



The Correlation between Emotional Intelligence and Internet Addiction in Christian Young People

Tabita Davinia Utomo ^{1*}, Asriningrum Utami ², Herawati ³

^{1, 2, 3} Sekolah Tinggi Teologi Reformed Indonesia, Jakarta, Indonesia

^{*} tabita.davinia@reformedindonesia.ac.id

Abstract: Previous research has found Internet addiction to be negatively related to emotional intelligence. This study aims to examine the relationship between these two variables in young Christians during the COVID-19 pandemic, when the Internet is frequently used for a long duration. This study used a quantitative correlational method through the Emotional Intelligence Questionnaire instrument ($\alpha = 0.890$) based on Goleman's emotional intelligence theory, and the Internet Addiction Test ($\alpha = 0.893$) based on Young's Internet addiction theory. There were 223 respondents aged 15-24 years (Age = 19.91; SD = 2.929) obtained through convenience sampling, with 62.8% fe-male and 37.2% male. There was no correlation between emotional intelligence and Internet addiction ($r = -0.104$; Sig. = 0.120), although there was a negative correlation between managing emotions and salience ($r = -0.156$; Sig. = 0.020), as well as motivating oneself and neglect of duty ($r = -0.234$; Sig. = 0.000). These findings reinforce the assumption that the increasingly prevalent use of the Internet during the COVID-19 pandemic has changed the phenomenon of human interaction with the Internet, because the Internet is not only a means of coping strategies for negative emotions, but also supports daily activities. The results provide a new perception of the Internet for researchers, parents and coaches in helping young Christians to recognize their emotions so that they do not rely on the Internet when they want to express or suppress them.

Research Highlights:

- Intense usage of Internet during COVID-19 pandemic changes the correlation between emotional intelligence and Internet addiction.
- The correlations only appear between managing emotions with salience, and motivating oneself with neglect of duty.

Article history

Submitted 13 June 2023

Revised 22 March 2024

Accepted 29 March 2024

Keywords

Internet Addiction;
Emotional Intelligence;
Young People

© 2024 by authors.




Licensee *Veritas: Jurnal Teologi dan Pelayanan*.

This article is licensed under the term of the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International



Scan this QR code with your mobile devices to read online

Hubungan antara Kecerdasan Emosional dengan Adiksi Internet pada Kaum Muda Kristen

Tabita Davinia Utomo ^{1*}, Asriningrum Utami ², Herawati ³

^{1, 2, 3}) Sekolah Tinggi Teologi Reformed Indonesia, Jakarta, Indonesia

^{*)} tabita.davinia@reformedindonesia.ac.id

Abstrak: Penelitian terdahulu mendapati adiksi Internet berhubungan negatif dengan kecerdasan emosional. Penelitian ini bertujuan meneliti hubungan antara kedua variabel tersebut pada kaum muda Kristen selama pandemi COVID-19, yaitu ketika Internet sering digunakan dalam durasi yang panjang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional melalui instrumen *Emotional Intelligence Questionnaire* ($\alpha = 0,890$) berdasarkan teori kecerdasan emosional Goleman, dan *Internet Addiction Test* ($\alpha = 0,893$) berdasarkan teori adiksi Internet Young. Ada 223 responden berusia 15-24 tahun ($M_{usia} = 19,91$; $SD = 2,929$) yang diperoleh melalui *convenience sampling*, dengan 62,8% perempuan dan 37,2% laki-laki. Tidak ada korelasi antara kecerdasan emosional dan adiksi Internet ($r = -0,104$; $Sig. = 0,120$), meskipun ada korelasi negatif antara *managing emotions* dengan *saliency* ($r = -0,156$; $Sig. = 0,020$), serta *motivating oneself* dengan *neglect of duty* ($r = -0,234$; $Sig. = 0,000$). Temuan ini memperkuat asumsi bahwa penggunaan Internet yang makin lazim selama pandemi COVID-19 mengubah fenomena interaksi manusia dengan Internet, karena Internet bukan hanya menjadi sarana *coping strategy* atas emosi negatif, melainkan juga menunjang aktivitas sehari-hari. Hasil penelitian ini memberikan persepsi baru mengenai Internet bagi para peneliti, orang tua dan pembina dalam menolong kaum muda Kristen untuk mengenali emosinya agar tidak bergantung pada Internet ketika ingin mengekspresikan maupun meredamnya.

Kata-kata kunci: Adiksi Internet; Kecerdasan Emosional; Anak Muda

PENDAHULUAN

Pada masa pandemi COVID-19, Siste dkk. menemukan bahwa kaum muda mengalami peningkatan durasi penggunaan Internet sebesar 59,7% untuk keperluan akademik maupun hiburan mereka, yaitu dari rata-rata sebelumnya 7,27 jam menjadi 11,61 jam selama pandemi.¹ Peningkatan durasi tersebut tidak terhindarkan, karena Internet memudahkan

kaum muda memenuhi berbagai kebutuhan—terutama untuk pendidikan (56%), mengakses media sosial (44%), memperoleh hiburan (24%), maupun transaksi *online* (76%).² Selain itu, David Kinnaman dan Mark Matlock mendapati kaum muda berusia 15-23 tahun juga menggunakan Internet dalam aktivitas spiritual mereka, dengan durasi rata-rata 291 jam per tahun.³

¹Kristiana Siste dkk., "Implications of COVID-19 and Lockdown on Internet Addiction among Adolescents: Data from a Developing Country," *Frontiers in Psychiatry* 12, no. 665675 (2021): 1–2, 4, <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.665675>.

²Kaniz Fatema dkk., "Impact of Using the Internet on Students: A Sociological Analysis at Bangabandhu Sheikh Mujibur Rahman Science and Technology University, Go-

palganj, Bangladesh," *Open Journal of Social Sciences* 8, no. 12 (2020): 78–79, <https://doi.org/10.4236/jss.2020.812007>.

³David Kinnaman dan Mark Matlock, *Faith for Exiles: 5 Ways for a New Generation to Follow Jesus in Digital Babylon* (Grand Rapids: Baker, 2019), 26-27.

Pemakaian Internet yang masif berisiko memberikan dampak negatif. Tidak heran jika peneliti dan pemerhati Kekristenan menyoro-ti fenomena tersebut. Kinnaman dan Matlock menyebut kaum muda sebagai generasi yang hidup di dalam *digital Babylon*. *Digital Babylon* cenderung menarik mereka untuk bergantung pada teknologi, termasuk Internet, yang menyediakan berbagai konten informasi—bahkan membagikan iman—yang bisa diakses dengan mudah.⁴ Survei yang dilakukan Barna Group menemukan bahwa Internet memudahkan pengguna menerima paparan paham lain.⁵ Survei pada 1.456 orang berusia lebih dari 18 tahun melaporkan bahwa para responden menyetujui dan memercayai paham *New Spirituality* (61%), *postmodernism* (54%), *Marxism* (36%), dan *secularism* (29%) yang mereka baca di Internet.⁶ Hal ini rentan memengaruhi *worldview* kaum muda sebagai orang Kristen yang pada akhirnya dapat berdampak pada identitas mereka sebagai orang Kristen.⁷ Selain itu, Barna Group mendapati kaum muda menganggap Internet mendistraksi (50%) dan mengurangi *attention span* mereka (30%).⁸ Jika dikaitkan dengan Kekristenan, *attention span* yang berkurang memungkinkan kaum muda mengalami dist-

raksi saat mendengarkan khotbah.⁹ Akibatnya, kaum muda yang telah terbiasa melakukan *multitasking* cenderung mendistraksi diri dengan *handphone* jika ibadah—termasuk khotbah—dianggap tidak menarik.¹⁰

Survei dari One Hope menemukan bahwa sebanyak 51% kaum muda mengalihkan perasaan cemas, sedih, atau depresi mereka pada media sosial, sehingga mereka berpotensi mengalami peningkatan durasi penggunaan Internet.¹¹ Selain itu, Crouch mendapati bahwa sebesar 53% responden menganggap Internet menyebabkan mereka melakukan prokrastinasi terhadap tugas, 50% responden merasa lebih mudah terdistraksi, dan 30% responden merasa rentang perhatian mereka berkurang.¹² Fenomena yang telah dipaparkan mengindikasikan bahwa lazimnya pemakaian Internet dalam durasi yang panjang meningkatkan kerentanan kaum muda Kristen mengalami ketergantungan (*dependent*) atau adiksi Internet.¹³

Berdasarkan pemaparan di atas, maka diperlukan penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan adiksi Internet, sehingga kaum muda memahami risiko yang ada

⁴Kinnaman dan Matlock, *Faith for Exiles*, 24. Istilah “*Babylon*” tersebut mengacu pada Babel kuno yang melakukan penyembahan berhala, stimulasi berlebihan, multi-kultural, dan adanya persimpangan kekaisaran yang menjadi rumah bagi orang Yudea yang dibuang ke sana.

⁵Barna Group Organization, “Competing Worldviews Influence Today’s Christians,” *Barna Group*, last modified Mei 2017, diakses Januari 10, 2023, <https://www.barna.com/research/competing-worldviews-influence-todays-christians/>.

⁶Barna, “Competing Worldviews.” Salah satu pengajaran yang ditekankan oleh *New Spirituality* adalah bahwa semua orang berdoa kepada ilah atau roh yang sama—apa pun namanya. *Secularism* merupakan aliran pengajaran yang menjadikan metode ilmiah sebagai dasar untuk menjelaskan kehidupan dan mengembangkan pandangan rasional serta materialistis. *Postmodernism* mengajarkan bahwa manusia dibatasi oleh pengalaman, sehingga nilai kebenaran menjadi sesuatu yang relatif bagi setiap orang. *Marxism* merupakan salah satu pandangan dunia (*worldview*) yang menentang ekonomi kapitalisme dan cenderung sejalan dengan ideologi politik komunis; *worldview* ini dilandaskan bukan pada agama—bahkan bertentangan secara agama.

⁷Gladys Kerubo Ragira, Rispah N. Wepukhulu, dan Savala Angeline, “Role of Youth in the Church,” *IOSR Journal of Humanities and Social Science* 22, no. 12(2017): 49, <https://doi.org/10.9790/0837-2212024952>.

⁸Barna Group Organization, “Half of Gen Z Feel Bad About the Amount of Time Spent on Screens,” Barna Group, 10 Februari 2021, <https://www.barna.com/research/gen-z-screens/> (diakses 19 Desember 2022).

⁹Handi Irawan, “Spiritualitas Generasi Muda dan Media,” dalam *Dinamika Spiritualitas Generasi Muda Kristen Indonesia*, ed. Bambang Budijanto (Jakarta: Yayasan Bilangan Research Center, 2018), 82.

¹⁰Irawan, “Spiritualitas Generasi Muda,” 82.

¹¹One Hope, *Global Youth Culture: Insights from a Digital Generation* (Florida: OneHope, 2020), 28, 30.

¹²Amy Crouch, “Technology Promises Connection, but Gen Z Sees a Paradox,” *Barna Research* (blog), 18 November 2020, <https://www.barna.com/research/teens-device-connection/>.

¹³Gang Du dan Houchao Lyu, “Future Expectations and Internet Addiction among Adolescents: The Roles of Intolerance of Uncertainty and Perceived Social Support,” *Frontiers in Psychiatry* 12, no. 727106 (2021): 1, <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.727106>.

dan mereka dapat menggunakan Internet dengan baik tanpa mengalami adiksi.

Ada beberapa faktor yang berhubungan dengan adiksi Internet, di antaranya *emotion* atau *mood*,¹⁴ *attachment style*,¹⁵ dan kecerdasan emosional.¹⁶ Ketika mengalami masalah, kaum muda dengan *negative coping strategy* rentan menggunakan Internet untuk mengurangi *negative emotional states* seperti *repressed anger*, *aggression*, dan *hostility*.¹⁷ Jika *negative coping strategy* diiringi dengan tingkat sensitivitas kaum muda yang tinggi dan rendahnya kemampuan untuk menghadapi tantangan, mereka berpotensi mengalami adiksi karena mereka menjadikan penggunaan Internet sebagai *coping strategy*. Selain itu, adiksi Internet rentan terjadi jika kaum muda dibesarkan di dalam keluarga dengan *bonding* yang minim, sehingga kaum muda sulit mengenali kebutuhan emosi mereka.¹⁸

Memperhatikan besarnya peran emosi dalam kerentanan individu terhadap adiksi Internet, maka penelitian ini berfokus pada kecerdasan emosional. Orang-orang yang mengalami adiksi Internet cenderung kurang memiliki *emotional skills* dan *communication skills*; kecerdasan emosional terdiri dari beberapa ke-

terampilan seperti *social skills* dan *impulse control* yang dapat dikembangkan untuk mengatasi tantangan dari adiksi Internet.¹⁹

Beberapa penelitian telah dilakukan untuk meneliti hubungan antara kecerdasan emosional dan adiksi Internet. Hal ini tampak pada penelitian-penelitian yang menunjukkan korelasi negatif antara kecerdasan emosional dan adiksi Internet, di antaranya Hamissi dkk. ($r = -0,303$; $Sig. < 0,05$),²⁰ Saraiva dkk. ($r = -0,184$, $Sig. < 0,001$),²¹ dan Yekefallah dkk. ($r = -0,163$, $Sig. < 0,003$).²² Penelitian mereka menunjukkan bahwa makin tinggi tingkat kecerdasan emosional, makin rendah pula kemungkinan seseorang mengalami adiksi Internet. Namun, penelitian-penelitian tersebut dilakukan pada masa sebelum pandemi COVID-19; selama penerapan kebijakan *lockdown*, kaum muda dikondisikan untuk beradaptasi dengan perubahan bentuk interaksi dalam kehidupan sehari-hari, yaitu interaksi secara *online*.²³ Perubahan tersebut menyebabkan Internet menjadi lebih lazim digunakan hingga saat ini dengan jangka waktu yang lebih panjang jika dibandingkan sebelum pandemi.²⁴ Walaupun durasi penggunaan Internet yang panjang dapat berdampak pada potensi terjadinya adiksi Internet sepe-

¹⁴Hoon Jung Koo dan Jung-Hye Kwon, "Risk and Protective Factors of Internet Addiction: A Meta-Analysis of Empirical Studies in Korea," *Yonsei Medical Journal* 55, no. 6 (2014): 1704.

