



## Pengaruh FoMO dan *Emotional Intelligence* Terhadap *Internet Addiction* Pada Mahasiswa

Received: 08<sup>th</sup> Desember 2023; Revised: 31<sup>th</sup> Januari 2024; Accepted: 30<sup>th</sup> Maret 2024

Permalink/DOI: <http://dx.doi.org/10.15548/7949>

### Firman Syah\*)

UIN Sunan Ampel Surabaya, Indonesia

E-mail: [11020120058@student.uinsby.ac.id](mailto:11020120058@student.uinsby.ac.id)

### Hamim Rosyidi

UIN Sunan Ampel Surabaya, Indonesia

E-mail: [hamim.rosyidi@uinsa.ac.id](mailto:hamim.rosyidi@uinsa.ac.id)

\*) Corresponding Author

**Abstrak:** *Internet addiction* merupakan penggunaan internet berlebihan dan tidak terkontrol yang dilakukan oleh seseorang. Mahasiswa seringkali terkena *internet addiction* dikarenakan mahasiswa banyak menggunakan waktunya untuk berinternet. *Internet addiction* banyak memberikan dampak negatif bagi mahasiswa. Mahasiswa perlu mengetahui faktor-faktor pendorong terjadinya *internet addiction* agar terhindar darinya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara *fear of missing out* dan *emotional intelligence* terhadap *internet addiction* pada mahasiswa. Partisipan dalam penelitian ini adalah 400 orang mahasiswa aktif yang berkuliah di Kota Surabaya. Penelitian ini menggunakan tiga alat ukur untuk mengukur masing-masing variabel, yaitu: Internet Addiction Test (IAT), Online Fear of Missing Out (ON-FoMO) dan Trait Emotional Intelligence Questionnaire Short Form (TEIQU-SF). Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah purposive sampling. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji regresi linear berganda. Hasil analisis memperlihatkan kedua variabel berpengaruh terhadap *internet addiction* pada mahasiswa. Penelitian ini juga menemukan hasil bahwa sumbangan efektif dari FoMO terhadap *internet addiction* lebih besar dibandingkan sumbangan efektif *emotional intelligence* terhadap *internet addiction*.

**Kata Kunci:** FoMO, emotional intelligence, internet addiction

**How to Cite:** Syah, F., & Rosyidi, H. (2024). Pengaruh FoMO dan emotional intelligence terhadap internet addiction pada mahasiswa. *Al-Qalb: Jurnal Psikologi Islam*, 15(1), 79 – 93. DOI: <http://dx.doi.org/10.15548/7949>

## PENDAHULUAN

*Intenet addiction* adalah penggunaan internet yang bermasalah dimana individu kehilangan kontrol dan terus menerus

menggunakan internet (Černja et al., 2019). *Internet addiction* pada mahasiswa dapat terjadi karena dipengaruhi oleh tipe kepribadian yang mereka miliki (Budysan & Sidjaja, 2019). Usia seseorang diketahui

memoderasi kecenderungan seseorang untuk terkena *internet addiction* (Li et al., 2021). Mahasiswa yang menggunakan internet untuk bersosialisasi dan menghabiskan waktunya lebih dari empat jam untuk hal tersebut cenderung untuk terkena *internet addiction* (Aygur et al., 2019; Kittinger et al., 2012). *Internet addiction* pada dewasa awal dan mahasiswa diketahui dapat mempengaruhi dan mengubah pola tidur (Kawabe et al., 2019; Vu et al., 2022).

Penelitian (Anastasya et al., 2022) menemukan *internet addiction* pada mahasiswa banyak terjadi karena dalam kesehariannya mahasiswa selalu berhubungan dan menggunakan internet. *Internet addiction* pada mahasiswa dan siswa sekolah mempengaruhi penggunaan media sosial mereka (Simsek et al., 2019). *Internet addiction* menurunkan kepercayaan diri, keefektifan diri, kesepian dan *self-efficacy* akademik pada mahasiswa (Baturay & Toker, 2019). Tingkat keparahan *internet addiction* pada mahasiswa dipengaruhi oleh jenis kelamin mahasiswa tersebut (Shan et al., 2021). *Internet addiction* mempengaruhi prestasi akademik mahasiswa (Javaeed et al., 2020).

Selain data penelitian, terdapat beberapa artikel yang memuat mengenai fenomena *internet addiction* pada di Indonesia. Artikel Inews menemukan bahwa selama masa pandemi terjadi peningkatan *internet addiction* di kalangan remaja (Mufarida, 2022). Artikel yang diterbitkan unairnews menjelaskan peningkatan *internet addiction* selama masa pandemi dikarenakan kurangnya aktivitas fisik yang bisa dilakukan (Hermawan, 2022). Kompas dalam artikelnya menyebutkan sebanyak 59,1% mahasiswa di Indonesia

terkena *internet addiction* (Agatha et al., 2023). CNN dalam berita yang diterbitkannya membahas dari seluruh provinsi di Indonesia terdapat 19,3% anak dan 14,4% dewasa muda yang cenderung mudah terkena *internet addiction*.

Griffiths (2015) menjelaskan terdapat enam dimensi yang membentuk *internet addiction*, yaitu: *salience*, *mood change*, *tolerance*, *withdrawal symptoms*, *conflict* dan *relapse*. *Salience* adalah aktivitas berinternet menjadi hal yang paling utama dalam kehidupan seseorang, *mood change* adalah perubahan suasana hati yang dipengaruhi oleh aktivitas internet yang dilakukan, *tolerance* adalah meningkatnya toleransi waktu akan waktu yang dihabiskan untuk berinternet, *withdrawal symptoms* adalah gejala putus obat pada individu yang mengalami kecanduan, *conflict* adalah pertikaian internal atau eksternal yang muncul akibat dari penggunaan internet dan relapse adalah kecenderungan seseorang untuk kembali mengulang aktivitas yang membuat mereka kecanduan (Prambayu & Dewi, 2019).

