidak bekerja dan sedang mempersiapkan usaha. Selain itu, ada juga kelompok yang tidak bekerja dan tidak berusaha mencari pekerjaan karena merasa peluang untuk mendapatkannya sangat kecil. Di sisi lain, ada pula orang yang sudah mendapatkan pekerjaan, namun belum mulai bekerja. Pada tahun 2023 angka pengangguran di Tangerang mencapai 6,76% (Muhammad, 2024). Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), pada Februari 2024 jumlah pengangguran di Provinsi Banten tercatat sebanyak 424,69 ribu orang. Dengan angka tersebut, tingkat pengangguran terbuka (TPT) di Banten mencapai 7,02%, yang lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata nasional sebesar 4,82% pada akhir Februari 2024 (Dwi, 2024). Dikutip dari detikNews (Ahmad, 2024), minimnya lapangan pekerjaan menyebabkan banyak orang mencari alternatif untuk mendapatkan penghasilan. Salah satu pilihan yang kerap diambil adalah berjudi *online*. Judi *online* menjanjikan peluang untuk meraih kemenangan besar dengan investasi yang relatif kecil, sehingga terlihat sebagai solusi mudah untuk mengatasi masalah keuangan. Selain itu, platform judi *online* dapat diakses dengan mudah melalui *smartphone* atau komputer yang mana menjadikan hal ini sebagai salah satu dampak negatif dari penggunaan internet yang dapat merujuk ke *internet addiction*. Menurut penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa program studi psikologi di Universitas Muhammadiyah Surakarta (Hakim & Raj, 2017) dampak dari kecanduan internet meliputi pengabaian interaksi sosial, yang mana pengguna lebih memilih fokus pada aktivitas *online* meskipun ada orang yang mengajak berbicara. Mereka sering menunda kegiatan sosial langsung dan memberikan respons singkat atau merasa kesal saat diganggu. Selain memengaruhi interaksi sosial, penggunaan internet juga berdampak pada aspek lain seperti kesehatan, akademik, agama, dan ekonomi, dengan dampak positif maupun negatif. Internet juga memiliki pengaruh terhadap produktivitas. Di Indonesia sendiri banyak pengguna internet yang justru lebih fokus pada kegiatan yang tidak produktif, seperti menghabiskan waktu untuk bermain game, berselancar di media sosial, atau menonton video secara berlebihan. Fenomena kecanduan internet, di mana individu menghabiskan waktu berlebihan untuk aktivitas online yang tidak produktif, dapat semakin memperburuk

produktivitas, terutama bagi mereka yang sedang mencari pekerjaan. Pengangguran yang kecanduan internet cenderung kehilangan fokus dan waktu untuk mencari pekerjaan atau mengikuti pelatihan yang dapat meningkatkan keterampilan mereka (Yunita, 2021).

Dikutip dari detikNews (Ahmad, 2024), minimnya lapangan pekerjaan menyebabkan banyak orang mencari alternatif untuk mendapatkan penghasilan. Salah satu pilihan yang kerap diambil adalah berjudi *online*. Judi *online* menjanjikan peluang untuk meraih kemenangan besar dengan investasi yang relatif kecil, sehingga terlihat sebagai solusi mudah untuk mengatasi masalah keuangan. Selain itu, platform judi *online* dapat diakses dengan mudah melalui *smartphone* atau komputer yang mana menjadikan hal ini sebagai salah satu dampak negatif dari penggunaan internet yang dapat merujuk ke *internet addiction*. Menurut penelitian yang dilakukan oleh mahasiswi program studi psikologi di Universitas Muhammadiyah Surakarta (Hakim & Raj, 2017) dampak dari kecanduan internet meliputi pengabaian interaksi sosial, yang mana pengguna lebih memilih fokus pada aktivitas *online* meskipun ada orang yang mengajak berbicara. Mereka sering menunda kegiatan sosial langsung dan memberikan respons singkat atau merasa kesal saat diganggu. Selain memengaruhi interaksi sosial, penggunaan internet juga berdampak pada aspek lain seperti kesehatan, akademik, agama, dan ekonomi, dengan dampak positif maupun negatif. Internet juga memiliki pengaruh terhadap produktivitas. Di Indonesia sendiri banyak pengguna internet yang justru lebih fokus pada kegiatan yang tidak produktif, seperti menghabiskan waktu untuk bermain *game*, berselancar di media sosial, atau menonton video secara berlebihan. Fenomena kecanduan internet, di mana individu menghabiskan waktu berlebihan untuk aktivitas *online* yang tidak produktif, dapat semakin memperburuk produktivitas, terutama bagi mereka yang sedang mencari pekerjaan. Pengangguran yang kecanduan internet cenderung kehilangan fokus dan waktu untuk mencari pekerjaan atau mengikuti pelatihan yang dapat meningkatkan keterampilan mereka (Yunita, 2021).(Ahmad, 2024), minimnya lapangan pekerjaan menyebabkan banyak orang mencari alternatif untuk mendapatkan penghasilan. Salah satu pilihan yang kerap diambil adalah berjudi *online*. Judi *online* menjanjikan peluang untuk