¹⁵Kanika Girdhar, Vikas Sharma, dan Manpreet Ola, "Impact of Academic Procrastination on Academic Performance," *The International Journal of Indian Psychology* 8, no. 1 (2020): 139.

¹⁶Jalaleddin Hamissi dkk., "The Relationship between Emotional Intelligence and Technology Addiction among University Students," *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health* 5, no. 5 (2013): 313.

¹⁷Koo dan Kwon, "Risk and Protective Factors," 1704.

¹⁸Megha Rathi, Prathama Guha, dan Rajarshi Neogi, "Internet Addiction in Adolescents: Role of Family, Personality and Comorbid Psychopathology in School Children in Eastern India," *Indian Journal of Psychiatry* 64, no. 4 (2022): 408, https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_783_21.

¹⁹Ravi Kant, "Relationship of Internet Addiction with Emotional Intelligence among Youths," *GESJ: Education Science and Psychology* 2, no. 48 (2018): 46.

²⁰Hamissi dkk., "The Relationship," 313.

²¹Jorge Saraiva dkk., "The Relationship between Emotional Intelligence and Internet Addiction among Youth and Adults," *Journal of Addictions Nursing* 29, no. 1 (2018): 13, <https://doi.org/10.1097/JAN.0000000000000209>.

²²Leili Yekefallah dkk., "The Prevalence and Predictive Factors of Internet Addiction and Its Relationship with Emotional Intelligence among Medical Students," *Social Health and Behavior* 2, no. 4 (2019): 145, 147, https://doi.org/10.4103/SHB.SHB_17_19.

²³Huixi Dong dkk., "Internet Addiction and Related Psychological Factors among Children and Adolescents in China during the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Epidemic," *Frontiers in Psychiatry* 11, no. 751 (2020): 4, <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00751/>.

²⁴Crouch, "Technology Promises Connection." Data ini berdasarkan responden yang berusia 13-21 tahun. Meskipun mayoritas responden menginginkan dapat beraktivitas secara *offline*, mereka justru cenderung *online* pada akhirnya. Hal ini menyebabkan responden cenderung merasa mudah terdistraksi dan sulit untuk menjadi produktif dalam tanggung jawabnya.

ti temuan Saraiva dkk.,²⁵ ada pula kemungkinan bahwa Internet tidak selalu menyebabkan adiksi tersebut. Atas pertimbangan ini, maka peneliti akan mengkaji korelasi kecerdasan emosional dengan adiksi Internet, serta korelasi tiap komponen dari kedua variabel. Sebagai tambahan, penelitian ini juga akan mengkaji perbedaan tingkat komponen kedua variabel berdasarkan faktor demografi, yaitu kelompok usia dan durasi penggunaan Internet.

Tinjauan Psikologis dan Teologis

Tinjauan Psikologis Adiksi Internet

Istilah adiksi Internet pertama kali dipopulerkan oleh Kimberly Young sebagai perilaku impulsif yang bertujuan untuk menghindari masalah atau emosi negatif melalui penggunaan internet, tetapi hal tersebut justru menyebabkan masalah.²⁶ Pada penelitian ini, akan diukur tiga komponen adiksi Internet yang mengacu pada alat ukur Siste dkk. Komponen-komponen tersebut adalah *salience* yang berupa pikiran yang terus-menerus muncul mengenai aktivitas *online* yang telah maupun

akan dilakukan,²⁷ karena Internet telah menjadi hal yang terpenting baginya²⁸; *loss of control* yang berarti hilangnya kemampuan untuk mengendalikan pikiran dan perilaku terhadap penggunaan Internet²⁹; dan *neglect of duty* yang merupakan tingkat pengabaian tugas maupun rutinitas harian akibat penggunaan Internet secara berlebihan.³⁰

Pada awalnya, istilah “adiksi Internet” muncul untuk menanggapi pesatnya perkembangan Internet yang memudahkan aktivitas penggunaannya, tetapi ternyata juga berisiko menyebabkan adiksi.³¹ Namun, istilah tersebut menimbulkan perdebatan—bahkan sejak kemunculannya pada tahun 1990-an³²—karena saat ini penggunaan Internet dalam berbagai aktivitas sehari-hari telah menjadi hal yang lazim.³³ Fenomena tersebut menyebabkan perdebatan mengenai istilah “adiksi Internet”, sehingga mendorong beberapa peneliti lain menggunakan istilah-istilah yang berbeda seperti *compulsive Internet use*, *pathological Internet use*, dan *problematic Internet use*.³⁴ Merkerk dkk. mengungkapkan bahwa *compulsive Internet use* adalah pola pemakaian Internet yang berciri-ciri adanya *loss of control*, *pre-*

²⁵Saraiva dkk., “The Relationship,” 19.

²⁶Kimberly Young, “The Evolution of Internet Addiction Disorder,” dalam *Internet Addiction: Neuroscientific Approaches and Therapeutic Interventions*, ed. Christian Montag dan Martin Reuter (Cham: Springer, 2015), 8. Selanjutnya Young menyebutkan bahwa adiksi internet terdiri dari lima *subtypes*, yaitu *cybersexual addiction*, *cyber-relationship addiction*, *net compulsions*, *information overload*, dan *computer addiction*. Definisi dari *subtypes* tersebut adalah sebagai berikut:

- a. *cybersexual addiction*: penggunaan situs dewasa secara kompulsif untuk *cybersex* dan *cyberporn*
- b. *cyber-relationship addiction*: keterlibatan yang berlebihan di dalam hubungan *online*
- c. *net compulsions*: judi, belanja, atau lelang online yang dilakukan secara obsesif
- d. *information overload*: penjelajahan situs atau pencarian data secara kompulsif
- e. *computer addiction*: permainan *game* komputer secara obsesif

Bdk. Kimberly Young dkk., “Cyber Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium,” *CyberPsychology & Behavior* 2, no. 5 (1999): 475–479. <https://doi.org/10.1089/cpb.1999.2.475>.

²⁷Kimberly Young, “Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder,” *CyberPsychology & Beha-*

rior 1, no. 3 (1998): 238, <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>.

²⁸Kurniasanti dkk., “Internet Addiction: A New Addiction?,” *Medical Journal of Indonesia*, no. 28 (2019): 85, <https://doi.org/10.13181/mji.v28i1.2752>.

²⁹Young, “Internet Addiction,” 238.

³⁰Young, “Internet Addiction,” 238. Ishrat Shahnaz dan A. K. M. Rezaul Karim, “The Impact of Internet Addiction on Life Satisfaction and Life Engagement in Young Adults,” *Universal Journal of Psychology* 2, no. 9 (2014): 281, <https://doi.org/10.13189/ujp.2014.020902>.

³¹L. Fitria dkk., “Exploring Internet Addiction on Adolescents,” *IOP Conference Series: Journal of Physics*, 114 (2018): 1, <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1114/1/012076>.

³²Daria J. Kuss dan Mark D. Griffiths, *Internet Addiction in Psychotherapy* (Hampshire: Palgrave Macmillan, 2015), 2.

³³Crouch, “Technology Promises Connection.” Data ini berdasarkan responden yang berusia 13–21 tahun.

³⁴Kuss dan Griffiths, *Internet Addiction*, 2; Daria J. Kuss dan Halley M. Pontes, *Internet Addiction* (Boston, MA: Hogrefe Publishing Group, 2019), 8; Scott E. Caplan, “Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being,” *Communication Research* 30, no. 6 (2003): 626, <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>.

occupation, conflict, withdrawal symptoms, dan menjadikan penggunaan Internet sebagai coping strategy.³⁵ *Pathological Internet use* yang dikemukakan oleh Davis terbagi menjadi dua kategori, yaitu *specific pathological Internet use* yang berarti ketergantungan (*dependency*) pada fungsi dan konten Internet secara spesifik seperti *online sexual material/services* dan *lelang online*, serta *generalized pathological Internet use* yang merupakan serangkaian pemakaian Internet yang berlebihan secara multi-dimensi—termasuk *online* dengan durasi yang berkepanjangan tanpa tujuan yang jelas.³⁶ Di samping itu, *problematic Internet use* adalah istilah yang didefinisikan oleh Caplan sebagai penggunaan Internet yang menyebabkan kognisi dan perilaku menjadi maladaptif, sehingga berdampak pada aspek akademik, pekerjaan, dan kehidupan sosial secara negatif.³⁷

Meskipun memiliki arti yang berbeda dan menjadi perdebatan, beberapa istilah yang telah dipaparkan tersebut tetap dianggap sama dengan adiksi Internet.³⁸ Selain itu, adiksi Internet dikategorikan dalam *behavioral addiction*.³⁹ Salah satu bentuk adiksi Internet yang dipertimbangkan sebagai gangguan mental dalam *Diagnostic and Statistical Manual* kelima (DSM-V) adalah *Internet Gaming Disorder*.⁴⁰ Karena itu, pada tesis ini, penulis akan

menggunakan istilah “adiksi Internet” sesuai dengan istilah yang digunakan oleh Young sekaligus untuk menguji relevansinya pada masa kini.⁴¹

Tinjauan Psikologis Kecerdasan Emosional

Konsep awal kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) telah dikembangkan oleh Thorndike melalui munculnya istilah *social intelligence*, yaitu kemampuan mengenali dan mengelola diri agar dapat berperilaku secara bijaksana dalam hubungannya dengan orang lain.⁴² Kemudian, pada tahun 1983, Howard Gardner memperkenalkan *multiple intelligence* yang memuat *intrapersonal intelligence* dan *interpersonal intelligence*.⁴³ *Intrapersonal intelligence* adalah kemampuan seseorang untuk mengenali emosinya; sebaliknya, *interpersonal intelligence* merupakan kemampuan seseorang untuk memahami emosi dan niat orang lain.⁴⁴ Kedua istilah tersebut digabungkan oleh Peter Salovey, David Caruso, dan John Mayer menjadi kecerdasan emosional,⁴⁵ yaitu kemampuan untuk memonitor serta membedakan antara perasaan diri sendiri dan orang lain, dengan tujuan menggunakan informasi tersebut sebagai pertimbangan dalam berpi-

³⁵Gert-Jan Meerkerk dkk., “Is Compulsive Internet Use Related to Sensitivity to Reward and Punishment, and Impulsivity?,” *Computers in Human Behavior* 26, no. 4 (2010): 729, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.01.009>.

³⁶R. A. Davis, “A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use,” *Computers in Human Behavior* 17, no. 2 (2001): 188, [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)0041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)0041-8).

³⁷Caplan, “Preference,” 626.

³⁸Gert-Jan Meerkerk, Regina J. J. M. Van Den Eijnden, dan Henk F. L. Garretsen, “Predicting Compulsive Internet Use: It’s All About Sex!,” *Cyberpsychology & Behavior: The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society* 9, no. 1 (2006): 95, <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.95>.

³⁹Alicia Grattan Jorgenson, Ray Chih-Jui Hsiao, dan Cheng-Fang Yen, “Internet Addiction and Other Behavioral Addictions,” *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America* 25, no. 3 (2016): 509, <https://doi.org/10.1016/j.chc.2016.03.004>.

⁴⁰American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, edisi kelima (American Psychiatric Publishing, 2013), 795.

⁴¹Kimberly S. Young, *Caught in the Next* (New York: John Wiley and Sons, 1998); Laura Widyanto dan Mary McMurrin, “The Psychometric Properties of the Internet Addiction Test,” *CyberPsychology & Behavior* 7, no. 4 (2004): 447, <https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.443>.

⁴²Edward L. Thorndike, “Intelligence and Its Uses,” *Harper’s Magazine*, 1920, 227–235.

⁴³Howard Gardner, *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences* (New York: Basic Books, 1983), dikutip dalam Nicola S. Schutte dkk., “Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence,” *Personality and Individual Differences* 25 (1998): 168, [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00001-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00001-4).

⁴⁴Schutte dkk., “Development,” 168.