Young (Sukindro & Kaloeti, 2022; K. S. Young, 1999) menjelaskan dimensi *internet addiction*, terdiri dari *salience*, *excessive use*, *neglect to work*, *neglect to social life*, *anticipation* dan *lack of control*. Young (Agastya et al., 2020; K. Young et al., 2000) mengklasifikasikan internet kedalam lima kategori, yaitu: *cybersexual addiction*, *cyber-relationship addiction*, *net compulsions*, *information overload* dan *computer addiction*. *Cybersexual addiction* adalah kecanduan dalam melakukan kegiatan atau aktivitas seksual didalam berinternet., *cyber-relationship addiction* adalah kecanduan untuk mencari,

berhubungan atau mempertahankan hubungan online, *net compulsions* adalah kompulsivitas dalam mengakses *web judi*, belanja dan perdagangan *online*, *information overload* adalah aktivitas menghabiskan waktu terlalu banyak dalam mengakses internet untuk mendapatkan informasi dan *computer addiction* adalah kecanduan dalam mengakses *web games online* dalam berinternet (Mustapha et al., 2022).

*Internet addiction* disebabkan oleh beberapa faktor, penelitian yang dilakukan oleh (Jannah & Jannah, 2017) menjelaskan durasi penggunaan internet merupakan faktor yang menyebabkan *internet addiction*. Hal ini dikarenakan semakin lama seseorang menghabiskan waktunya untuk berinternet maka semakin meningkat resiko seseorang terkena *internet addiction*. Penelitian Lancy D'Souza et al., (2018) menjelaskan academic stress adalah salah satu faktor yang mempengaruhi internet, hal ini dikarenakan individu yang mengalami academic stress akan menghabiskan waktunya untuk lebih banyak mengakses atau menggunakan internet sebagai salah satu cara agar ia bisa menetralkan atau mengendalikan dirinya dari academic stress yang dialaminya.

*Internet addiction* memiliki beberapa dampak negatif bagi individu, beberapa dampaknya ialah sebagai berikut. Penelitian yang dilakukan oleh (Nurina Hakim & Alyu Raj, 2017) menjelaskan individu dengan *internet addiction* memiliki interaksi sosial yang buruk. Individu dengan *internet addiction* kerap kali mengabaikan lawan bicara karena terlalu fokus berinternet sehingga hal ini dapat menyebabkan kurang baiknya interaksi sosial seseorang dengan *internet*

*addiction*. Penelitian Noroozi et al., (2021) mendapatkan temuan seseorang yang memiliki kecanduan akan internet mengalami penurunan dari segala aspek *quality of life*, hal ini karena seseorang dengan *internet addiction* merasa tidak membutuhkan hal lain selain internet dalam memenuhi kebutuhan hidupnya.

Terdapat faktor-faktor yang disebut sebagai penyebab terjadinya *internet addiction*, salah satunya ialah FoMO. Przybylski et al., (2013) menjelaskan FoMO adalah kecemasan seseorang bahwa ada orang lain diluar dirinya yang memiliki pengalaman lebih memuskan dari dirinya Sette et al., (2020) menjelaskan FoMO sebagai sebuah fenomena keinginan dan kebutuhan untuk terhubung dengan orang lain, dimana fenomena ini erat kaitannya dengan penggunaan internet dan sosial media.

Manusia memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi, salah satunya ialah kebutuhan psikologis. Manusia memiliki kebutuhan psikologis akan keterhubungan, sehingga seseorang akan selalu berusaha untuk menjalin dan mempertahankan hubungan yang dimilikinya (Vaidya et al., 2016). Kebutuhan ini mendorong seseorang untuk bisa terhubung dengan individu lain dan ketidakterpenuhinya kebutuhan ini menjadi faktor munculnya FoMO pada diri seseorang (Przybylski et al., 2013).

Sette et al., (2020) menjelaskan FoMO terdiri dari empat dimensi yang membentuknya, yaitu: *need to belong*, *need for popularity*, *anxiety* dan *addiction*. *Need to belong* adalah kebutuhan seseorang untuk menjadi bagian dari suatu kelompok, *need for popularity* adalah

kebutuhan seseorang untuk dikenal dan diakui oleh orang lain, *anxiety* adalah kecemasan tertinggal informasi atau momen yang dirasakan oleh orang lain dan *addiction*, adalah ketergantungan seseorang dari berhubungan dengan orang lain, hal ini ditandakan dengan penggunaan internet maupun sosial media untuk tetap bisa menjalin hubungan (Kurniawan & Utami, 2022).

Przybylski (2013) menjelaskan terdapat tiga faktor yang mempengaruhi terjadinya FoMO pada seseorang, yaitu *need for autonomy*, *need for competence* dan *need for relatedness*. *Need for autonomy* adalah kebutuhan individu untuk merasa memiliki kekuasaan dan kendali atas apa yang ia inginkan, *need for competence* adalah kebutuhan individu untuk merasa mampu dan terampil untuk melakukan suatu hal dan *need for relatedness* adalah kebutuhan individu untuk menjadi bagian dari kelompok dan memiliki hubungan dengan individu lainnya (Ruyandy & Kartasasmita, 2021).

FoMO memiliki beberapa dampak pada diri seseorang. Penelitian Purba et al., (2021) menjelaskan orang yang memiliki tingkat FoMO cenderung memiliki perasaan tidak cukup dirinya sendiri, hal ini dikarenakan mereka tidak senang ada orang lain yang lebih baik dari dirinya. Penelitian yang dilakukan oleh (Mulyono, 2021) mendapatkan temuan bahwasanya orang dengan FoMO cenderung menggunakan media sosial secara berlebihan, hal ini dikarenakan orang dengan FoMO yang tinggi cenderung terus memantau aktivitas orang lain dan mereka menggunakan media sosial secara berlebihan untuk tetap terhubung dengan kegiatan orang lain.