meraih kemenangan besar dengan investasi yang relatif kecil, sehingga terlihat sebagai solusi mudah untuk mengatasi masalah keuangan. Selain itu, platform judi *online* dapat diakses dengan mudah melalui *smartphone* atau komputer yang mana menjadikan hal ini sebagai salah satu dampak negatif dari penggunaan internet yang dapat merujuk ke *internet addiction*. Menurut penelitian yang dilakukan oleh mahasiswi program studi psikologi di Universitas Muhammadiyah Surakarta (Hakim & Raj, 2017) dampak dari kecanduan internet meliputi pengabaian interaksi sosial, yang mana pengguna lebih memilih fokus pada aktivitas *online* meskipun ada orang yang mengajak berbicara. Mereka sering menunda kegiatan sosial langsung dan memberikan respons singkat atau merasa kesal saat diganggu. Selain memengaruhi interaksi sosial, penggunaan internet juga berdampak pada aspek lain seperti kesehatan, akademik, agama, dan ekonomi, dengan dampak positif maupun negatif. Internet juga memiliki pengaruh terhadap produktivitas. Di Indonesia sendiri banyak pengguna internet yang justru lebih fokus pada kegiatan yang tidak produktif, seperti menghabiskan waktu untuk bermain *game*, berselancar di media sosial, atau menonton video secara berlebihan. Fenomena kecanduan internet, di mana individu menghabiskan waktu berlebihan untuk aktivitas *online* yang tidak produktif, dapat semakin memperburuk produktivitas, terutama bagi mereka yang sedang mencari pekerjaan. Pengangguran yang kecanduan internet cenderung kehilangan fokus dan waktu untuk mencari pekerjaan atau mengikuti pelatihan yang dapat meningkatkan keterampilan mereka (Yunita, 2021).

Berdasarkan hasil *literature review* yang dilakukan mengenai *internet addiction*, terdapat beberapa hal yang masih perlu diidentifikasi untuk mengeksplorasi lebih lanjut fenomena ini terutama pada pekerja (*workers*) dan non-pekerja (*non-workers*). Keterbatasan pengetahuan yang perlu dikaji lebih lanjut adalah belum adanya penelitian diferensial yang secara khusus meneliti perbedaan *internet addiction* pada pekerja dan non-pekerja, apakah pada pekerja lebih tinggi tingkat adiksinya atau justru non-pekerja yang lebih tinggi tingkat adiksinya. Sebagian besar penelitian yang dilakukan sebelumnya cenderung fokus pada variabel lain, seperti *social connectedness*, dan COVID-19. Pada variabel pembeda cenderung fokus pada *internet addiction* terhadap remaja, peserta didik,