⁴⁵John D. Mayer, David R. Caruso, dan Peter Salovey, “Emotional Intelligence Meets Traditional Standards for an Intelligence,” *Intelligence* 27, no. 3 (2000): 267, [https://doi.org/10.1016/S0160-2896\(99\)00016-1](https://doi.org/10.1016/S0160-2896(99)00016-1).

kir dan bertindak.⁴⁶ Salovey dan Mayer juga menekankan tiga komponen utama kecerdasan emosional yang berdasarkan pada kapasitas seseorang dalam memahami dan mengelola emosinya maupun orang lain, yaitu *appraisal and expression of emotion, regulation of emotion*, dan *utilization of emotion*.⁴⁷

Sejak saat itu, pengembangan teori kecerdasan emosional terus dilakukan. Salah satu akademisi yang memopulerkan istilah kecerdasan emosional adalah Daniel Goleman yang mendefinisikannya sebagai kemampuan seseorang untuk memotivasi diri bertahan dalam keadaan yang menekan, mengendalikan impuls terhadap kepuasan, meregulasi *mood* dan pikiran yang berlebihan, serta berempati pada orang lain.⁴⁸ Menurut Goleman, kecerdasan emosional terdiri dari lima komponen, yaitu *self-awareness* (kemampuan mengenali perasaan yang muncul, menggunakan berbagai pilihan yang tersedia dalam mengambil keputusan, serta memiliki penilaian yang realistis),⁴⁹ *managing emotions* (kemampuan seseorang dalam mengendalikan emosinya sehingga tidak menghambat pekerjaan mereka),⁵⁰ *motivating oneself* (dorongan yang dimiliki atau diterima seseorang untuk mengarahkan atau menjadi sarana seseorang dalam mencapai tujuan-tujuannya), *empathy* (kesadaran dalam diri seseorang terhadap perasaan, kebutuhan, dan ketertarikan orang lain),

dan *social skills* (kecakapan seseorang untuk memunculkan respons yang diharapkan oleh orang lain).⁵¹

Tinjauan Teologis Adiksi

Pada mulanya, manusia diciptakan untuk hanya memiliki hidup yang menyembah Allah.⁵² Kehidupan yang demikian membuat manusia tidak terikat terhadap apa pun selain menjadikan Allah sebagai satu-satunya Pribadi yang disembah (Kel. 20:3-5). Dengan kata lain, sebagai ciptaan Allah, manusia adalah makhluk spiritual yang memiliki kebutuhan untuk bergantung pada Sang Pencipta, yaitu Allah sendiri. Kebutuhan tersebut tampak melalui kehidupan spiritual manusia di dalam Allah yang menunjukkan spiritualitasnya secara konkret melalui berbagai aspek kehidupannya. Namun, sejak jatuh dalam dosa, manusia tidak mampu untuk mengendalikan diri terhadap sesuatu yang menghambakan mereka.⁵³ Penghambaan diri tersebut menyebabkan manusia gagal memenuhi tujuan hidupnya di hadapan Allah, yaitu untuk memuliakan Allah dan menikmati kehadiran-Nya.⁵⁴ Dalam psikologi, bentuk penghambaan diri ini memiliki istilah yang disebut adiksi (*addiction*), yaitu pola kebiasaan yang dilakukan secara berulang dan berisiko menyebabkan masalah dalam kehidupan pribadi maupun sosial.⁵⁵ Dari sudut pandang teologi, Ed

⁴⁶Peter Salovey dan John D. Mayer, "Emotional Intelligence," *Imagination, Cognition and Personality* 9, no. 3 (1990): 190–200. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>.

⁴⁷Salovey dan Mayer, "Emotional," 190–200.

⁴⁸Daniel Goleman, *Emotional Intelligence: Why It Can Matter more than IQ* (New York: Bantam Books, 1995), 34.

⁴⁹Daniel Goleman, *Working with Emotional Intelligence* (New York: Bantam Books, 1998), 376.

⁵⁰Goleman, *Emotional Intelligence*, 55. Dalam pengembangan konsep *self-regulation* dari Goleman, tim London Leadership Academy menggunakan istilah *managing emotions*. *Managing emotions* didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk memfokuskan diri dan berpikir bahkan dalam situasi yang melibatkan emosi yang kuat, sehingga dirinya mampu mengendalikan emosinya, bertanggung jawab dalam tindakannya, dan menghindari keputusan yang berpotensi buruk. Lih. "Emotional intelligence questionnaire" (London Leadership Academy Team,

2017), 1, diakses 2 April 2022, https://www.drugsandalcohol.ie/26776/1/Emotional_intelligence_questionnaire-LAL1.pdf.

⁵¹Goleman, *Working with Emotional Intelligence*, 33.

⁵²Saint Augustine, *Confessions*, terj. Henry Chadwick, (Oxford: Oxford University Press, 1992), 3.

⁵³R. Douglas Geivett dan W. Gary Phillips, "A Particularist View: An Evidentialist Approach," dalam *Four Views on Salvation in a Pluralistic World*, ed. Dennis L. Okholm dan Timothy R. Phillips (Grand Rapids: Zondervan, 1996), 223; Ivan Platovnjak, "Man as a Spiritual Being," *Studia Grandskie* (2019): 141.

⁵⁴George W. Willard, *Commentary of Dr. Zacharias Ursinus on the Heidelberg Catechism*, ed. Eric D. Bristley (New York: The Synod of the Reformed Church in the US, 2004), 78.

⁵⁵G. A. Marlatt dkk., "Addictive Behaviors: Etiology and Treatment," *Annual Review of Psychology* 39, no. 1

Welch mengungkapkan bahwa adiksi adalah ikatan terhadap suatu zat, aktivitas, atau pikiran yang menjadi pusat hidup manusia dan melindungi diri dari kebenaran yang justru menjauhkan mereka dari Allah.⁵⁶

Fenomena adiksi menunjukkan bahwa sejak awal, jiwa manusia diciptakan dengan sifat *restless*, seperti yang dituliskan oleh Augustinus, “*You stir man to take pleasure in praising you, because you have made us for yourself, and our heart is restless until it rests in you.*”⁵⁷ Namun, dosa menyebabkan manusia memilih mengikuti *sinful nature*-nya dan menjebak diri pada berhala yang dianggap mampu memenuhi kebutuhan jiwa mereka yang berdosa (mis. *security*).⁵⁸ Menurut Beale, berhala adalah setiap hal yang menggantikan Allah dari kedudukan-Nya sebagai Pribadi yang layak disembah. Ada beberapa hal yang disebutkan Alkitab berisiko menjadikan berhala, di antaranya adalah uang (1Tim. 6:10), alkohol atau anggur (Ef. 5:18), seks (Ef. 5:3), dan tradisi buatan manusia seperti pelayanan.⁵⁹ Ryken mengungkapkan bahwa hal-hal positif tidak serta-merta melindungi manusia dari dosa, jika mereka melakukannya dengan kasih yang lebih besar kepada hal lain—termasuk diri sendiri—di luar Allah.⁶⁰ Hal-hal positif yang dimaksud di antaranya adalah menguasai teologi, melayani orang miskin, memberi untuk pelayanan Kristiani, dan mengajar di gereja.⁶¹

Selain menyebabkan manusia memiliki kecenderungan untuk memilih kebenaran menurut pandangannya sendiri (dan bukannya bergantung pada Allah sepenuhnya), *sinful nature* juga mengakibatkan spiritualitas yang

tidak bertumbuh.⁶² Jika Firman Tuhan menegaskan bahwa kebebasan yang sejati bukanlah melepaskan diri dari Allah, maka pilihan manusia untuk memiliki kebebasan tersebut justru merupakan perhambaan (*bondage*) terhadap dosa sehingga setiap manusia pun berdosa di hadapan Allah (Rm. 3:23, 6:23a). Mengenai hal ini, Yakobus menuliskan bahwa pencobaan terhadap hati dan keinginan manusia menyebabkan ikatan emosi dan hasrat yang kuat terhadap berbagai hal selain Tuhan, sehingga membuahkan dosa perbuatan, bahkan berujung pada maut (Yak. 1:13-15). Ungkapan Yakobus tersebut menegaskan pernyataan Tuhan Yesus, “Aku berkata kepadamu, sesungguhnya setiap orang yang berbuat dosa, adalah hamba dosa” (Yoh. 8:34). Dengan kata lain, keberdosaan manusia mengakibatkan adanya pengabaian status mereka sebagai makhluk spiritual yang seharusnya menyadari bahwa mereka hanya dapat bergantung sepenuhnya kepada Allah yang menciptakan mereka.⁶³

Di dalam anugerah-Nya, Allah menyadari keberadaan *sinful nature* manusia, dan diri-Nya berkenan hadir untuk membebaskan manusia dari perhambaan dosa, termasuk adiksi.⁶⁴ Mengenai hal ini, Tuhan Yesus berkata, “Jika kamu tetap dalam firman-Ku, kamu benar-benar adalah murid-Ku dan kamu akan mengetahui kebenaran, dan kebenaran itu akan memerdekakan kamu” (Yoh. 8:32). Paulus juga mengungkapkan bahwa “kebenaran yang memerdekakan” menumbuhkan kesadaran bagi orang percaya untuk memperbaiki hidup mereka di dalam Allah—dan tidak kembali pada kehidupan mereka yang lama (2

(1988): 224, <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.39.020188.001255>.

⁵⁶Edward T. Welch, *Addictions: A Banquet in the Grave* (Phillipsburg, NJ: P&R, 2001), 13.

⁵⁷Saint Augustine, *Confessions*, 3.

⁵⁸G. K. Beale, *We Become what We Worship: A Biblical Theology of Idolatry* (Downers Grove, IL: InterVarsity, 2008), 166.

⁵⁹Beale, *We Become what We Worship*, 166.

⁶⁰Philip Graham Ryken, *1 Kings*, Reformed Expository Commentary (Phillipsburg, NJ: P&R, 2011), 299.

⁶¹Ryken, *1 Kings*, 299.

⁶²Daniel Lucas Lukito, *Pudarnya Konsep Dosa dalam Dunia Kekinian: Doktrin tentang Dosa* (Malang: Literatur SAAT, 2019), 282; Bruce A. Ware, *Father, Son, and Holy Spirit: Relationships, Roles, and Relevance* (Wheaton, IL: Crossway Books, 2005), 75.

⁶³Ware, *Father, Son, and Holy Spirit*, 75.

⁶⁴Gary Steven Shorgen dan Edward T. Welch, *Running in Circles: How to Find Freedom from Addictive Behavior* (Grand Rapids: Baker, 1995), 92.

Kor. 5:15). Menurut Welch, salah satu bentuk kesadaran orang percaya terhadap kebenaran ini adalah adanya penguasaan diri (*self-control*) yang memungkinkan mereka untuk menghindari godaan terhadap adiksi.⁶⁵ Hal tersebut tidak terlepas dari peran Roh Kudus yang menjadi sarana Allah untuk mengajar dan mengarahkan orang percaya untuk menghidupi kebenaran secara sadar, misalnya Daud yang memohon kepada Allah untuk menjaga dirinya dari pencobaan (2Tim. 3:16-17; Mzm. 71:24). Paulus juga mengungkapkan bahwa penguasaan diri termasuk buah Roh (Gal. 5:23) yang dimanifestasikan orang percaya. Pemaparan ini menegaskan bahwa bagi orang percaya yang terjebak dalam adiksi, ada pengharapan di dalam anugerah Allah untuk mengakhiri siklus adiksi bersama-Nya sebagai sarana pengudusan (*sanctification*).

Tinjauan Teologis Kecerdasan Emosional

Manusia adalah ciptaan Allah yang memiliki keunikan berupa gambar dan rupa-Nya di dalam diri mereka (*imago Dei*). Keunikan tersebut diwujudkan melalui keberadaan manusia sebagai makhluk spiritual yang dibekali kemampuan untuk membangun relasi dengan Allah dan sesama di dalam kasih-Nya.⁶⁶ Hal ini berarti Allah telah menghendaki sejak awal agar manusia hidup bersama di dalam kasih-Nya untuk merefleksikan kehadiran Sang Pencipta melalui relasi mereka dengan-Nya.⁶⁷ Sebagai sarana agar manusia mencapai tujuan tersebut, Allah memberikan emosi agar manusia menyadari bahwa mereka dikasihi Allah serta dimampukan untuk mengasihi-Nya dan sesama.⁶⁸

Alkitab memuat manifestasi emosi positif dan negatif, meskipun tidak menyebutkan istilah “emosi” secara eksplisit di dalamnya. Menu-

rut Geivett dan Phillips, emosi merupakan sarana yang diberikan Allah kepada manusia untuk menyadari bahwa mereka dikasihi Allah serta dimampukan untuk mengasihi-Nya dan sesama.⁶⁹ Namun, dosa menyebabkan manusia memanifestasikan kelemahan pengendalian emosinya sehingga rentan memperlakukan orang lain dengan mengabaikan keberadaannya sebagai *imago Dei*. Manifestasi emosi yang telah tercemar dalam dosa terwujud dalam perbuatan daging seperti hawa nafsu, penyembahan berhala, iri hati, amarah, kedengkian (Gal. 5:20-21), kecurangan (Ams. 16:28), dan tidak dapat mengendalikan diri (Ams. 25:28). Walaupun demikian, Smith mengungkapkan bahwa memiliki emosi tidaklah berdosa, tetapi tindakan yang berasal dari emosi negatiflah yang dinilai berdosa.⁷⁰ Sebagai contoh, kesombongan dan perasaan yang menyakitkan dapat mendorong manusia mengekspresikan emosi negatif seperti kemarahan yang berbahaya, tetapi kemarahan sendiri bukanlah dosa karena emosi negatif dapat muncul tanpa menimbulkan dosa.⁷¹ Paulus pun menyatakan hal serupa, “Apabila kamu menjadi marah, janganlah kamu berbuat dosa” (Ef. 4:26a). Dengan kata lain, manifestasi emosi manusia—apa pun bentuknya—menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari manifestasi dosa.

Di dalam keberdosaannya, orang percaya rentan gagal dalam mengenali dan mengendalikan emosinya sehingga mereka berpotensi gagal pula untuk menghormati kekudusan Tuhan.⁷² Dengan kata lain, orang percaya tidak hanya membutuhkan kecerdasan emosional yang baik, tetapi juga anugerah Tuhan agar mampu mengalami pendewasaan karakter melalui pengudusan hidup untuk menghadapi realitas yang tidak dapat dihindarkan (*inevitable*).

⁶⁵Welch, *Addictions*, 217.

⁶⁶Geivett dan Phillips, “A Particularist View,” 223.

⁶⁷Anthony A. Hoekema, *Created in God's Image* (Grand Rapids: Eerdmans, 1986), 66.

⁶⁸Geivett dan Phillips, “A Particularist View,” 223.

⁶⁹Geivett dan Phillips, “A Particularist View,” 223.