FoMO berpengaruh terhadap *internet addiction* berdasarkan hasil temuan dari beberapa penelitian terdahulu yang pernah dilakukan. Penelitian Akbari et al., (2021) menemukan korelasi antara FoMO dengan *internet addiction*. Temuan ini menjelaskan jika FoMO pada diri seseorang meningkat maka kecenderungan seseorang untuk terkena *internet addiction* juga meningkat, penelitian ini juga menemukan bahwasanya di beberapa daerah yang diteliti terdapat temuan bahwa FoMO pada diri seseorang meningkat seiring dengan bertambahnya usia orang tersebut. Penelitian yang Anastasya et al., (2022) menemukan hubungan positif antara FoMO dengan *internet addiction* pada mahasiswa, hal ini dikarenakan internet memberikan kemudahan bagi mahasiswa untuk mencari informasi, bermain game dan juga berhubungan atau berkoneksi dengan orang lain, sedangkan FoMO mendorong seseorang untuk terus berhubungan dengan orang lain karena takut tidak merasakan momen yang dirasakan oleh orang lain, sehingga FoMO mendorong seseorang untuk menghabiskan waktu lebih lama dalam berinternet agar tetap terhubung dengan orang lain.

*Emotional intelligence* juga disebut sebagai salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya *internet addiction* pada seseorang. (Singh et al., 2022) mendefinisikan *emotional intelligence* sebagai kemampuan untuk mengenali, menggunakan dan memahami emosi serta informasi yang didapat dari emosi. (Kotsou et al., 2019) mendefinisikan *emotional intelligence* (EI) sebagai kemampuan untuk mengenali, mengungkapkan, memahami, mengelola dan menggunakan emosi.

Petrides (Chirumbolo et al., 2019; Petrides et al., 2010) menjelaskan *emotional intelligence* terdiri dari empat dimensi, yaitu: *emotionality*, *self-control*, *well-being* dan *sociability*. *Emotionality* adalah kemampuan seseorang untuk menerima dan menunjukkan emosinya serta menggunakannya untuk berhubungan dengan orang lain. *Self-control* adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan dirinya untuk meraih hal yang dituju. *Well-being* adalah kemampuan seseorang untuk merasa sejahtera akan dirinya dan beradaptasi dengan stress yang ia terima atau rasakan dan *sociability* adalah kemampuan seseorang untuk menjalin hubungan dengan seseorang (Dåderman & Hjalmarsson, 2022).

Alnjadat & Al-Rawashdeh (2021) menjelaskan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *emotional intelligence*, yaitu: faktor personal, keluarga dan akademik. Faktor personal, yakni gender, etnis dan kota kelahiran dianggap menjadi faktor yang mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang. Faktor keluarga, yakni situasi keluarga, ekonomi keluarga dan status keluarga dianggap mampu mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang. Faktor akademik, yakni tingkat pendidikan, pendidikan terakhir yang dijalani, lama waktu pendidikan dianggap menjadi salah satu yang mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang. Goleman (dalam Safari & R, (2019) menjelaskan faktor yang mempengaruhi *emotional intelligence* adalah faktor keluarga dan non-keluarga. Keluarga sebagai institusi pertama yang mengajarkan bagaimana seorang anak mengolah emosi menjadi faktor yang mempengaruhi dalam perkembangan *emotional intelligence* anak

dan Non-keluarga adalah segala hal yang diluar keluarga, seperti lingkungan sekolah, lingkungan pertemanan anak dan lainnya, anak akan berhadapan dengan lingkungan ini dalam kesehariannya dan inilah yang akan mengasah kecerdasan emosional seorang anak (Setyawan & Simbolon, 2018).

*Emotional intelligence* memiliki beberapa dampak pada diri seseorang. Penelitian Quílez-Robres et al., (2023) menjelaskan *emotional intelligence* dapat digunakan untuk memprediksi performa belajar seseorang. Hal ini dikarenakan oleh kemampuan seseorang dalam kecerdasan emosional yang baik untuk mengelola emosinya sehingga dapat mendukungnya dalam menjalani proses pembelajaran.. Penelitian Issah, (2018) menjelaskan bahwa seseorang dengan kecerdasan emosional yang baik cenderung memiliki *leadership* yang baik. Hal ini dikarenakan individu mampu untuk menerima dan memahami emosi yang ada pada orang lain dan menggunakan pemahaman tersebut untuk menjalin hubungan dengan orang lain.

*Emotional intelligence* berpengaruh terhadap *internet addiction* seseorang berdasarkan hasil temuan dari beberapa penelitian terdahulu yang pernah dilakukan. Penelitian yang dilakukan oleh (Putu et al., 2022) mendapatkan hasil penelitian bahwa terdapat korelasi negatif antara *emotional intelligence* dengan *internet addiction*. Hal ini berarti jika seseorang memiliki *emotional intelligence* yang baik maka kecenderungan orang tersebut untuk terkena *internet addiction* akan menurun, begitu pula sebaliknya. Penelitian yang dilakukan oleh (Saraiva et al., 2018) juga menemukan korelasi negatif

antara *emotional intelligence* dan *internet addiction*, temuan lain yang didapatkan dari penelitian ini ialah perempuan dan orang yang lebih tua memiliki *emotional intelligence* yang lebih baik dibandingkan laki-laki dan seseorang di usia muda.

Penelitian ini dilakukan untuk menemukan apakah terdapat pengaruh dari FoMO dan *emotional intelligence* terhadap *internet addiction* secara simultan, meskipun peneliti terdahulu sudah banyak melakukan penelitian mengenai pengaruh FoMO dan *emotional intelligence* terhadap *internet addiction* masih sedikit penelitian yang meneliti hubungan dari kedua variabel secara bersamaan. Penelitian ini menggunakan alat ukur ON-FoMO yang dikembangkan oleh (Sette et al., 2020) dimana alat ukur ini sudah menambahkan aspek-aspek penggunaan media sosial dalam mengukur FoMO seseorang.

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif korelasional yang terdiri dari dua variabel independen, yakni FoMO dan *emotional intelligence* serta satu variabel dependen yakni *internet addiction*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini ialah no-probability sampling jenis purposive sampling dengan kriteria partisipan, yaitu: mahasiswa/i aktif yang berkuliah di perguruan tinggi di Kota Surabaya, sering menunda mengerjakan tugas atau pekerjaan untuk bermain internet, sering merasa lupa waktu ketika sudah bermain internet dan sering merasa internet mengganggu aktivitas lain dalam kehidupan sehari-hari serta bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian. Pengambilan 400 penelitian dilakukan secara online dengan menyebarkan *google form* berisikan kuisioner penelitian

terhadap mahasiswa/i surabaya melalui media sosial. Pengambilan data dilakukan sejak tanggal 21 November hingga 9 Desember 2023.