bahkan orang tua anak. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian diferensial yang mengidentifikasi langsung perbedaan *internet addiction* pada pekerja dan non-pekerja. Penelitian semacam ini akan memberikan pemahaman baru dan lebih mendalam mengenai perbedaan *internet addiction* yang dialami oleh pekerja dan non-pekerja. Dari keterbatasan pengetahuan tersebut, pertanyaan penelitian yang akan dijawab melalui penelitian ini adalah: “Apakah ada perbedaan tingkat *internet addiction* pada individu pekerja dan non-pekerja?”. Berdasarkan dari data penggunaan internet pada pekerja dan non-pekerja (pengangguran), peneliti menduga bahwa individu yang tidak bekerja (pengangguran) memiliki skor atau tingkat *internet addiction* lebih tinggi dibandingkan individu yang bekerja. Hal ini didasarkan dari dugaan bahwa, individu yang tidak bekerja memiliki waktu lebih banyak untuk mengakses internet kapan pun mereka mau dan membuka apa pun yang diinginkan, sedangkan individu yang bekerja memiliki tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan sesuai waktu yang telah ditentukan. Mereka tidak memiliki waktu untuk mengakses internet dalam konteks mencari hiburan, internet digunakan oleh mereka untuk menunjang pekerjaan. *Internet Addiction* pada penelitian ini didefinisikan operasional sebagai skor dari *Internet Addiction Scale* (IAS), yang menyatakan semakin tinggi skor diperoleh maka semakin tinggi pula adiksi terhadap internet.

## II. METODE

### A. Desain

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah non-experimental research strategy dengan differential research design (Gravetter et al., 2020). Strategi dan desain tersebut digunakan dalam penelitian ini karena peneliti sama sekali tidak melakukan manipulasi pada kelompok atau variabel pembeda pada penelitian ini, yang mana peneliti hanya ingin membandingkan dan melihat bagaimana perbedaan internet addiction pada pekerja dan non-pekerja (pengangguran) di Tangerang.

## **B. Partisipan**

Ditentukan sebanyak 350 partisipan (175 individu yang bekerja dan 175 individu yang tidak bekerja) yang berdomisili di Kota Tangerang, berdasarkan tabel penentuan sampel dari populasi tertentu yang dikembangkan oleh Isaac dan Michael. Pekerja yang dimaksud oleh peneliti pada penelitian ini adalah individu yang secara aktif mengikuti kegiatan ekonomi yang menghasilkan barang ataupun jasa, terikat pada suatu kontrak kerja yang resmi di suatu perusahaan atau lembaga, serta individu yang memiliki penghasilan tetap. Individu yang tidak bekerja oleh peneliti secara spesifik diidentifikasi, sebagai individu yang tidak secara aktif terlibat dalam kegiatan ekonomi yang menghasilkan barang atau jasa, tidak terikat pada suatu kontrak kerja yang resmi, serta tidak memiliki penghasilan tetap. Partisipan diambil menggunakan metode sampling non-probability, dengan desain pengambilan quota sampling. Pada kenyataannya, penelitian ini hanya mampu mencapai 320 partisipan, yaitu 160 pekerja dan 160 non-pekerja.

## **C. Instrumen**

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini yaitu *Internet Addiction Scale* (IAS) versi Indonesia, yang dikembangkan oleh (Siste et al., 2021) dan mengacu kepada teori (Young, 1998). IAS terdiri dari 18 item, dengan skala likert yang menunjukkan intensitas sekaligus skor, yaitu: 0 – Tidak pernah, 1 – Hampir tidak pernah, 2 – Jarang, 3 – Kadang-kadang, 4 – Sering, dan 5 – Selalu, yang mana skor paling rendah yang dapat diperoleh oleh partisipan adalah 0, dan skor paling tinggi yang dapat diperoleh oleh partisipan adalah 90. *Internet Addiction* pada penelitian ini didefinisi operasionalkan sebagai skor dari *Internet Addiction Scale* (IAS), yang menyatakan semakin tinggi skor diperoleh maka semakin tinggi pula adiksi terhadap internet.