⁷⁰M. Blaine Smith, *Emotional Intelligence for the Christian* (Damascus, MD: SilverCrest Books, 2012), 54.

⁷¹Smith, *Emotional Intelligence for the Christian*, 53.

⁷²James Montgomery Boice, *The Life of Moses: God's First Deliverer of Israel* (Phillipsburg, NJ: P&R, 2018), 335.

Di dalam anugerah dan kasih-Nya, Allah tidak membiarkan manusia dan manifestasi emosinya yang telah jatuh dalam dosa (Yoh. 3:16). Sebaliknya, Dia berinisiatif menyelamatkan manusia dan memulihkan gambar dirinya yang telah rusak melalui pengurbanan Anak-Nya yang tunggal, Yesus Kristus (Ef. 2:8-10). Pemulihan tersebut meliputi seluruh aspek kehidupannya, termasuk pada konsep dan tindakan kasih—baik kepada Allah maupun sesama (Mat. 22:37-40). Hal ini menandakan bahwa seseorang yang menerima pengampunan Allah dimampukan-Nya untuk mengalami pembaruan hidup bukan mengandalkan kehidupan religiusitasnya, melainkan berdasarkan kehidupan spiritual yang sejati melalui karya Roh Kudus.⁷³ Dengan demikian, orang tersebut pula yang diberikan kemampuan untuk menjadi serupa dengan Kristus (*Christlike*) melalui ketaatan dan kasih, walaupun mereka masih hidup di dalam dunia yang berdosa.

Salah satu bentuk keserupaan seseorang dengan Kristus adalah melalui pembaruan emosi yang ditunjukkan oleh kecerdasan emosional yang baik.⁷⁴ Secara teologis, Kekristenan mengarahkan orang percaya untuk menjadikan Yesus sebagai teladan hidup (Ef. 5:1-2), termasuk dalam mengekspresikan emosi dan menanggapi emosi orang lain. Menurut Voorwinde, hal tersebut bukan berarti orang percaya diciptakan menjadi *emotional clones* Yesus, melainkan agar melalui perubahan hidup yang dikerjakan oleh Roh Kudus, mereka memiliki cara yang tepat secara emosional untuk menanggapi berbagai situasi—sesuai kepribadian dan temperamen yang diberikan Allah.⁷⁵ Dengan kata lain, orang percaya membutuhkan pemahaman yang tepat terhadap emosi yang ditunjukkan Yesus selama be-

rada di dunia, karena akan berdampak besar pada kehidupan Kristiani yang autentik dalam diri mereka.⁷⁶

Selain itu, manifestasi emosi yang telah mengalami pengudusan juga terwujud dalam buah Roh, yaitu kasih, sukacita, damai sejahtera, kesabaran, kemurahan, kebaikan, kesetiaan, kelemahlembutan, dan penguasaan diri (Gal. 5:22-23). Ketika orang percaya bersedia merespons Allah yang memberikan hidup baru, maka ada pengharapan untuk mengalami pemulihan hidup—termasuk dalam aspek emosinya (2Kor. 5:17). Dengan kata lain, pembahasan ini menegaskan bahwa tanpa sudut pandang teologi, hasil penelitian ini hanya akan menjadi data empiris yang tidak mengintegrasikan kebenaran Firman Tuhan dan karya Roh Kudus dalam kehidupan orang percaya.

Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Adiksi Internet

Beberapa peneliti terdahulu mendapati bahwa kecerdasan emosional merupakan salah satu faktor penentu tingkat adiksi Internet pada kaum muda. Penelitian Parker dkk. menyatakan bahwa tingkat adiksi Internet dapat diturunkan melalui kecerdasan emosional yang tinggi—secara khusus *stress management* ($r = -0,27$; $Sig. < 0,05$) dan *adaptability* ($r = -0,21$; $Sig. < 0,05$).⁷⁷ Di samping itu, beberapa hasil penelitian terdahulu mengenai kecerdasan emosional dan adiksi Internet juga menunjukkan hubungan negatif, di antaranya penelitian Hamissi dkk. ($r = -0,303$; $Sig. < 0,05$),⁷⁸ Saraiva dkk. ($r = -0,184$; $Sig. < 0,001$),⁷⁹ dan Yekefallah dkk. ($r = -0,163$; $Sig. < 0,05$).⁸⁰ Hal ini menegaskan bahwa tingkat adiksi Internet dapat diturun-

⁷³Richard D. Lovelace, *The Dynamics of Spiritual Life* (Downers Grove, IL: InterVarsity, 1979). Dikutip dalam Luder G. Whitlock, Jr., *The Spiritual Quest: Pursuing Christian Maturity* (Grand Rapids: Baker, 2000), 19.

⁷⁴Smith, *Emotional Intelligence for the Christian*, 10.

⁷⁵Stephen Voorwinde, *Jesus' Emotions in the Gospels* (London: T&T Clark, 2011), 217.

⁷⁶Voorwinde, *Jesus' Emotions in the Gospels*, 8.

⁷⁷James D. A. Parker dkk., "Problem Gambling in Adolescence: Relationships with Internet Misuse, Gaming Abuse and Emotional Intelligence," *Personality and Individual Differences* 45, no. 2 (2008): 177, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.03.018>.

⁷⁸Hamissi dkk., "The Relationship," 313.

⁷⁹Saraiva dkk., "The Relationship," 19.

⁸⁰Yekefallah dkk., "The Prevalence," 148.

kan oleh kecerdasan emosional yang tinggi, khususnya melalui *managing emotions* yang memiliki subkomponen serupa dengan *emotion management skills*.⁸¹ Kail dan Cavanaugh mengungkapkan bahwa kaum muda yang memiliki kecerdasan emosional yang baik dapat mengenali emosi maupun pikiran mereka untuk mengatasi masalah secara adaptif.⁸² Upaya tersebut dapat menurunkan terbentuknya perilaku impulsif dan maladaptif seperti penggunaan internet yang berlebihan, karena mereka telah memperoleh kepuasan melalui tantangan yang terselesaikan.⁸³ Sebaliknya, kaum muda yang mengalami adiksi Internet tidak mampu mengendalikan diri dari ketergantungannya, sehingga durasi penggunaannya bertambah akibat perhatiannya yang terpusat pada Internet.⁸⁴ Dengan demikian, kaum muda yang memiliki kecerdasan emosional yang baik mampu mengelola penggunaan internet mereka, sehingga menurunkan risiko terhadap adiksi internet.⁸⁵

Ada pula penelitian yang menunjukkan nihilnya hubungan di antara kedua variabel tersebut—seperti yang didapati oleh Sanghvi dan Rai ($r = -0,133$; $Sig. > 0,05$).⁸⁶ Menurut Oktan, komponen kecerdasan emosional yang

memengaruhi adiksi Internet adalah *emotion management skills*.⁸⁷ Hal ini karena *emotion management skills* merupakan kemampuan untuk mengatasi reaksi emosional. Dengan kata lain, *emotion management skills* yang baik memungkinkan seseorang mengelola emosi negatifnya dengan baik dan meminimalkan penggunaan Internet secara berlebihan.⁸⁸ Di samping itu, Zun dan Demetrovics menyatakan bahwa komponen kecerdasan emosional yang berkaitan dengan adiksi adalah *decoding and differentiation of emotions* dan *regulation of emotions*.⁸⁹ Temuan mereka tersebut mengindikasikan bahwa tidak semua komponen kecerdasan emosional berhubungan secara langsung dengan adiksi, termasuk terhadap Internet.

METODE PENELITIAN

Sebagai usaha dalam mendapatkan hasil kajian dari korelasi-korelasi tersebut, maka penelitian ini menggunakan dua variabel, yaitu kecerdasan emosional sebagai variabel independen dan adiksi Internet sebagai variabel dependen. Kedua variabel tersebut diukur melalui metode penelitian kuantitatif korelasional. Instrumen yang digunakan adalah *Emo-*

⁸¹*Managing emotions* memiliki subkomponen *emotional self-control* dan *adaptability*.

⁸²Robert V. Kail dan John C. Cavanaugh, *Human Development: A Life-Span View* (Boston, MA: Cengage Learning, 2016), 203.

⁸³Barbara M. Newman dan Philip R. Newman, *Development through Life: A Psychosocial Approach* (Belmont, CA: Wadsworth, 2012), 7. Kaum muda yang kesulitan menghadapi masalah maupun emosi negatifnya justru cenderung mengalihkan perhatiannya pada internet yang dianggapnya mampu memberikan kepuasan secara instan bagi mereka. Lih. Yun Mi Shin, "Smartphone Addiction in Children and Adolescents," dalam *Internet Addiction in Children and Adolescents: Risk Factors, Assessment, and Treatment*, ed. Kimberly S. Young dan Cristiano Nabuco de Abreu (New York: Springer, 2017), 34, <https://doi.org/10.1891/9780826133731.0002>.

⁸⁴Young, "Internet Addiction," 240.

⁸⁵Hamissi dkk., "The Relationship," 310.

⁸⁶Hemali Sanghvi dan Upagya Rai, "Internet Addiction and Its Relationship with Emotional Intelligence and Perceived Stress Experienced by Young Adults," *International Journal of Indian Psychology* 3, no. 1 (2015): 73, <https://doi.org/10.25215/0301.061>.

⁸⁷Vesile Oktan, "The Predictive Relationship between Emotion Management Skills and Internet Addiction," *Social Behavior and Personality: An International Journal* 39, no. 10 (2011): 1425, <https://doi.org/10.2224/sbp.2011.39.10.1425>. Oktan mendapati bahwa komponen-komponen *emotion management skills* berkorelasi negatif dengan adiksi Internet: *verbal expression of emotions* ($r = -0,132$, $Sig. < 0,05$), *showing emotion* ($r = -0,216$, $Sig. < 0,01$), *coping* ($r = -0,126$, $Sig. < 0,05$), *anger management* ($r = -0,148$, $Sig. < 0,01$), dan *ability to manage emotions* ($r = -0,191$, $Sig. < 0,01$). Hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa *emotion management skills* mampu menurunkan tingkat adiksi Internet. Lih. "The Predictive," 1428.

⁸⁸Oktan, "The Predictive," 1426.

⁸⁹Bernadette Kun dan Zsolt Demetrovics, "Emotional Intelligence and Addictions: A Systematic Review," *Substance Use & Misuse* 45 (2010): 1151, <https://doi.org/10.3109/10826080903567855>. *Decoding and differentiation of emotions* berkaitan dengan pemahaman mengenai emosi yang dialami dan membedakannya dari emosi-emosi lainnya, sementara *regulation of emotions* mengacu pada proses regulasi atau pengelolaan emosi.

tional Intelligence Questionnaire (EIQ) yang disusun oleh London Leadership Academy Team (50 item)⁹⁰ ($\alpha = 0,890$), dan *Internet Addiction Test* (IAT) dari Young yang sudah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Siste dkk. (18 item)⁹¹ ($\alpha = 0,893$). Responden dikumpulkan dengan teknik *convenience sampling*. Kriteria responden adalah berusia 15-24 tahun, beragama Kristen Protestan yang berdomisili di Pulau Jawa, dan pengguna Internet aktif. Rentang usia tersebut dipilih karena pengguna Internet terbanyak di Indonesia berada pada rentang usia tersebut⁹², sehingga mereka memiliki paparan terhadap Internet dalam intensitas yang tinggi dan rentan terhadap adiksi Internet. Selain itu, pemilihan Pulau Jawa sebagai domisili responden adalah karena domisili tersebut memiliki tingkat kontribusi dan penetrasi internet tertinggi adalah pada tahun 2022, yaitu sebesar 78,39% dan 43,92%.⁹³ Kriteria tersebut dipenuhi oleh 223 responden ($M_{usia} = 19,91$; $SD = 2,929$) yang terdiri dari 62,8% perempuan dan 37,2% laki-laki. Para responden terbagi ke dalam empat kategori duras penggunaan Internet, yaitu “< 1 jam” (1%), “1-5 jam” (42%), “5-10 jam” (38%), dan “> 10 jam” (19%). Pengumpulan data yang dilakukan dengan Google Form ini berupa *self-report* dan disebarluaskan secara daring melalui para hamba Tuhan, komunitas kaum muda Kristen, dan para guru sekolah. Dengan demikian *form* diisi oleh kaum muda Kristen dari berbagai denominasi gereja.

Ada tiga hipotesis yang diuji. Hipotesis pertama adalah adanya hubungan yang signifikan antara komponen-komponen kecerdasan emosional dengan adiksi Internet. Hipotesis kedua adalah adanya perbedaan *mean score* yang signifikan pada komponen-komponen kecerdasan emosional berdasarkan usia. Hi-

potesis ketiga adalah ada perbedaan *mean score* yang signifikan pada komponen-komponen adiksi Internet berdasarkan durasi penggunaan Internet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dan Pembahasan Hipotesis Pertama

Data yang didapatkan kemudian diolah dengan program IBM SPSS Statistics 20 menggunakan uji deskriptif, uji korelasi Spearman (nonparametrik), dan uji beda Kruskal-Wallis. Uji deskriptif dilakukan untuk mengetahui tingkat komponen-komponen kecerdasan emosional dan tingkat adiksi Internet responden.

Mayoritas responden memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi. Hal ini ditinjau dari jumlah responden dengan tingkat *self-awareness* (91%), *motivating oneself* (53%), *empathy* (75%), dan *social skills* (72%) yang dikategorikan sebagai “Strength” berdasarkan kategorisasi data pada EIQ. Meskipun demikian, mayoritas responden (82%) justru memiliki *managing emotions* yang berada pada tingkat sedang—atau “Giving Attention”. Di samping itu, para responden terbagi ke dalam empat kategori adiksi seperti yang dipaparkan dalam Diagram 1.1.