Tiga skala pengukuran digunakan dalam penelitian ini. Tingkat *internet addiction* pada seseorang diukur dengan menggunakan skala Internet Addiction Test yang dikembangkan berdasarkan dimensi yang dikemukakan oleh Young (K. S. Young, 1999). Internet Addiction Test terdiri dari 20 aitem yang diukur dengan skala likert rentang satu hingga lima. Internet Addiction Test sudah pernah diadaptasi kedalam bahasa dan diujikan didalam penelitian, skala ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,895 (Prasojo et al., 2018).

FoMO diukur menggunakan skala ON-FoMO yang dikembangkan berdasarkan dimensi yang dinyatakan oleh Sette dkk (Sette et al., 2020). Skala ON-FoMO terdiri dari 20 aitem yang diukur dengan skala likert skala satu sampai lima. Skala ON-FoMO sebelumnya sudah pernah diadaptasi dan diujikan didalam penelitian, skala ini memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,890 (Kurniawan & Utami, 2022).

*Emotional intelligence* diukur menggunakan TEIQUE-SF yang dikembangkan berdasarkan dimensi yang dikemukakan oleh Petrides (Petrides et al., 2010). TEIQUE-SF terdiri dari 30 aitem yang diukur dengan skala likert rentang satu hingga tujuh. TEIQUE-SF sudah pernah diadaptasi kedalam bahasa dan

diujikan didalam penelitian, skala ini mendapatkan nilai reliabilitas sebesar 0,981 (Febriana & Fajrianti, 2021).

Tabel 1. Data Demografi Partisipan Penelitian

Demografi	Kategori	Jumlah	Persentase		
Usia	17	5	1,3%		
	18	29	7,3%		
	19	58	14,5%		
	20	80	20,0%		
	21	120	30,0%		
	22	76	19,0%		
	23	24	6,0%		
	24	7	1,8%		
	25	1	0,3%		
Jenis Kelamin	Pria	111	27,75%		
	Wanita	289	72,25%		
Lulusan	SMA	301	75,3%		
	SMK	38	9,5%		
	MA	46	11,5%		
	Pesantren	15	3,8%		
Status Pekerjaan	Sudah	123	31%		
	Bekerja	277	69%		
	Belum				
Durasi	Bekerja	37	9%		
	2-4 Jam				
	4-6 Jam			100	25%
	6-8 Jam			114	29%
Konten	>8 Jam	149	37%		
	Medsos	358	90%		
	Streaming	32	8%		
	E-commerce	8	2%		
	Berita	2	1%		
Jenjang Pendidikan	D3	27	7%		
	D4	39	10%		
	S1	334	84%		

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini peneliti melakukan uji prasyarat terlebih dahulu sebelum melakukan uji hipotesis. Uji prasyarat dilakukan dengan menggunakan uji asumsi klasik, hal ini dilakukan untuk mengukur

normalitas data, heteroskedastisitas dan multikolinearitas pada data penelitian.

Uji prasyarat mendapatkan hasil bahwasanya data terdistribusi dengan normal. Data dikatakan terdistribusi secara normal jika memiliki nilai signifikansi  $> 0,05$ . Uji kolmogorov-smirnov terhadap data penelitian ini mendapatkan nilai signifikansi sebesar  $0,079 > 0,05$ . Hal ini berarti data terdistribusi dengan normal. Uji heteroskedastisitas digunakan untuk melihat apakah terdapat heteroskedastisitas pada dalam penelitian, tidak terjadi heteroskedastisitas bila nilai signifikansi  $> 0,05$ . Hasil dari uji heteroskedastisitas mendapatkan hasil bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas data dalam penelitian ini, hal ini dilihat dari nilai signifikansi FoMO dan *emotional intelligence* yang sebesar 0,383 dan  $0,958 > 0,05$ . Hal ini berarti tidak terjadi heteroskedastisitas pada data.

Uji multikolinearitas dilakukan untuk melihat apakah terdapat hubungan multikolinear antar variabel dan hasil yang didapatkan pada data ialah tidak terjadi multikolinearitas antar variabel, hal ini dilihat berdasarkan hasil uji multikolinearitas yang didapat dimana nilai tolerance dan VIF untuk variabel FoMO (X1) dan *emotional intelligence* (X2) adalah 0,882 dan 1,134. Nilai tolerance di atas 0,10 dan nilai VIF di bawah 10 sehingga dikatakan tidak terjadi multikolinearitas antar variabel.

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis regresi linear berganda untuk menilai sejauh mana pengaruh dua variabel bebas terhadap variabel dependen (Muhid, 2019).

### 1) Uji T

Uji T digunakan untuk mencari tahu apakah koefisien regresi dari masing-masing variabel independen mempengaruhi variabel dependen (P & Permatasari, 2022).

Tabel 2. Hasil Uji T

Model	Unstd. Coef		Std. Coef	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Constant	28.802	3.789		7.602	.000
FoMO	.694	.032	.740	21.938	.000
EQ	-.075	.027	-.092	-2.728	.007

Berdasarkan tabel uji t didapatkan sebuah persamaan regresi, yaitu:  $Y = 28,802 + 0,694 X_1 - 0,075 X_2$ . Berdasarkan persamaan ini disimpulkan bahwasanya variabel  $X_1$  dan variabel  $Y$  memiliki arah hubungan positif yang berarti semakin meningkat nilai variabel  $X_1$  maka semakin tinggi nilai  $Y$ , sedangkan variabel  $X_2$  dan variabel  $Y$  memiliki arah hubungan negatif dimana jika variabel  $X_2$  meningkat maka nilai  $Y$  menurun. Hubungan secara parsial dapat dilihat variabel FoMO memiliki nilai signifikansi

Hubungan secara parsial dari masing-masing variabel dapat dilihat dari data tabel diatas. Berdasarkan tabel diatas didapatkan nilai signifikansi dari variabel FoMO adalah 0,000 (sig. < 0,05) hal ini berarti terdapat pengaruh antara FoMO terhadap Internet Addiction pada mahasiswa. Nilai signifikansi dari emotional intelligence sebesar 0,007 (sig. < 0,05) hal ini berarti terdapat pengaruh

antara emotional intelligence terhadap internet addiction pada mahasiswa.