## **D. Prosedur**

Peneliti menyebarkan skala internet addiction kepada individu yang bekerja dan yang tidak bekerja (pengangguran), sesuai dengan

kriteria partisipan yang sudah ditetapkan dalam penelitian. Penyebaran dilakukan dengan cara lisan dengan mendatangi individu yang dirasa sesuai dengan kriteria dan meminta mereka untuk mengisi kuisisioner secara online. Tak hanya penyebaran secara lisan, peneliti juga memanfaatkan teknologi seperti media sosial untuk mengait partisipan dengan jangkauan yang lebih luas, peneliti juga memanfaatkan relasi untuk membantu penyebaran kuisisioner peneliti.

### E. Teknik Analisis

Guna mengetahui jawaban terkait apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara internet addiction pada pekerja dan non-pekerja (pengangguran), yang mana individu non-pekerja (pengangguran) diduga memiliki skor internet addiction yang lebih tinggi, maka digunakanlah t-test independent sample. Untuk memudahkan perhitungan, peneliti menggunakan perangkat lunak JASP 0.19.1.0, dimana t-test independent sample merupakan salah satu fitur yang ada di dalamnya.

## III. HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN

Tabel 1 menampilkan rincian deskriptif dari jenis kelamin partisipan penelitian, dimana partisipan berjenis kelamin perempuan dalam penelitian ini berjumlah 177, dan partisipan berjenis kelamin laki-laki dalam penelitian ini berjumlah 143, dengan total keseluruhan partisipan sebanyak 320 orang.

Tabel 1

Gambaran jenis kelamin partisipan ( $N=320$ )

Jenis Kelamin	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Perempuan	177	55.313	55.313	55.313
Laki-laki	143	44.688	44.688	100.000
Missing	0	0.000		
Total	320	100.000		

Tabel 2 menampilkan rincian deskriptif mengenai usia partisipan dalam penelitian, dimana dalam penelitian ini peneliti membagi partisipan kedalam 3 kelompok usia, yaitu 26-30 tahun dengan jumlah 126 partisipan, 20-25 tahun dengan jumlah 127 partisipan, dan 31-35 tahun dengan jumlah 67 partisipan, total keseluruhan adalah 320 partisipan.

Tabel 2

## Gambaran umum usia partisipan

Usia	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
26 - 30	126	39.375	39.375	39.375
20 - 25	127	39.688	39.688	79.063
31 - 35	67	20.938	20.938	100.000
Missing	0	0.000		
Total	320	100.000		

Tabel 3 menampilkan rincian deskriptif dari domisili partisipan dalam penelitian, dimana dominasi partisipan berdomisili di Kecamatan Batuaceper Kota Tangerang, yaitu sebanyak 60 partisipan, sedangkan domisili partisipan yang paling minim dalam penelitian ini adalah Kecamatan Larangan Kota Tangerang, yaitu 1 partisipan.

Tabel 3

Gambaran domisili partisipan ( $N=320$ )

Kecamatan	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Cipondoh	41	12.812	12.812	12.812
Karawaci	28	8.750	8.750	21.563
Ciledug	41	12.812	12.812	34.375
Larangan	1	0.313	0.313	34.688
Benda	44	13.750	13.750	48.438
Cibodas	55	17.188	17.188	65.625
Batuaceper	60	18.750	18.750	84.375
Periuk	21	6.563	6.563	90.938
Jatiuwung	18	5.625	5.625	96.563
Karang Tengah	11	3.438	3.438	100.000
Missing	0	0.000		
Total	320	100.000		

Tabel 4 menggambarkan jumlah partisipan dalam kedua kelompok pembeda dalam penelitian, yaitu kelompok individu non-pekerja (pengangguran) dan kelompok individu bekerja, dimana kedua kelompok memiliki jumlah yang sama yaitu 160, dengan total partisipan sebanyak 320. Jumlah partisipan yang sama dalam setiap kelompok memungkinkan untuk membuat penelitian ini semakin valid.