⁹⁰London Leadership Academy, “Questionnaire.”

⁹¹Kristiana Siste dkk., “Validation Study of the Indonesian Internet Addiction Test among Adolescents,” *PLoS ONE* 16, no. 2 (2021): 1, 6. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245833>.

⁹²Badan Pusat Statistik, “Proporsi Individu yang Menggunakan Internet menurut Kelompok Umur (Per-

sen), 2017-2019,” 2019, <https://www.bps.go.id/indicator/27/1228/1/proporsi-individu-yang-menggunakan-internet-menurut-kelompok-umur.html> (diakses 13 Desember 2022).

⁹³Asosiasi Penyedia Jasa Internet Indonesia dan Stratejik Rekacipta Andalan, *Profil Internet Indonesia 2022* (Jakarta: Asosiasi Penyedia Jasa Internet Indonesia, 2022), 12.

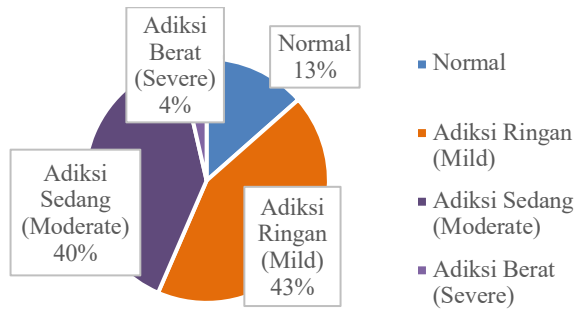


Diagram 1.1. Distribusi Data Responden berdasarkan Total Nilai *Internet Addiction Test*

Diagram 1.1. menunjukkan bahwa walaupun tingkat adiksi para responden beragam, tetapi hanya empat persen yang terindikasi mengalami adiksi berat terhadap Internet. Mayoritas responden tergolong “Adiksi Ringan” (43%) dan “Adiksi Sedang” (40%), sementara 13% responden lainnya tidak terindikasi mengalami adiksi.

Selain uji deskriptif, peneliti juga melakukan uji korelasi Spearman karena data dari kedua variabel tidak memenuhi uji normalitas dan homogenitas. Rincian uji korelasi kedua variabel dipaparkan sebagai berikut:

Tabel 1.1. Uji Korelasi Antarvariabel Kecerdasan Emosional dengan Adiksi Internet

		Adiksi Internet
Kecerdasan Emosional	Koef. Korelasi (r)	-0,104
	Sig. (2-tailed)	0,120

Kecerdasan emosional dan adiksi Internet maupun tiap komponennya disebut memiliki korelasi jika nilai *Sig. (2-tailed)* < 0,1 dan bernilai signifikan. Nilai korelasi makin signifikan ketika nilai *Sig. (2-tailed)* juga makin kecil. Nilai *r* (*correlation coefficient*) positif mengindikasikan hubungan di antara kedua variabel dan tiap komponennya yang juga bersifat positif; sebaliknya, nilai *r* yang negatif menandakan bahwa hubungan tersebut bersifat negatif. Nilai *r* yang makin besar menunjukkan hubungan yang makin kuat di antara kedua variabel maupun persilangan komponen-kompo-

nennya. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan adiksi Internet maupun tiap komponennya, kecuali antara *Managing Emotions* dan *Salience* ($r = -0,156$; *Sig.* < 0,05) serta *Motivating Oneself* dan *Neglect of Duty* ($r = -0,234$; *Sig.* = 0,000).

Tabel 1.2. Uji Korelasi Antarkomponen Kecerdasan Emosional dengan Adiksi Internet

		<i>Salience</i>	<i>Loss of Control</i>	<i>Neglect of Duty</i>
<i>Self-Awareness (SA)</i>	r	-0,082	0,023	-0,080
	Sig. (2-tailed)	0,222	0,728	0,232
<i>Managing Emotions (ME)</i>	r	-0,156*	-0,102	-0,069
	Sig. (2-tailed)	0,020	0,130	0,305
<i>Motivating Oneself (MO)</i>	r	-0,028	-0,120	-
	Sig. (2-tailed)	0,674	0,073	0,234**
<i>Empathy (E)</i>	r	-0,095	-0,009	-0,091
	Sig. (2-tailed)	0,157	0,890	0,177
<i>Social Skills (SS)</i>	r	-0,079	0,110	-0,010
	Sig. (2-tailed)	0,240	0,101	0,885

*korelasi signifikan pada 0,05 (2-tailed); **korelasi signifikan pada 0,01 (2-tailed)

Jika dibandingkan dengan penelitian terdahulu, maka ketidadaan korelasi antarvariabel maupun mayoritas persilangan komponen dari kedua variabel dapat dipengaruhi oleh dua hal. Pertama, hampir sebagian besar penelitian terdahulu diadakan sebelum pandemi COVID-19, yaitu ketika Internet masih dianggap sebagai “objek” yang berpotensi menyebabkan ketergantungan (*dependence*). Beberapa penelitian tersebut telah dilakukan oleh Hamissi dkk.,⁹⁴ Saraiva dkk.,⁹⁵ dan Yekefallah dkk.⁹⁶ Namun, setelah pandemi COVID-19, penggunaan Internet Perbedaan hasil tersebut mengindikasikan bahwa pandemi COVID-19 telah mengubah pola hidup dan pola interaksi masyarakat, dengan meningkatnya aktivitas sehari-hari secara daring, misalnya belajar, mengadakan pertemuan, beribadah,

⁹⁴Hamissi dkk., “The Relationship,” 313.

⁹⁵Saraiva dkk., “The Relationship,” 19.

⁹⁶Yekefallah dkk., “The Prevalence,” 148.

dan bersosialisasi dengan orang lain.⁹⁷ Kondisi tersebut menyebabkan Internet menjadi bagian hidup bagi kaum muda,⁹⁸ dan telah menjadi lebih lazim digunakan dalam jangka waktu yang lebih panjang jika dibandingkan sebelum pandemi.⁹⁹ Dampaknya, terjadi pergeseran pemahaman mengenai adiksi Internet yang sebelumnya, yaitu panjangnya durasi pemakaian Internet tidak selalu mengindikasikan adanya adiksi.¹⁰⁰

Hal kedua yang dapat memengaruhi hasil penelitian ini adalah ada beberapa faktor lain yang juga memengaruhi pola penggunaan Internet kaum muda, yaitu pengaruh lingkungan,¹⁰¹ perbedaan budaya, dan *personal characteristics* dari para responden.¹⁰² Pengaruh lingkungan yang dimaksud bukan hanya dari lingkungan terdekat seperti keluarga dan teman-teman, tetapi juga dari Internet.¹⁰³ Di samping itu, ada kemungkinan bahwa ketiadaan korelasi pada hasil penelitian ini adalah responden menyangkali tingkat adiksi Internet yang sebenarnya dialami. Blachnio dkk. menyatakan bahwa dalam budaya tertentu, ada *defense mechanism* berupa penyangkalan (*denying*) terhadap penggunaan Internet yang berlebihan.¹⁰⁴ Penyangkalan tersebut terjadi karena ada perasaan malu (*shame*) atau meminimalkan masalah adiksi Internet.¹⁰⁵ Dalam konteks responden yang merupakan ka-

um muda Kristen, penyangkalan tersebut kemungkinan dapat terjadi karena anggapan bahwa adiksi menandakan kegagalan mereka untuk menggantungkan diri sepenuhnya kepada Allah¹⁰⁶—khususnya ketika mengalami masalah maupun emosi negatif.

Selain korelasi antarvariabel, penulis juga mengkaji korelasi antarkomponen dari kedua variabel dan mendapati bahwa *self-awareness*, *empathy*, dan *social skills* tidak berhubungan dengan adiksi Internet. Dikaji dari penelitian terdahulu, hasil penelitian ini tidak sesuai dengan hasil penelitian Son yang mendapati bahwa *self-awareness* berkorelasi negatif dengan adiksi Internet ($r = -0,15$; $Sig. < 0,01$).¹⁰⁷ Perbedaan hasil ini mengindikasikan bahwa *self-awareness* tidak selalu berkaitan dengan adiksi. Ada kemungkinan hasil ini dipengaruhi oleh karakteristik responden yang memiliki tingkat *self-awareness* kuat (90,6%) dan hanya delapan responden penelitian ini (3,6%) yang terindikasi mengalami adiksi berat. *Self-awareness* yang baik berkaitan dengan kemampuan dalam mengenali emosi negatif dan melakukan *coping strategy* yang adaptif. Jika kaum muda mampu mengenali dan mengelola emosi, maka mereka dapat meminimalkan risiko penggunaan *coping strategy* yang maladaptif, salah satunya adalah penggunaan Internet secara berlebihan.¹⁰⁸ Meskipun aktivitasnya tid-

⁹⁷Kristiana Siste dkk., "The Impact of Physical Distancing and Associated Factors towards Internet Addiction among Adults in Indonesia during COVID-19 Pandemic: A Nationwide Web-Based Study," *Frontiers in Psychiatry* 11 (2020): 2, <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.580977>.

⁹⁸Dong dkk., "Internet Addiction," 4.

⁹⁹Crouch, "Technology Promises Connection."

¹⁰⁰Donatella Marazziti, Stefano Baroni, dan Federico Mucci, "Internet and Novel Technology Addiction: The Latest Epidemic," dalam *Internet Addiction: Prevalence, Risk Factors, and Health Effects*, ed. Margaret Adams (New York: Nova, 2017), 6.

¹⁰¹Sulki Chung, Jaekyoung Lee, dan Hae Kook Lee, "Personal Factors, Internet Characteristics, and Environmental Factors Contributing to Adolescent Internet Addiction: A Public Health Perspective," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16, no. 23 (2019): 12.

¹⁰²Saraiva dkk., "The Relationship," 20.

¹⁰³Chung dkk., "Personal Factors," 11. Salah satu contoh dari besarnya lingkungan bagi responden Chung dkk.

adalah banyaknya paparan iklan *online games* yang berisiko memperbesar kesempatan kaum muda untuk menerima iklan tersebut.

¹⁰⁴Agata Błachnio dkk., "Cultural Correlates of Internet Addiction," *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 22, no. 4 (2019): 261, <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0667>.

¹⁰⁵Błachnio dkk., "Cultural Correlates," 261.

¹⁰⁶Welch, *Addictions*, 13.

¹⁰⁷Mira Son, "Influence of Self-Awareness, Other-Awareness, and Interpersonal Relation Competence on Smartphone and Internet Addiction in Nursing Students," *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing* 27, no. 1 (2018): 74, 81. <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2018.27.1.74>.

¹⁰⁸Katajun Lindenberg, Sophie Kindt, dan Carolin Szász-Janocha, *Internet Addiction in Adolescents: The PROTECT Program for Evidence-Based Prevention and Treatment* (Cham: Springer, 2020), 31; Shin, "Smartphone Addiction," 34.

ak terhindar dari Internet, kaum muda dengan *self-awareness* yang baik cenderung mampu mengendalikan diri mereka jika merasa telah menggunakan Internet melebihi batas,¹⁰⁹ yang akan mengganggu fungsi hidupnya.¹¹⁰

Komponen kecerdasan emosional berikutnya yang tidak berkorelasi dengan adiksi Internet adalah *empathy*. Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan temuan Lachmann dkk. yang menemukan korelasi negatif antara *empathy* dengan adiksi Internet ($r = -0,19$; $Sig. < 0,01$),¹¹¹ dan penelitian Saraiva juga mendapati korelasi negatif antara *dealing with others' emotion*—paralel dengan *empathy*—dengan *Internet overuse* ($r = -0,154$; $Sig. < 0,01$), *lack of control* ($r = -0,118$; $Sig. < 0,01$), dan *negligence at work* ($r = -0,225$; $Sig. < 0,01$).¹¹² Mereka yang memiliki *empathy* yang tinggi lebih mampu *dealing* dengan emosi orang lain, sehingga mudah mendapatkan *support system* dan terhindar dari adiksi. Sebaliknya, minimnya *support system* mendorong kaum muda mengembangkan *coping strategy* terhadap emosi negatif melalui aktivitas *online* yang bertujuan mendapatkan *support system*—meskipun tidak selalu bersifat positif—di dalamnya, sehingga mudah terjatuh dalam adiksi.¹¹³ Durasi penggunaan Internet yang sebagian besar diperuntukkan *online games* juga meningkatkan kerentanan kaum muda terhadap adiksi.

si.¹¹⁴ Walaupun demikian, Jeon dkk. menemukan bahwa durasi penggunaan Internet mingguan (berkaitan dengan *salience*) dapat berkorelasi positif dengan *empathy* ($r = 0,154$; $Sig. < 0,1$).¹¹⁵ Hal tersebut mengindikasikan bahwa penggunaan Internet justru menjadi sarana yang positif untuk mengembangkan *empathy*.¹¹⁶ Pemaparan ini menunjukkan bahwa individu dengan *empathy* rendah tidak selalu berisiko mengalami adiksi jika dirinya lebih banyak menggunakan Internet untuk membangun *support system* dan aktivitas-aktivitas yang positif atau non-adiktif—selain untuk bermain *online games*.¹¹⁷ *Empathy* yang tinggi dapat menurunkan risiko adiksi Internet karena memampukan kaum muda untuk memiliki *support system* yang cukup dari lingkungan sekitarnya tanpa harus mencari lebih banyak melalui Internet.¹¹⁸ *Empathy* yang tinggi dapat meningkatkan durasi penggunaan Internet, tetapi tidak selalu menimbulkan adiksi karena tujuannya adalah untuk berinteraksi secara positif dengan orang lain.¹¹⁹

Komponen kecerdasan emosional lainnya yang tidak berkorelasi dengan adiksi Internet adalah *social skills*. Temuan ini mendukung hasil penelitian Dangkrueg dkk. bahwa *social skills* tidak menentukan tingkat adiksi Internet secara signifikan.¹²⁰ Di sisi lain, temuan di atas tidak sesuai dengan hasil penelitian

¹⁰⁹Nicola F. Johnson, *The Multiplicities of Internet Addiction: The Misrecognition of Leisure and Learning* (Oxfordshire: Routledge, 2009), 127.