### 2) Uji F

Uji F pada penelitian ini digunakan untuk mengetahui apakah kedua variabel independen secara simultan mempengaruhi variabel dependen (P & Permatasari, 2022)

Tabel 3. Hasil Uji F

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	54046.433	2	27023.216	300.275	.000 <sup>b</sup>
Residual	35727.965	397	89.995		
Total	89774.398	399			

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa nilai signifikansi dari variabel independen adalah 0,000 Hal ini berarti variabel independen secara signifikan berpengaruh terhadap variabel dependen secara simultan.

### 3) Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi pada penelitian ini digunakan untuk melihat seberapa besar yang diberikan dari kedua variabel independen terhadap variabel dependen pada penelitian ini (P & Permatasari, 2022).

Tabel 4. Hasil Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error	Durbin-Watson
1	.776 <sup>a</sup>	.602	.600	9.487	2.171

Nilai R square pada tabel diatas adalah 0,602 yang menunjukkan jika variabel *fear of missing out* ( $X_1$ ) dan *emotional*

*intelligence* (X2) memberikan pengaruh kepada variabel *internet addiction* sebesar 60,2%. Sedangkan 39,8% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain.

Sumbangan efektif variabel FoMO terhadap *internet addiction* pada mahasiswa sebesar 57,01%, sedangkan sumbangan efektif *emotional intelligence* terhadap *internet addiction* pada mahasiswa ialah sebesar 3,19%. Total sumbang efektif dari kedua variabel terhadap *internet addiction* pada mahasiswa ialah sebesar 60,2%. Sumbangan relatif variabel FoMO terhadap *internet addiction* pada mahasiswa sebesar 94,7%, sedangkan sumbangan relatif *emotional intelligence* terhadap *internet addiction* pada mahasiswa ialah sebesar 5,3%.

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan terdapat pengaruh yang signifikan antara FoMO dan *emotional intelligence* terhadap *internet addiction* pada mahasiswa. FoMO dianggap menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya *internet addiction* pada mahasiswa. Hal ini dikarenakan individu dengan FoMO mereka memiliki ketakutan tertinggal akan suatu momen, informasi ataupun *trend* yang sedang terjadi (Purba et al., 2021). Ketakutan tertinggal ini mendorong individu untuk berusaha selalu terhubung dengan orang lain, salah satu cara yang dilakukan ialah dengan berinternet. Ketakutan seseorang tertinggal akan hal yang terjadi meningkatkan tingkat fomo yang ada pada dirinya, tingkat fomo yang tinggi akan mempengaruhi seseorang untuk menghabiskan waktu lebih lama dalam berinternet agar dirinya tetap bisa berhubungan dan terhubung dengan orang lain dan durasi penggunaan internet yang

berlebihan yang menyebabkan seseorang dapat terkena *internet addiction* (Isnaini & Triyono, 2021).

Individu dengan FoMO memiliki ketakutan akan kehilangan momen individu yang berharga, hal ini dapat menyebabkan dirinya untuk menghabiskan waktu lebih lama dalam berinternet untuk tetap terhubung dan mencoba merasakan momen yang dirasakan oleh orang lain (Azizah & Baharudin, 2021). Individu dengan FoMO juga memiliki ketakutan akan kehilangan momen kelompok yang berharga, hal ini bisa menyebabkan dirinya untuk menghabiskan banyak waktunya untuk *online* untuk mengecek dan melihat aktivitas dari grup yang ia menjadi bagian darinya (Putri & Halimah, 2019).

Pada mahasiswa, FoMO memiliki beberapa dampak negatif didalamnya. Penelitian dari (Ayggar et al., 2019) menemukan bahwa FoMO mempengaruhi penggunaan internet yang bermasalah di kalangan mahasiswa. Hasil ini didapatkannya setelah melakukan penelitian terhadap 463 mahasiswa Eskisehir Osmangazi University. Penelitian (Vaidya et al., 2016) mendapatkan hasil bahwasanya FoMO dapat memicu munculnya *internet addiction* pada diri seseorang dan hasil temuan sebaliknya tidak ditemukan pada penelitian ini.

Penelitian (Setyaningsih et al., 2023) menemukan adanya korelasi antara gender, *internet addiction* dan juga FoMO. Pada penelitiannya ditemukan fomo mendorong meningkatnya *internet addiction* pada seseorang dan FoMO juga memicu terjadinya *internet addiction* pada seseorang, terdapat kaitan antara gender

dengan *internet addiction*. Dimana dalam penelitian yang dilakukan oleh setyaningsih dkk ditemukan laki-laki rentan terkena *internet addiction* dikarenakan laki-laki banyak menghabiskan waktunya dalam berinternet untuk mengunjungi situs judi online, permainan online dan dewasa.. Perempuan rentan terkena *internet addiction* karena perempuan banyak menggunakan internet untuk menjalin hubungan atau bertukar pesan dan berbelanja online

*Emotional intelligence* berpengaruh terhadap *internet addiction* pada seseorang hal ini karena seseorang dengan kecerdasan emosional yang rendah cenderung untuk terkena internet addiction dan begitu pula sebaliknya (Putu et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh (Mizera et al., 2019) mendapatkan temuan pada siswa sekolah katowice terdapat korelasi antara kecerdasane emosional siswa dengan kecenderungan siswa terkena *internet addiction*, hal ini dilihat dari perilaku penggunaan internet berlebihan yang dilakukan oleh siswa dimana hal ini megindikasikan rendahnya kecerdasan emosional yang dimiliki oleh siswa yang melakukan hal ini (Mizera et al., 2019).

Penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa di vietnam yang dilakukan oleh (Vu et al., 2022) menemukan bahwasanya komponen internet addiction, seperti regulasi emosi, kemampuan seseorang untuk memahami emosinya dan kemampuan seseorang untuk memahami emosi orang lain berpengaruh terhadap kecenderungan terjadinya kecanduan internet pada seseorang. Penemuan ini juga menemukan bahwasanya usaha untuk meningkatkan kemampuan dan kecerdasan emosional seseorang dapat mengatasi atau

menurunkan terjadinya *internet addiction* pada seseorang.

*Emotional intelligence* seseorang berpengaruh terhadap *self-control* yang dimiliki individu. Individu dengan kecerdasan emosional yang baik mampu untuk mengontrol dirinya dari segala macam gangguan untuk mencapai tujuan yang ia inginkan, kurangnya kemampuan dalam mengontrol diri seseorang dapat dikaitkan dengan ketidakmampuan seseorang untuk menilai seberapa lama waktu yang cukup untuk dihabiskan oleh seseorang daalam berinternet. Hal ini yang membuat *emotional intelligence* dapat mempengaruhi *internet addiction* seseorang karena kurangnya *self-control* yang dipengaruhi oleh kurangnya *emotional intelligence* seseorang.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang didapat dari penelitian ini ialah terdapat pengaruh antara FoMO dan *emotional intelligence* terhadap *internet addiction* pada mahasiswa secara signifikan. FoMO berkorelasi positif dengan *internet addiction* berarti jika tingkat FoMO seseorang meningkat, maka meningkat juga kecenderungan orang tersebut terkena *internet addiction*. *Emotional intelligence* berkorelasi negatif dengan *internet addiction*, semakin tinggi *emotional intelligence* seseorang maka semakin rendah kecenderungan orang tersebut untuk terkena *internet addiction*.

Pengaruh kedua variabel independen FoMO dan *emotional intelligence* terhadap variabel dependen *internet addiction* secara simultan, hal ini berarti FoMO dan *emotional intelligence* secara bersamaan

mempengaruhi *internet addiction* pada mahasiswa. Sumbangan efektif dari masing-masing variabel menunjukkan bahwa FoMO memberikan sumbangan efektif yang lebih besar terhadap *internet addiction* dibandingkan dengan pengaruh *emotional intelligence* terhadap *internet addiction*.

#### 1. Untuk Mahasiswa

Mayoritas mahasiswa dalam penelitian ini memiliki tingkat *internet addiction* yang sedang, oleh karena itu disarankan mahasiswa untuk menurunkan tingkat *internet addiction*nya dengan cara membatasi waktu berinternet, membatasi biaya yang dikeluarkan untuk internet dan tidak menjadikan internet sebagai tempat pelarian untuk mencari kenyamanan dari dunia nyata.

#### 2. Untuk Perguruan Tinggi

Pihak kampus atau perguruan tinggi diharapkan untuk melakukan pengukuran terhadap rentang waktu yang mungkin mahasiswa habiskan dalam mengerjakan tugas yang diberikan agar mahasiswa tidak menghabiskan waktu terlalu banyak di internet, karena mahasiswa seringkali menyelingi waktu dalam mengerjakan tugas kuliah dengan mengakses konten lain diluar konten pendidikan hingga mereka menjadi kecanduan internet.

#### 3. Untuk Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat menambah jumlah responden agar taraf signifikansi kesalahan semakin mengecil didalam penelitian yang dilakukan. Peneliti selanjutnya dapat menambah data demografi penelitian. Peneliti selanjutnya juga dapat mengganti

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti, maka peneliti merangkum beberapa saran yang peneliti rasa bisa untuk diberikan kepada beberapa pihak dengan harapan hal ini dapat bermanfaat untuk pihak yang disebut, diantaranya:

metode analisis, teknik sampling ataupun variabel yang digunakan sebagai variabel independen atau sebagai variabel prediktor terjadinya *internet addiction* pada diri seseorang.

## REFERENSI:

- Agastya, I. G. N., Siste, K., Wiwie, M., Nasrun, S., & Kusumadewi, I. (2020). Cybersex addiction : an overview of the development and treatment of a newly emerging disorder. *Medical Journal of Indonesia*, 29(2), 233–241.
- Agatha, I. A., Agustina, & Wati, L. (2023, February 13). 59,1 Persen Mahasiswa Kecanduan Internet. *Kompas*. <https://www.kompas.com/edu/read/2023/02/13/165931371/591-persen-mahasiswa-kecanduan-internet?page=all>
- Akbari, M., Seydavi, M., Palmieri, S., Mansueto, G., Caselli, G., & Spada, M. M. (2021). Fear of missing out (FoMO) and internet use: A comprehensive systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, 10(4), 879–900. <https://doi.org/10.1556/2006.2021.00083>
- Alnjadat, R., & Al-Rawashdeh, A. (2021). Confounding Factors Affecting the Emotional Intelligence Amongst Jordanian Nursing and Midwifery Undergraduate Students During the COVID-19 Pandemic's Outbreak: A Cross-Sectional Study Using USMEQ-i. *Frontiers in Psychology*, 12(October), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.770261>
- Anastasya, Y. A., Hadijah, C. M., Amalia, I., & Suzanna, E. (2022). Correlation Between Fear of Missing Out and Internet Addiction in Students. *International Journal of Islamic Educational Psychology*, 3(1), 35–43. <https://doi.org/10.18196/ijiep.v3i1.14038>
- Aygar, H., Goktas, S., Zencirci, S. A., Alaiye, M., Onsuz, M. F., & Metintas, S. (2019). Association between fear of missing out in social media and problematic internet use in university students. *Dusunen Adam - The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 32(4), 302–308. <https://doi.org/10.14744/DAJPNS.2019.00044>
- Azizah, E., & Baharudin, F. (2021). HUBUNGAN ANTARA FEAR OF MISSING OUT (FOMO) DENGAN KECANDUAN MEDIA SOSIAL INSTAGRAM PADA REMAJA. *JURNAL PSIKOLOGI HUMANISTIK* 45, 9(1), 17–25.
- Baturay, M. H., & Toker, S. (2019). Internet addiction among college students: Some causes and effects. *Education and Information Technologies*, 24(5), 2863–2885. <https://doi.org/10.1007/s10639-019-09894-3>
- Budysan, T., & Sidjaja, F. F. (2019). Hubungan Antara Tipe Kepribadian Big Five Dengan Adiksi Internet Pada Mahasiswa Di Surabaya. *Experientia: Jurnal Psikologi Indonesia*, 7(1), 31–42. <https://doi.org/10.33508/exp.v7i1.2121>
- Černja, I., Vejmelka, L., & Rajter, M. (2019). Internet addiction test: Croatian preliminary study. *BMC Psychiatry*, 19(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2366-2>
- Chirumbolo, A., Picconi, L., Morelli, M., & Petrides, K. V. (2019). The assessment of trait emotional intelligence: Psychometric characteristics of the TEIQue-full form in a large Italian adult sample. *Frontiers in Psychology*, 9(JAN). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02786>
- Dåderman, A. M., & Hjalmarsson, A. K. V. (2022). Relationship-between-emotional-intelligence-personality-and-selfperceived-individual-work-performance-A-crosssectional-study-on-the-Swedish-version-of-TEIQueSFCCurrent-Psychology.pdf. *Current Psychology*, 41, 2558–2573.
- Febriana, S. K. T., & Fajrianthi. (2021). Adapting the Trait Emotional Intelligence Questionnaire Short Form (TEIQue-SF) into Indonesian Language and Culture Using Confirmatory Factor Analysis. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 10(4), 578. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v10i4.21742>