Tabel 4

Gambaran kelompok partisipan

Status	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Non-pekerja	160	50.000	50.000	50.000
Bekerja	160	50.000	50.000	100.000
Missing	0	0.000		
Total	320	100.000		

Tabel 5 menunjukkan gambaran umum mengenai skor partisipan penelitian. Instrumen IAS yang diujikan kepada 320 orang pekerja dan non-pekerja, menghasilkan skor dengan median atau nilai tengah sebesar 45, nilai rata-rata sebesar 45,800, dan standar deviasi sebesar 25,419. Keseluruhan skor partisipan dalam penelitian ini, memiliki skor minimum atau terkecil yang diperoleh sebesar 8, dan skor maximum atau terbesar yang diperoleh sebesar 80.

Tabel 5

Tabel gambaran umum skor partisipan

TOTAL IAT	
Valid	320
Missing	0
Median	45.000
Mean	45.800
Std. Deviation	25.419
Minimum	8.000
Maximum	80.000

Tabel 6 menunjukkan hasil uji statistik terhadap perbedaan *internet addiction* antara pekerja dan pengangguran yang berdomisili di Tangerang. Hasil analisis menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan *internet addiction* di kedua kelompok,  $t(318) = 37,164$ ,  $p < 0,001$ .

Tabel 6

Tabel hasil uji t-test independent sample

	t	df	p
TOTAL IAT	37.164	318	< .001

Tabel 7 menunjukan kelompok pengangguran memiliki rata-rata *internet addiction* lebih tinggi ( $M = 68,681$ ,  $SD = 10,716$ ), sementara kelompok pekerja memiliki rata-rata *internet addiction* yang lebih rendah ( $M = 22,919$ ,  $SD = 11,304$ ). Berdasarkan hasil pengujian *Independent Samples T-Test*, ditemukan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok pekerja dan kelompok pengangguran dalam hal *internet addiction*. Pengangguran memiliki tingkat kecenderungan *internet addiction* yang lebih tinggi dibandingkan pekerja. Pada penelitian ini, *effect size* menunjukkan *large effect* terhadap *internet addiction* antara kelompok pekerja dan pengangguran, dengan nilai Cohen's  $d = 4,155$  (Gravetter et al., 2020). Hal ini mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan yang sangat kuat dalam tingkat *internet addiction* antara kedua kelompok tersebut.

Tabel 7

Tabel hasil skor *internet addiction*

	Group	N	Mean	SD	SE	Coefficient of variation
TOTAL IAT	Non-pekerja	160	68.681	10.716	0.847	0.156
	Bekerja	160	22.919	11.304	0.894	0.493

## DISKUSI

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan signifikan dalam tingkat *internet addiction* antara individu yang bekerja dan yang non-pekerja (pengangguran). Kelompok non-pekerja atau pengangguran

memiliki rata-rata skor internet addiction yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok pekerja. Temuan ini mendukung hipotesis bahwa kelompok non-pekerja cenderung memiliki tingkat internet addiction yang lebih tinggi. Beberapa faktor dapat menjelaskan perbedaan ini. Salah satunya adalah perbedaan dalam aktivitas harian dan struktur waktu antara kedua kelompok. Non-pekerja cenderung memiliki lebih banyak waktu luang dan sedikit keterikatan dengan tanggung jawab pekerjaan, yang dapat meningkatkan kemungkinan untuk menggunakan internet secara berlebihan, baik untuk hiburan maupun untuk mengatasi kebosanan. Sebaliknya, individu yang bekerja memiliki tuntutan pekerjaan yang membatasi waktu mereka dalam mengakses internet untuk kegiatan non-produktif, sehingga potensi kecanduan internet pada kelompok ini relatif lebih rendah.

Efek yang sangat besar ini mengindikasikan bahwa kurangnya struktur aktivitas harian dan waktu luang yang tidak terisi pada kelompok non-pekerja secara signifikan berkontribusi terhadap kecenderungan mereka mengalami internet addiction. Hasil ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa individu dengan lebih banyak waktu luang atau tanpa pekerjaan tetap cenderung menggunakan internet sebagai sarana pelarian atau pengisi waktu yang tidak terstruktur (Yunita, 2021).