¹¹⁰Ying Zhang dkk., “The Relationship between Impulsivity and Internet Addiction in Chinese College Students: A Moderated Mediation Analysis of Meaning in Life and Self-Esteem,” *PLoS ONE* 10, no. 7 (2015): 2, <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0131597>.

¹¹¹Bernd Lachmann dkk., “The Role of Empathy and Life Satisfaction in Internet and Smartphone Use Disorder,” *Frontiers in Psychology* 9, no. 398 (2018): 5, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00398>.

¹¹²Saraiva dkk., “The Relationship,” 19.

¹¹³Yalçın Özdemir, Yaşar Kuzucu, dan Şerife Ak, “Depression, Loneliness and Internet Addiction: How Important is Low Self-Control?,” *Computers in Human Behavior* 34 (2014): 288, <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.02.009>.

¹¹⁴Dong-Hee Shin dan Dohyun Ahn, “Associations between Game Use and Cognitive Empathy: A Cross-Ge-

nerational Study,” *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking* 16, no. 8 (2013): 602. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264948>.

¹¹⁵Hong Jun Jeon dkk., “Is Internet Overuse Associated with Impaired Empathic Ability in Korean College Students?,” *Medicine* 97, no. 39 (2018): 3. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000012493>.

¹¹⁶Jeon dkk., “Internet Overuse,” 3.

¹¹⁷Shin dan Ahn, “Associations,” 602.

¹¹⁸Jeon dkk., “Internet Overuse,” 3.

¹¹⁹Jeon dkk., “Internet Overuse,” 3.

¹²⁰Supatatt Dangkrueg dkk., “Relationships between Internet Addiction and Loneliness, and Internet Addiction and Teenage Social Skills: A Case Study of Mathayom Suksa Students in the Northern Region,” *International Journal of Child Development and Mental Health* 1, no. 2 (2013): 28. Tidak ada perbedaan yang signifikan antara responden yang berada dalam kategori *Internet addicts*, *possible addicts*, dan *moderate user*.

Romero-López dkk. yang mendapati rendahnya *social skills*—khususnya pada subkomponen *conversation*—justru meningkatkan kecenderungan untuk mengalami *deficient self-regulation* pada Internet ($\beta = -0,117$; *Sig.* = 0,020).¹²¹ Temuan ini didukung oleh Jeon dkk. yang menemukan bahwa para partisipan yang menggunakan Internet secara berlebihan memiliki *social skills* yang lebih rendah dibandingkan partisipan yang berada pada kategori *average users*.¹²² Perbedaan hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa *social skill* yang rendah tidak selalu berhubungan atau berdampak pada adiksi Internet. Meskipun demikian, ada kemungkinan *social skills* berkorelasi dengan adiksi Internet jika Internet digunakan untuk mencari pertemanan *online* secara negatif, dan tidak berkorelasi jika Internet digunakan dengan wajar dalam membangun *social skills*. Mesch dan Talmud pun menemukan bahwa *social skills* yang lemah di dalam interaksi tatap muka tidak selalu mendorong kaum muda untuk membentuk *online friendship*; keberadaan *online friendship* justru merupakan salah satu sarana pengembangan *social skills* dalam memperluas pergaulan.¹²³ Selain itu, *online friendship* juga menolong kaum muda untuk memenuhi kebutuhan terhadap *selfworth*, sehingga mereka memiliki kecenderungan untuk meningkatkan durasi penggunaan Internet dalam mengakses pergaulan dan menambah kesempatan bersosialisasi dengan orang lain.¹²⁴ *Social skills*

yang baik menjadi faktor protektif untuk adiksi Internet. Individu dengan *social skills* yang baik tidak mudah teradiksi Internet karena mereka mampu mengendalikan diri dalam menghadapi orang lain, sehingga lebih rendah risikonya untuk berperilaku secara impulsif seperti ketergantungan pada Internet untuk mengekspresikan diri.¹²⁵ Pemakaian Internetnya pun ditujukan untuk hal-hal positif, misalnya belajar, mengikuti pertemuan, mengadakan pertemuan, beribadah, dan bersosialisasi dengan orang lain.¹²⁶

Di samping ketiadaan korelasi pada ketiga komponen kecerdasan emosional dengan adiksi Internet, penelitian ini menguatkan bahwa *managing emotions* dan *motivating oneself* berkaitan dengan komponen-komponen adiksi Internet, yaitu *salience* dan *neglect of duty*. Oktan mengungkapkan bahwa komponen kecerdasan emosional yang menentukan tingkat adiksi Internet adalah *emotion management skills*—yang paralel dengan *managing emotions*.¹²⁷ *Emotion management skills* berkaitan dengan emosi negatif; jika kaum muda mampu mengelola emosi negatif dengan baik, mereka cenderung tidak *preoccupied* terhadap pikiran yang muncul untuk menggunakan Internet sebagai *coping strategy* mereka.¹²⁸ Meskipun *Managing Emotions* mayoritas responden penelitian ini berada pada kategori *Giving Attention*, mereka juga memiliki *Self-Awareness* yang termasuk dalam

¹²¹Miriam Romero-López dkk., “Problematic Internet Use among University Students and Its Relationship with Social Skills,” *Brain Sciences* 11, no. 10 (2021): 6, <https://doi.org/10.3390/brainsci11101301>. *Deficient self-regulation* terdiri dari *compulsive Internet use* dan *cognitive preoccupation*. *Compulsive Internet use* merujuk pada ketidakmampuan seseorang untuk meregulasi penggunaan Internetnya, sehingga dirinya sulit menahan dorongan untuk *online* ketika sedang tidak menggunakan Internet. *Cognitive preoccupation* merupakan ketidakmampuan seseorang untuk mengendalikan pikirannya yang terobsesi pada penggunaan Internet. Metode penelitian yang digunakan oleh Romero-López dkk. ini adalah metode regresi.

¹²²Jeon dkk., “Internet Overuse,” 3. Hasil penelitian mereka berupa rata-rata nilai *social skills* dengan standar deviasinya. Sementara itu, nilai rata-rata *Internet Addiction Test average users* adalah 30.0 ± 4.9 , lebih rendah daripada *over-users* (*Mean* = 49.1 ± 8.6).

¹²³Gustavo S. Mesch dan Ilan Talmud, *Wired Youth: The Social World of Adolescence in the Information Age* (New York: Psychology Press, 2010), 62.

¹²⁴Min-Pei Lin, “Prevalence of Internet Addiction during the COVID-19 Outbreak and Its Risk Factors among Junior High School Students in Taiwan,” *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, no. 8547 (2020): 7, <https://doi.org/10.3390/ijerph17228547>.

¹²⁵Qutaiba Agbaria dan Dana Bdier, “The Role of Self-Control and Identity Status as Predictors of Internet Addiction among Israeli-Palestinian College Students in Israel,” *International Journal of Mental Health and Addiction* 19, no. 1 (2021): 261–262, <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00172-4>.

¹²⁶Siste dkk., “The Impact,” 2.

¹²⁷Oktan, “The Predictive,” 1425.

¹²⁸Oktan, “The Predictive,” 1426.

Strength. Dengan kata lain, *self-awareness* memungkinkan kaum muda untuk mengenali emosi yang sedang dialami, dan kaum muda perlu ditolong untuk mengembangkan *managing emotions* mereka agar dapat mengendalikan emosi negatif yang muncul.

Selain *managing emotions* dengan *saliency*, peneliti juga menemukan bahwa *motivating oneself* berkorelasi negatif dengan *neglect of duty*. Temuan ini selaras dengan hasil penelitian Sayegh, Hussein, dan Bdier yang menyatakan bahwa tingginya *achievement motivation* pada kaum muda menurunkan tingkat adiksi Internet ($r = -0,25$; $Sig. < 0,01$).¹²⁹ Kesadaran kaum terhadap tanggung jawab untuk meraih prestasi atau pencapaian lainnya membuat mereka mendemonstrasikan tanggung jawab tersebut melalui kemampuan mereka (*competence demonstration*).¹³⁰

Melalui kesadaran tersebut, mereka tetap mampu memprioritaskan tanggung jawab mereka meskipun sedang menggunakan Internet. Di sisi lain, Iyitoğlu dan Çeliköz mendapati bahwa tingkat adiksi Internet tidak selalu berkorelasi negatif dengan keseluruhan performa akademik, karena terdapat korelasi positif antara adiksi Internet dengan nilai pada mata pelajaran Bahasa Inggris ($r = 0,177$; $Sig. < 0,01$).¹³¹ Temuan tersebut mengindikasikan tingginya durasi pemakaian Internet justru mempermudah responden dalam mempelajari bahasa Inggris sebagai bahasa internasional.¹³² Dengan demikian, hasil penelitian ini membuktikan bahwa *motivating oneself* yang baik menumbuhkan kesadaran kaum muda untuk bertanggung jawab dalam

tugas maupun meraih prestasi, meskipun mengakses Internet dalam durasi yang panjang¹³³ karena keperluan akademik atau kebutuhan sehari-hari lainnya.¹³⁴

Hasil dan Pembahasan Hipotesis Kedua

Pada penelitian ini, uji beda *mean* komponen kecerdasan emosional berdasarkan usia memakai metode Kruskal-Wallis. Nilai *Asymp. Sig. < 0,1* mengindikasikan bahwa hasil uji tersebut memiliki perbedaan *mean score* yang signifikan pada komponen-komponen kecerdasan emosional. Sebaliknya, hasil uji beda *mean score* dinyatakan tidak signifikan jika *Asymp. Sig. > 0,1*.¹³⁵

Tabel 1.3. *Mean Score* Komponen Kecerdasan Emosional berdasarkan Usia

	Jenis Kelamin	Jumlah Responden	Mean Rank
SA	13-18 tahun	87	101,70
	19-24 tahun	136	118,59
ME	13-18 tahun	87	103,55
	19-24 tahun	136	117,41
MO	13-18 tahun	87	111,46
	19-24 tahun	136	112,35
E	13-18 tahun	87	106,93
	19-24 tahun	136	115,25
SS	13-18 tahun	87	109,31
	19-24 tahun	136	113,72

Tabel 1.4. Uji Perbedaan *Mean Score* Komponen Kecerdasan Emosional berdasarkan Usia melalui Metode Kruskal-Wallis

	SA	ME	MO	E	SS
<i>Chi-Square</i>	3,829	3,072	0,069	0,655	0,249
<i>Df</i>	1	1	1	1	1
<i>Asymp. Sig.</i>	0,056	0,116	0,920	0,347	0,618

¹²⁹Asharaf Sayegh, Niven Hussein, dan Dana Bdier, "Internet Addiction and Achievement Motivation among University Students," *Journal of Concurrent Disorders*, 1-9 (2020): 5, <https://doi.org/10.54127/KEOH4113>.

¹³⁰Gaoxia Zhu dan Anthony L. Burrow, "Profiles of Personal and Ecological Assets: Adolescents' Motivation and Engagement in Self-Driven Learning," *Current Psychology* (2022): 6, <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02412-0>. Istilah *motivating oneself* yang digunakan pada penelitian Zhu dan Burrow ini adalah *intrinsic motivation* yang memuat *sense of responsibility*, komponen yang bertentangan dari *neglect of duty*. Terdapat korelasi positif antara in-

trinsic motivation dan *competence demonstration* ($r = -0,10$; $Sig. < 0,05$).

¹³¹Orhan Iyitoğlu dan Nadir Çeliköz, "Exploring the Impact of Internet Addiction on Academic Achievement," *European Journal of Education Studies* 3, no. 5 (2017): 50, <https://doi.org/10.5281/zenodo.439138>.

¹³²Iyitoğlu dan Çeliköz, "Exploring," 54.

¹³³Sayegh dkk., "Internet Addiction," 5.

¹³⁴Siste dkk., "The Impact," 2.

¹³⁵Gregory W. Corder dan Dale I. Foreman, *Nonparametric Statistics for Non-Statisticians: A Step-by-Step Approach* (Hoboken, NJ: John Wiley and Sons, 2009), 119.

Berdasarkan Tabel 1.4, kelima komponen kecerdasan emosional memiliki nilai *Asymp. Sig.* > 0,1. Hasil uji Kruskal-Wallis di atas menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan *mean score* yang signifikan berdasarkan usia, baik pada *self-awareness*, *managing emotions*, *motivating oneself*, *empathy*, dan *social skills*.

Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Adekeye dkk. yang menemukan bahwa usia tidak menentukan tingkat kecerdasan emosional ($r = -0,27$; *Sig.* > 0,05).¹³⁶ Sebaliknya, hasil penelitian ini bertentangan dengan pernyataan Mayer, Caruso, dan Salovey bahwa pertambahan usia identik dengan peningkatan jumlah pengalaman hidup, dan memengaruhi perkembangan kecerdasan emosional.¹³⁷ Ada kemungkinan hal tersebut disebabkan oleh cakupan usia yang sempit, meskipun cakupan usia pada penelitian ini lebih luas dibandingkan penelitian Adekeye dkk.¹³⁸ Jika cakupan usia diperluas seperti yang dilakukan oleh Tsaousis dan Kazi yang melibatkan responden berusia 14-30 tahun ke atas, maka perbedaan tingkat komponen kecerdasan emosional dapat terlihat dengan jelas.¹³⁹ Sebagai contoh, mereka menemukan bahwa tingkat *empathy* dan *control of emotions* pada kelompok usia *youth* lebih tinggi dari pada *teenagers*.¹⁴⁰ Menurut Esnaola dkk., pertambahan

usia cenderung hanya berkaitan dengan akumulasi pengalaman hidup, bukan pada perkembangan kecerdasan emosional itu sendiri.¹⁴¹ Di sisi lain, Bar-On menyatakan bahwa kecerdasan emosional dapat dikembangkan dan dilatih kapan saja—termasuk oleh kaum muda.¹⁴² Menurut Vu, Vu, dan Mai, pengembangan tersebut perlu melibatkan kesadaran kaum muda dalam mengingat respons emosional dan jujur pada diri sendiri mengenai perasaan mereka terhadap peristiwa yang terjadi.¹⁴³ Kaum muda juga perlu melatih kemampuan dalam mengenali bahasa tubuh dan komunikasi non-verbal mereka agar dapat mengendalikan diri ketika berkomunikasi dengan orang lain.¹⁴⁴ Pemaparan ini menegaskan bahwa usia tidak selalu menentukan tingkat tiap komponen kecerdasan emosional, kecuali jika dalam pertambahan usianya kaum muda mendapatkan pelatihan atau pendampingan untuk meningkatkan kecerdasan emosionalnya.¹⁴⁵

Hasil dan Pembahasan Hipotesis Ketiga

Uji beda *mean score* komponen adiksi Internet berdasarkan durasi penggunaan Internet menggunakan metode Kruskal-Wallis. Nilai *Asymp. Sig.* < 0,1 menandakan adanya perbedaan *mean score* yang signifikan pada kom-

¹³⁶Olujide A. Adekeye dkk., "Correlates between Parenting Styles and the Emotional Intelligence: A Study of Senior Secondary School Students in Lagos State," *Proceedings of ICERI 2015 Conference* (2015): 8080. Penelitian Adekeye dkk. hanya menguji hubungan antara usia dengan tingkat kecerdasan emosional secara keseluruhan, tetapi tidak menguji tingkat tiap komponennya.

¹³⁷Mayer dkk., "Emotional Intelligence," 291.

¹³⁸Penelitian Adekeye dkk. melibatkan responden berusia 15-19 tahun, sementara penelitian ini melibatkan responden dengan cakupan usia yang lebih luas, yaitu dari usia 15-24 tahun. Lih. Adekeye dkk., "Correlates," 8078.

¹³⁹Ioannis Tsaousis dan Smaragda Kazi, "Factorial Invariance and Latent Mean Differences of Scores on Trait Emotional Intelligence across Gender and Age," *Personality and Individual Differences* 54, no. 2 (2013): 170–171, <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.08.016>. Tsaousis dan Kazi membagi responden ke dalam tiga kategori usia: usia 14-16 tahun berada pada kelompok *teenagers*, 17-30 tahun pada kelompok *youth*, dan usia 31 tahun ke atas termasuk kelompok *adults*.

¹⁴⁰Adekeye dkk., "Correlates," 172.

¹⁴¹Igor Esnaola dkk., "The Development of Emotional Intelligence in Adolescence," *Anales de Psicologia* 33, no. 2 (2017): 332, <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200120.058/>.

¹⁴²Reuven Bar-On, "Emotional and Social Intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory," dalam *The Handbook of Emotional Intelligence: Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace*, ed. Reuven Bar-On dan James D. A. Parker (San Francisco: Jossey-Bass, 2000), 363–388; Esnaola dkk., "The Development," 327.

¹⁴³Ngan Hoang Vu, Mai Thi Vu, dan Bao Quoc Mai, "The Impact of Emotional Intelligence on Internet Addiction: A Case Study of Vietnamese Students," ed. Mirko Duradoni, *Human Behavior and Emerging Technologies* 2022 (2022): 7, <https://doi.org/10.1155/2022/4791604>.

¹⁴⁴Vu dkk., "The Impact," 7.

¹⁴⁵Kenneth S. Law, Chi-Sum Wong, dan Lynda J. Song, "The Construct and Criterion Validity of Emotional Intelligence and Its Potential Utility for Management Studies," *Journal of Applied Psychology* 89, no. 3 (2004): 484, <https://doi.org/10.1037/0021-9010.89.3.483>.

ponen adiksi Internet. Jika *Asymp. Sig.* > 0,1, maka hasil uji beda *mean score* tersebut tidak signifikan.¹⁴⁶

Tabel 1.5. *Mean Score* Komponen Adiksi Internet berdasarkan Durasi Penggunaan Internet¹⁴⁷

Sample 1-Sample 2	Test Statistic	Std. Error	Std. Test Statistic	Sig.	Adj. Sig.
5-10 jam-1-5 jam	1,443	9,670	0,149	0,881	1,000
5-10 jam->10 jam	37,832	12,154	-3,113	0,002	0,011
1-5 jam->10 jam	36,390	11,980	-3,037	0,002	0,014

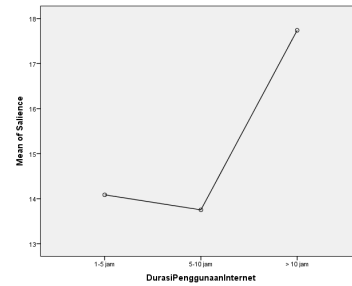
Tabel 1.6. Uji Perbedaan *Mean Score* Komponen Adiksi Internet berdasarkan Durasi Penggunaan Internet melalui Metode Kruskal-Wallis

	<i>Salience</i>	<i>Loss of Control</i>	<i>Neglect of Duty</i>
<i>Chi-Square</i>	0,433	3,531	4,939
<i>df</i>	1	1	1
<i>Asymp. Sig.</i>	0,003	0,762	0,534

Pada Tabel 1.6, hanya *Salience* yang memenuhi *Asymp. Sig.* < 0,1, sementara *Loss of Control* dan *Neglect of Duty* memiliki *Asymp. Sig.* > 0,1. Hal ini menandakan bahwa durasi penggunaan Internet menentukan tingkat *salience*; makin lama seseorang menggunakan Internet, makin besar kecenderungannya mengalami *salience*. Namun, durasi penggunaan Internet tidak menentukan tingkat *loss of control* maupun *neglect of duty*. Dengan kata lain, hanya hasil uji pada komponen *salience* yang memenuhi H_1 , sementara hasil uji pada komponen *loss of control* dan *neglect of duty* menerima H_0 . Perbedaan *mean score* pada *salience* adalah sebagai berikut:

¹⁴⁶Corder dan Foreman, *Nonparametric Statistics*, 119.

¹⁴⁷Kategori “> 1 jam” tidak diikutsertakan pada uji beda *mean score* ini karena hanya ada tiga responden di dalamnya, sehingga hasil *mean score*-nya sangat berbeda jauh dari tiga kategori lainnya. Selain itu, penggunaan Internet menjadi sebuah kebutuhan yang tidak terhindarkan



Grafik 1.1. Perbedaan *Mean Score* pada *Salience* berdasarkan Durasi Penggunaan Internet

Hasil pada Grafik 1.1 di atas kemudian diuji lanjut dengan *post-hoc* uji beda antara ketiga kategori durasi penggunaan Internet, yaitu “1-5 jam,” “5-10 jam,” dan “> 10 jam.” *Post-hoc* ini bertujuan untuk mengetahui kategori yang menunjukkan hasil yang berbeda secara signifikan.

Tabel 1.7. *Pairwise Comparisons of* Durasi Penggunaan Internet

	Durasi Penggunaan Internet	Jumlah Responden	Mean Rank
<i>Salience</i>	1-5 jam	93	104,08
	5-10 jam	85	102,79
	> 10 jam	42	140,31
<i>Loss of Control</i>	1-5 jam	93	106,88
	5-10 jam	85	112,59
	> 10 jam	42	114,27
<i>Neglect of Duty</i>	1-5 jam	93	107,48
	5-10 jam	85	108,98
	> 10 jam	42	120,27

Post-hoc pada Tabel 1.7 menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan *salience* yang signifikan antara penggunaan Internet yang berdurasi “1-5 jam” dan “5-10 jam.” Sebaliknya, durasi “> 10 jam” memiliki hasil yang berbeda secara signifikan, baik terhadap “1-5 jam” dan “5-10 jam.” Dengan kata lain, *salience* antara penggunaan Internet selama “1-5 jam” dan “5-10 jam” tidak memiliki perbedaan, tetapi

pada era digital ini yang menyebabkan berbagai aktivitas sehari-hari ditunjang oleh Internet—di antaranya adalah komunikasi, berbelanja, dan belajar. Lih. F. Ekayanti dkk., “Internet Use Behavior among Senior High Schools’ Students: A 2017 Survey Study in Indonesia,” *Ecology, Environment, and Conservation Paper* 25, no. 3 (2019): 1192.

ada perbedaan *salience* yang signifikan pada penggunaan Internet di atas sepuluh jam.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa komponen adiksi Internet yang berkaitan dengan durasi penggunaan Internet adalah *salience*. Jika durasi penggunaan Internet bertambah, maka seseorang lebih besar kemungkinannya mengalami *preoccupation* yang menandakan tingkat *salience*-nya juga naik. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Canan dkk. bahwa durasi penggunaan Internet berhubungan positif dengan adiksi Internet ($r = 0,844$; $Sig. < 0,001$).¹⁴⁸ Tingkat *salience* dipengaruhi oleh kesadaran kaum muda dalam memutuskan tetap menggunakan Internet atau tidak.¹⁴⁹

Durasi penggunaan Internet tidak selalu menentukan tingkat *loss of control* dan *neglect of duty*. Mayoritas responden berada pada tingkat adiksi yang rendah (43%) dan sedang (39,9%), dengan durasi penggunaan Internet yang terbagi dalam tiga kelompok: “1-5 jam” (41,7%), “5-10 jam” (38,12%), dan “> 10 jam” (18,83%). Ada kemungkinan bahwa signifikansi perbedaan tingkat *loss of control* dan *neglect of duty* tidak tampak pada uji hipotesis ini karena tingkat kecerdasan emosional para responden yang juga tergolong sedang dan tinggi, khususnya pada *managing emotions* dan *motivating oneself*. Hasil tersebut mengindikasikan bahwa para responden memiliki *emotion management skills* yang baik, sehingga mereka dapat mengelola emosi negatif dengan baik dan meminimalkan penggunaan Internet secara berlebihan sebagai *coping strategy* mereka.¹⁵⁰

¹⁴⁸Fatih Canan dkk., “The Association between Internet Addiction and Dissociation among Turkish College Students,” *Comprehensive Psychiatry* 53, no. 5 (2012): 425, <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2011.08.006>. Penelitian Canan dkk. hanya menguji hubungan antara durasi penggunaan Internet dengan adiksi Internet secara keseluruhan, tetapi tidak menguji tingkat tiap komponennya secara rinci.

¹⁴⁹Johnson, *The Multiplicities of Internet Addiction*, 127.

Lamanya durasi tidak selalu mencerminkan responden kehilangan kendali atas penggunaan Internet maupun keinginan mengabaikan tanggung jawabnya. Ada kemungkinan bahwa peningkatan durasi penggunaan Internet diperlukan untuk keperluan akademik seperti yang dilakukan para responden Kwak dkk.¹⁵¹ Selain itu, *salience* dapat terjadi karena penelitian ini dilaksanakan pada masa pandemi yang menerapkan kebijakan *physical distancing*, sehingga Internet dibutuhkan responden untuk beradaptasi terhadap perubahan pola hidup dan pola interaksi yang dilakukan secara daring.¹⁵² Perubahan tersebut memengaruhi durasi penggunaan Internet secara umum seperti belajar dan berkomunikasi—yang menandakan bahwa Internet menjadi lebih lazim bagi kehidupan responden dibandingkan sebelum pandemi.¹⁵³ Dengan kata lain, ketergantungan kaum muda terhadap Internet tidak selalu berkaitan dengan adiksi, selama dirinya sadar untuk menghentikan penggunaan Internetnya sebelum memasuki fase adiksi.¹⁵⁴

KESIMPULAN

Pandemi COVID-19 telah mengubah pola pemakaian Internet hingga ke berbagai aktivitas vital masyarakat. Akibatnya, penggunaan Internet menjadi makin masif, meluas, dan berdurasi panjang. Tidak heran apabila durasi pemakaian Internet yang panjang tidak lagi ditemukan berhubungan dengan adiksi Internet. Fenomena tersebut memungkinkan adanya temuan bahwa tidak ada korelasi antara kecerdasan emosional dengan adiksi Internet secara keseluruhan. Walaupun demikian, ada korelasi negatif antara *managing emotions* dengan *salience*, dan *motivating oneself* dengan *neglect of duty*. Penelitian ini juga menunjuk-

¹⁵⁰Oktan, “The Predictive,” 1426.

¹⁵¹Yeunhee Kwak, Hyejin Kim, dan Jung-Won Ahn, “Impact of Internet Usage Time on Mental Health in Adolescents: Using the 14th Korea Youth Risk Behavior Web-Based Survey 2018,” *PLOS ONE* 17, no. 3 (2022): 5–6.

¹⁵²Siste dkk., “The Impact,” 2.

¹⁵³Dong dkk., “Internet Addiction,” 4.