- Hermawan, N. (2022). Pakar Ulas Risiko Tinggi Kecanduan Internet pada Remaja Selama Pandemi COVID-19 dan Peran Orangtua. *UNAIR NEWS*. <https://unair.ac.id/pakar-ulas-risiko-tinggi-kecanduan-internet-pada-remaja-selama-pandemi-covid-19-dan-peran-orangtua/>
- Isnaini, L. A., & Triyono. (2021). Hubungan Antara Kebutuhan Afiliasi Dengan Fear of Missing Out (FoMO) Pada Mahasiswa Pengguna Media Sosial Instagram. *ANFUSINA: JOURNAL OF PSYCHOLOGY*, 4(1), 43–58.
- Issah, M. (2018). Change Leadership: The Role of Emotional Intelligence. *SAGE Open*, 8(3). <https://doi.org/10.1177/2158244018800910>
- Jannah, M., & Jannah, S. R. (2017). Kecenderungan Internet Addiction pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Keperawatan*, 2(3), 1–9. <https://jim.unsyiah.ac.id/FKep/article/view/4305>
- Javaeed, A., Jeelani, R., Gulab, S., & Ghauri, S. K. (2020). Relationship between internet addiction and academic performance of undergraduate medical students of Azad Kashmir. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(2), 229–233. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.2.1061>
- Kawabe, K., Horiuchi, F., Oka, Y., & Ueno, S. I. (2019). Association between sleep habits and problems and internet addiction in adolescents. *Psychiatry Investigation*, 16(8), 581–587. <https://doi.org/10.30773/pi.2019.03.21.2>
- Kittinger, R., Correia, C. J., & Irons, J. G. (2012). Relationship between facebook use and problematic internet use among college students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(6), 324–327. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0410>
- Kotsou, I., Mikolajczak, M., Heeren, A., Grégoire, J., & Leys, C. (2019). Improving Emotional Intelligence: A Systematic Review of Existing Work and Future Challenges. *Emotion Review*, 11(2), 151–165. <https://doi.org/10.1177/1754073917735902>
- Kurniawan, R., & Utami, R. H. (2022). *Validation of Online Fear of Missing Out ( ON-FoMO ) Scale in Indonesian Version*. 4(3), 1–10.
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2015). *INTERNET ADDICTION IN PSYCHOTHERAPY*. PALGRAVE MACMILLAN. <https://doi.org/10.1057/9781137465078.0001>
- Lancy D’Souza, Manish S, & Shravan Raj M.S. (2018). Relationship between Academic Stress and Internet Addiction among College Students. *International Journal of Indian Psychology*, 6(2). <https://doi.org/10.25215/0602.010>
- Li, S., Ren, P., Chiu, M. M., Wang, C., & Lei, H. (2021). The Relationship Between Self-Control and Internet Addiction Among Students: A Meta-Analysis. *Frontiers in Psychology*, 12(November), 1–16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.735755>
- Mizera, S., Jastrzębska, K., Cyganek, T., Bąk, A., Michna, M., Stelmach, A., Krysta, K., Krzystanek, M., & Janas-Kozik, M. (2019). The relation between emotional intelligence and internet addiction in Katowice high school students. *Psychiatria Danubina*, 31(2015), S568–S573.
- Mufarida, B. (2022, September 2). Remaja Kecanduan Internet Meningkatkan 31,4 Persen. *Inews*. <https://sulut.inews.id/berita/remaja-kecanduan-internet-meningkat-314-persen>
- Muhid, A. (2019). Analisis Statistik. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Mulyono, B. H. (2021). Pengaruh Fear of Missing Out terhadap Social Connectedness yang Dimediasi oleh Penggunaan Media Sosial. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan*