#### IV. KESIMPULAN

Penelitian bertujuan untuk mengetahui perbedaan *smartphone addiction* pada pekerja dan non-pekerja. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa, terdapat perbedaan *internet addiction* pada kelompok pekerja dan kelompok pengangguran. Kelompok pengangguran memiliki tingkat *internet addiction* yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok pekerja. Hal ini sejalan dengan hipotesis peneliti yang menduga bahwa tingkat *internet addiction* pada kelompok pengangguran cenderung tinggi.

Saran peneliti untuk kelompok non-pekerja atau pengangguran adalah kurangi bermain internet terutama untuk hal-hal yang tidak

penting atau bersifat negatif seperti judi *online*, *game online*, dll. Mulai gunakanlah internet sebagai sarana untuk mencari dan mendapatkan informasi informasi mengenai lowongan pekerjaan, sebab hal ini dapat membantu mereka meningkatkan peluang untuk memperoleh pekerjaan dan mengurangi ketergantungan pada aktivitas *online* yang tidak produktif. Dengan memanfaatkan internet secara lebih positif, mereka dapat memperluas jaringan profesional, mendapatkan keterampilan baru, atau menemukan sumber daya yang dapat membantu dalam pencarian pekerjaan.

## DAFTAR REFERENSI

- Ahmad, A. (2024, July 24). *Judi online dan minimnya lapangan kerja*. DetikNews. <https://news.detik.com/kolom/d-7451633/judi-online-dan-minimnya-lapangan-kerja>
- APJII. (2024, February 7). *APJII jumlah pengguna internet Indonesia tembus 221 juta orang*. APJII. <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>
- Bilton, T., Bonnett, K., Jones, P., Skinner, D., Stanworth, M., & Webster, A. (1996). Work and non-work. In *Introductory Sociology* (Third, pp. 374–408). Macmillan Press LTD. <https://doi.org/10.1007/978-1-349-24712-7>
- Dwi, C. (2024, September 13). *Banten juara pengangguran, jumlahnya bikin geleng-geleng*. CNBC Indonesia. <https://www.cnbcindonesia.com/research/20240913151651-128-571726/banten-juara-pengangguran-jumlahnya-bikin-geleng-geleng>
- Gravetter, F. J., Forzano, L.-A. B., & Rakow. (2020). *Research method for the behavioural sciences*. Cengage.
- Hakim, S. N., & Raj, A. A. (2017). Dampak kecanduan internet (internet addiction) pada remaja. *PROSIDING TEMU ILMIAH X IKATAN PSIKOLOGI PERKEMBANGAN INDONESIA*.
- Muhammad, N. (2024, May 7). *Pengangguran indonesia berkurang jadi 7,2 juta orang awal 2024*. Databoks. <https://databoks.katadata.co.id/ketenagakerjaan/statistik/fbb9d7f2420a175/pengangguran-indonesia-berkurang-jadi-72-juta-orang-awal-2024>
- Rainer, P. (2023, September 27). *Mayoritas pengakses internet Indonesia adalah buruh dan karyawan*. GoodStats. <https://data.goodstats.id/statistic/mayoritas-pengakses-internet-indonesia-adalah-buruh-dan-karyawan-BWofU>
- Siste, K., Suwartono, C., Nasrun, M. W., Bardosono, S., Sekartini, R., Pandelaki, J., Sarasvita, R., Murtani, B. J., Damayanti, R., & Wiguna, T. (2021). *Validation study of the Indonesian internet addiction*

*test* *among* *adolescents.*  
<https://doi.org/https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245833>

Young, K. S. (1998). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyber Psychology and Behavior*, 1(3), 237–244.

Yunita, A. K. (2021). Internet dan pengaruhnya terhadap pengangguran di Indonesia tahun 2015-2019. *Berdikari :Jurnal Ekonomi Dan Statistik Indonesia*, 1(1), 39–46.  
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.11594/jesi.01.01.05>