- Mental (BRPKM)*, 1(2), 1190–1198. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i2.28660>
- Mustapha, M. L. A., Ajokpaniovo, M., & Olaoye, F. E. (2022). Impact of Cyber Relational Addiction on Undergraduates' Interpersonal Relationship in Nigeria. *10 / Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 7(1), 10–19. <https://doi.org/10.17977/um001v7i12022p10-19>
- Noroozi, F., Hassanipour, S., Eftekharian, F., Eisapareh, K., & Kaveh, M. H. (2021). Internet Addiction Effect on Quality of Life: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Scientific World Journal*, 2021. <https://doi.org/10.1155/2021/2556679>
- Nurina Hakim, S., & Alyu Raj, A. (2017). Dampak kecanduan internet (internet addiction) pada remaja. *Jurnal UNISSULA*, 978-602-22(2), 280–284. [jurnal.unissula.ac.id/index.php/ippi/article/download/2200/1662](http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/ippi/article/download/2200/1662)
- P, S. W., & Permatasari, R. I. (2022). Pengaruh Pengembangan Karier Dan Disiplin Kerja Terhadap Prestasi Kerja Pegawai Negeri Sipil (Pns) Staf Umum Bagian Pergudangan Penerbangan Angkatan Darat (Penerbad) Di Tangerang. *Jurnal Ilmiah M-Progress*, 12(1), 13–25. <https://doi.org/10.35968/m-pu.v12i1.862>
- Petrides, K. V., Vernon, P. A., Schermer, J. A., Ligthart, L., Boomsma, D. I., & Veselka, L. (2010). Relationships between trait emotional intelligence and the Big Five in the Netherlands. *Personality and Individual Differences*, 48(8), 906–910. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2010.02.019>
- Prambayu, I., & Dewi, M. S. (2019). Adiksi Internet pada Remaja. *TAZKIYA (Journal of Psychology)*, 7(1).
- Prasojo, R. A., Hasanuddin, M. ogin, & Maharani, D. A. (2018). *Mengujikan Internet Addiction Test (IAT) ke Responden Indonesia*. December. <https://doi.org/10.31227/osf.io/7ag4w>
- Przybylski, A. K., Murayama, K., Dehaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>
- Purba, O. B., Matulesy, A., & Haque, S. A. U. (2021). Fear of missing out dan psychological well being dalam menggunakan media sosial. *Sukma : Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(01), 42–51.
- Putri, A. I. D., & Halimah, L. (2019). Hubungan fomo (fear of missing out) dengan adiksi media sosial pada mahasiswa pengguna instagram di universitas islam badung. *Prosding Psikologi*, 5(2), 525–532.
- Putu, E. A., Manangkot, M. V., & Kamayani, M. O. A. (2022). Hubungan Kecanduan Internet Dengan Kecerdasan Emosional Pada Remaja. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 5(2), 381–394. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>
- Quílez-Robres, A., Usán, P., Lozano-Blasco, R., & Salavera, C. (2023). Emotional intelligence and academic performance: A systematic review and meta-analysis. *Thinking Skills and Creativity*, 49(February 2022). <https://doi.org/10.1016/j.tsc.2023.101355>
- Ruyandy, R., & Kartasmita, S. (2021). The Effect of FoMO as a Mediator of Big-Five Personality Relationship with Problematic Internet Use Among Emerging Adulthood. *Proceedings of the International Conference on Economics, Business, Social, and Humanities (ICEBSH 2021)*, 570(Icebsh), 356–364. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.058>
- Safari, M., & R, A. H. (2019). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Prestasi Belajar

- Pada Siswa Smp Inshafuddin Berdasarkan Perbedaan Jenis Kelamin. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., IV(6), 1–21.
- Saraiva, J., Esgalhado, G., Pereira, H., Monteiro, S., Afonso, R., & Loureiro, M. (2018). The relationship between emotional intelligence and internet addiction among youth and adults. *Journal of Addictions Nursing*, 29(1), 13–22. <https://doi.org/10.1097/JAN.0000000000000209>
- Sette, C. P., Lima, N. R. S., Queluz, F. N. F. R., Ferrari, B. L., & Hauck, N. (2020). The Online Fear of Missing Out Inventory (ON-FoMO): Development and Validation of a New Tool. *Journal of Technology in Behavioral Science*, 5(1), 20–29. <https://doi.org/10.1007/s41347-019-00110-0>
- Setyaningsih, N., Sarjana, W., & Wardani, N. D. (2023). The Correlation Between Fear of Missing Out (FoMO) and Internet Addiction in Vocational High School Students. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 12(1), 44–55. <https://doi.org/10.20473/jps.v12i1.30653>
- Setyawan, A. A., & Simbolon, D. (2018). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa Smk Kansai Pekanbaru. *Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran Matematika*, 11(1). <https://doi.org/10.30870/jppm.v11i1.2980>
- Shan, X., Ou, Y., Ding, Y., Yan, H., Chen, J., Zhao, J., & Guo, W. (2021). Associations Between Internet Addiction and Gender, Anxiety, Coping Styles and Acceptance in University Freshmen in South China. *Frontiers in Psychiatry*, 12(May), 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.558080>
- Simsek, A., Elciyar, K., & Kizilhan, T. (2019). A comparative study on social media addiction of high school and university students. *Contemporary Educational Technology*, 10(2), 106–119. <https://doi.org/10.30935/cet.554452>
- Singh, A., Prabhakar, R., & Kiran, J. S. (2022). Emotional Intelligence: A Literature Review Of Its Concept, Models, And Measures. *Journal of Positive School Psychology*, 2022(10), 2254–2275. <http://journalppw.com>
- Sukindro, S. Y., & Kaloeti, D. V. S. (2022). Hubungan Antara Internet Escapism Dan Kecenderungan Kecanduan Internet Dengan Resiliensi Online Sebagai Moderator Pada Remaja Di Sma N 4 Kota Bekasi. *Jurnal EMPATI*, 11(2), 115–121. <https://doi.org/10.14710/empati.2022.34435>
- Vaidya, N., Jaiganesh, S., & Krishnan, J. (2016). Prevalence of internet addiction and its impact on the physiological balance of mental health. *National Journal of Physiology, Pharmacy and Pharmacology*, 6(1), 97–100. <https://doi.org/10.5455/njppp.2015.5.0511201588>
- Vu, N. H., Vu, M. T., & Mai, B. Q. (2022). The Impact of Emotional Intelligence on Internet Addiction: A Case Study of Vietnamese Students. *Human Behavior and Emerging Technologies*. <https://doi.org/10.1155/2022/4791604>
- Young, K., Pistner, M., O'mara, J., & Buchanan, J. (2000). Cyber-Disorders : The Mental Health Concern for the New Millenium Cyber Psychology&Behavior 3 (5). *CyberPsychology & Behavior*, 3(5), 475–479.
- Young, K. S. (1999). Internet addiction: evaluation and treatment. *Innovations in Clinical Practice*, 17, 19–31. <https://doi.org/10.1136/sbmj.9910351>