¹⁵⁴Johnson, *The Multiplicities of Internet Addiction*, 127.

kan bahwa tingkat *saliency* yang tinggi tidak selalu menunjukkan tingkat adiksi. Durasi pemakaian Internet yang panjang bisa menandakan bahwa Internet digunakan dalam berbagai aktivitas sehari-hari, yaitu aktivitas yang tidak menyebabkan adiksi, bahkan dapat bermanfaat untuk meningkatkan *empathy* dan *social skills*, jika Internet digunakan untuk membangun interaksi sosial secara positif. Temuan ini dapat dikaitkan dengan perkembangan kecerdasan emosional kaum muda Kristen yang tidak ditentukan oleh usia, melainkan oleh berbagai pengalaman hidup yang mereka alami dan pelajari.

Komponen kecerdasan emosional yang berkorelasi negatif secara signifikan dengan adiksi Internet hanya *managing emotions* dan *neglect of duty*. Kaum muda Kristen perlu dibimbing dan didukung dalam mengembangkan *managing emotions*-nya agar dapat mengenali dan mengelola emosi negatifnya menggunakan *coping strategy* yang adaptif, sehingga terhindar dari adiksi Internet. Selain itu, kaum muda Kristen juga perlu dibimbing dalam memahami tujuan dari tanggung jawab yang diberikan. Dengan demikian, meskipun menggunakan Internet dalam durasi yang panjang, kaum muda Kristen tetap termotivasi mengerjakan tanggung jawab mereka dan tidak mengabaikannya.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, penulis memberikan beberapa saran baik secara akademis maupun praktis. Saran akademis ditujukan kepada para akademisi yang tertarik melakukan penelitian lanjutan. Pertama, peneliti berikutnya perlu mempertimbangkan penyusunan alat ukur yang memperhatikan pergeseran makna adiksi Internet, karena saat ini Internet telah lebih lazim digunakan sebagai sarana berbagai aktivitas, bukan lagi objek yang selalu berisiko menimbulkan adiksi. Kedua, peneliti berikutnya perlu mempertimbangkan untuk meneliti hubungan antara kecerdasan emosional dengan ber-

bagai *subtypes* adiksi Internet, di antaranya adiksi media sosial, *net compulsions*, dan adiksi *online games*. Ketiga, peneliti berikutnya perlu mempertimbangkan cakupan usia yang lebih luas dalam mengkaji perbedaan tingkat komponen kecerdasan emosional untuk melihat signifikansinya dari kelompok usia yang lain, misalnya pada orang dewasa.

Saran berikutnya adalah saran praktis bagi orang tua, konselor, maupun pemerhati kaum muda Kristen. Pertama, mereka perlu memahami bahwa Internet sudah menjadi hal yang lazim digunakan kaum muda dalam berbagai aktivitas sehari-hari. Meskipun demikian, mereka perlu menolong kaum muda untuk mewaspadai keberadaan *subtypes* adiksi Internet yang berisiko bagi kaum muda, misalnya *net compulsions*, adiksi *online games*, dan media sosial. Kedua, para hamba Tuhan maupun pemerhati kaum muda Kristen perlu memfasilitasi kaum muda dalam belajar mengenali dan mengelola emosi negatifnya, misalnya melalui pelayanan konseling. Dengan demikian, kaum muda Kristen dapat mengenali emosi negatif, sumbernya, serta belajar mengelolanya agar tidak terbiasa mengandalkan *coping strategy* yang negatif, seperti memakai Internet secara berlebihan, untuk menghindari emosi tersebut. Ketiga, dengan potensi kaum muda Kristen dalam teknologi, para hamba Tuhan perlu mempertimbangkan untuk melibatkan mereka dalam pelayanan teknologi dan media yang *high tech*. Melalui konteks seperti ini, kaum muda belajar diharapkan hanya menggunakan Internet untuk aktivitas non-adiktif dan positif, di antaranya untuk melayani Tuhan.

PERNYATAAN PENULIS

Kontribusi dan Tanggung Jawab Penulis

Penulis menyatakan telah memberikan kontribusi substansial untuk perancangan dan penulisan hasil penelitian. Penulis bertanggung jawab atas analisis, interpretasi dan diskusi

hasil penelitian. Penulis telah membaca dan menyetujui naskah akhir.

Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak memiliki konflik kepentingan apa pun yang dapat memengaruhinya dalam penulisan artikel ini.

Ucapan Terima Kasih

Penulis berterima kasih kepada STT Reformed Indonesia yang memberikan kesempatan untuk mengadakan penelitian ini, orang-orang yang telah membantu penyebaran kuesioner, dan para responden yang telah berpartisipasi dalam pengambilan data.

REFERENSI

- Adekeye, Olujide A., Amos A Alao, Sussan O. Adeusi, Jonathan Odukoya, dan Chinenma S. Godspower. "Correlates between Parenting Styles and the Emotional Intelligence: A Study of Senior Secondary School Students in Lagos State." *Proceedings of ICERI 2015 Conference* (2015): 8076–8084.
- Agbaria, Qutaiba, dan Dana Bdier. "The Role of Self-Control and Identity Status as Predictors of Internet Addiction among Israeli-Palestinian College Students in Israel." *International Journal of Mental Health and Addiction* 19, no. 1 (2021): 252–266. <https://doi.org/10.1007/s11469-019-00172-4>.
- American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. Ed. ke-5. American Psychiatric Publishing, 2013.
- Asosiasi Penyedia Jasa Internet Indonesia dan Stratejik Rekacipta Andalan. *Profil Internet Indonesia 2022*. Jakarta: Asosiasi Penyedia Jasa Internet Indonesia, 2022.
- Badan Pusat Statistik. "Proporsi Individu yang Menggunakan Internet menurut Kelompok Umur (Persen), 2017-2019." Last modified 2019. Diakses Desember 13, 2022. <https://www.bps.go.id/indicator/27/1228/1/proporsi-individu-yang-menggunakan-internet-menurut-kelompok-umur.html>.
- Barna Group Organization. "Competing Worldviews Influence Today's Christians." *Barna Group*. Last modified Mei 2017. Diakses Januari 10, 2023. <https://www.barna.com/research/competing-worldviews-influence-todays-christians/>.
- Barna Group Organization. "Half of Gen Z Feel Bad about the Amount of Time Spent on Screens." *Barna Group*. Last modified Februari 10, 2021. Diakses Desember 9, 2022. <https://www.barna.com/research/gen-z-screens/>.
- Bar-On, Reuven. "Emotional and Social Intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory." Dalam *The Handbook of Emotional Intelligence: Theory, Development, Assessment, and Application at Home, School, and in the Workplace*, diedit oleh Reuven Bar-On dan James D. A. Parker, 363–388. San Francisco: Jossey-Bass, 2000.
- Beale, G. K. *We Become what We Worship: A Biblical Theology of Idolatry*. Downers Grove, IL: InterVarsity, 2008.
- Błażnio, Agata, Aneta Przepiórka, Oleg Gorbaniuk, Martina Benvenuti, Adela Magdalena Ciobanu, Emre Senol-Durak, Mithat Durak, dkk. "Cultural Correlates of Internet Addiction." *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking* 22, no. 4 (2019): 258–263. <https://doi.org/10.1089/cyber.2018.0667>.
- Boice, James Montgomery. *The Life of Moses: God's First Deliverer of Israel*. Phillipsburg, NJ: P&R, 2018.
- Canan, Fatih, Ahmet Ataoglu, Adnan Ozcecin, dan Celalettin Icmeli. "The Association between Internet Addiction and Dissociation among Turkish College Students." *Comprehensive Psychiatry* 53, no. 5 (2012): 422–426. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2011.08.006>.

- Caplan, Scott E. "Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being." *Communication Research* 30, no. 6 (2003): 625–648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>.
- Chung, Sulki, Jaekyoung Lee, dan Hae Kook Lee. "Personal Factors, Internet Characteristics, and Environmental Factors Contributing to Adolescent Internet Addiction: A Public Health Perspective." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16, no. 23 (2019): 1–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph16234635>.
- Corder, Gregory W., dan Dale I. Foreman. *Nonparametric Statistics for Non-Statisticians: A Step-by-Step Approach*. Hoboken, NJ: John Wiley and Sons, 2009.
- Crouch, Amy. "Technology Promises Connection, but Gen Z Sees a Paradox." *Barna Research*, November 18, 2020. <https://www.barna.com/research/teens-devices-connection/>.
- Dangkrueng, Supatatt, Teerapat WannaUemol, Pupayup Yodming, dan Samai Siritongthaworn. "Relationships between Internet Addiction and Loneliness, and Internet Addiction and Teenage Social Skills: A Case Study of Mathayom Suksa Students in the Northern Region." *International Journal of Child Development and Mental Health* 1, no. 2 (2013): 26–30.
- Davis, R. A. "A Cognitive-Behavioral Model of Pathological Internet Use." *Computers in Human Behavior* 17, no. 2 (2001): 187–195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8).
- Dong, Huixi, Fangru Yang, Xiaozi Lu, dan Wei Hao. "Internet Addiction and Related Psychological Factors among Children and Adolescents in China during the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Epidemic." *Frontiers in Psychiatry* 11, no. 751 (2020): 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00751>.
- Du, Gang, dan Houchao Lyu. "Future Expectations and Internet Addiction among Adolescents: The Roles of Intolerance of Uncertainty and Perceived Social Support." *Frontiers in Psychiatry* 12, no. 727106 (2021): 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.727106>.
- Ekayanti, F., Risahmawati B. Mardjiko, M. Fadhilah, dan L. A. Hendarmin. "Internet Use Behavior among Senior High Schools' Students: A 2017 Survey Study in Indonesia." *Ecology, Environment, and Conservation Paper* 25, no. 3 (2019): 1185–95.
- Esnaola, Igor, Lorena Revuelta, Iker Ros, dan Marta Sarasa. "The Development of Emotional Intelligence in Adolescence." *Anales de Psicología* 33, no. 2 (2017): 327–333. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200120.058>.
- Fatema, Kaniz, Shamima Nasreen, Shahin Parvez, dan Anisur Rahaman. "Impact of Using the Internet on Students: A Sociological Analysis at Bangabandhu Sheikh Mujibur Rahman Science and Technology University, Gopalganj, Bangladesh." *Open Journal of Social Sciences* 8, no. 12 (2020): 71–83. <https://doi.org/10.4236/jss.2020.812007>.
- Fitria, L., I. Ifdil, L. Erwinda, Z. Ardi, A. Afzal, A.P. Sari, R.P. Fadli, dkk. "Exploring Internet Addiction on Adolescents." *IOP Conference Series: Journal of Physics*. 114 (2018): 1–7. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1114/1/012076>.
- Gardner, Howard. *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. New York: Basic Books, 1983.
- Geivett, R. Douglas, dan W. Gary Phillips. "A Particularist View: An Evidentialist Approach." Dalam *Four Views on Salvation in a Pluralistic World*, diedit oleh Dennis L. Okholm dan Timothy R. Phillips, 213–245. Grand Rapids: Zondervan, 1996.
- Girdhar, Kanika, Vikas Sharma, dan Manpreet Ola. "Impact of Academic Procrastination on Academic Performance." *The*

- International Journal of Indian Psychology* 8, no. 1 (2020): 134–143.
- Goleman, Daniel. *Emotional Intelligence: Why It Can Matter more than IQ*. New York: Bantam Books, 1995.
- Goleman, Daniel. *Working with Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books, 1998.
- Hamissi, Jalaeddin, Mohadese Babaie, Mehdi Hosseini, dan Fatemeh Babaie. “The Relationship between Emotional Intelligence and Technology Addiction among University Students.” *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health* 5, no. 5 (2013): 310–319.
- Hoekema, Anthony A. *Created in God’s Image*. Grand Rapids: Eerdmans, 1986.
- Irawan, Handi. “Spiritualitas Generasi Muda dan Media.” Dalam *Dinamika Spiritualitas Generasi Muda Kristen Indonesia*, diedit oleh Bambang Budijanto, 79–92. Jakarta: Yayasan Bilangan Research Center, 2018.
- Iyitoğlu, Orhan, dan Nadir Çeliköz. “Exploring the Impact of Internet Addiction on Academic Achievement.” *European Journal of Education Studies* 3, no. 5 (2017): 38–59. <https://doi.org/10.5281/zenodo.439138>.
- Jeon, Hong Jun, Seolmin Kim, Woo-Hyung Chon, dan Jee Hyun Ha. “Is Internet Overuse Associated with Impaired Empathic Ability in Korean College Students?” *Medicine* 97, no. 39 (2018): 1–5. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000012493>.
- Johnson, Nicola F. *The Multiplicities of Internet Addiction: The Misrecognition of Leisure and Learning*. Oxfordshire: Routledge, 2009.
- Jorgenson, Alicia Grattan, Ray Chih-Jui Hsiao, dan Cheng-Fang Yen. “Internet Addiction and Other Behavioral Addictions.” *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America* 25, no. 3 (2016): 509–520. <https://doi.org/10.1016/j.chc.2016.03.004>.
- Kail, Robert V., dan John C. Cavanaugh. *Human Development: A Life-Span View*. Boston, MA: Cengage Learning, 2016.
- Kant, Ravi. “Relationship of Internet Addiction with Emotional Intelligence among Youths.” *GESJ: Education Science and Psychology* 2, no. 48 (2018): 39–47.
- Kinnaman, David, dan Mark Matlock. *Faith for Exiles: 5 Ways for a New Generation to Follow Jesus in Digital Babylon*. Grand Rapids: Baker, 2019.
- Koo, Hoon Jung, dan Jung-Hye Kwon. “Risk and Protective Factors of Internet Addiction: A Meta-Analysis of Empirical Studies in Korea.” *Yonsei Medical Journal* 55, no. 6 (2014): 1691–1711. <https://doi.org/10.3349/ymj.2014.55.6.1691>.
- Kun, Bernadette, dan Zsolt Demetrovics. “Emotional Intelligence and Addictions: A Systematic Review.” *Substance Use & Misuse* 45 (2010): 1131–1160. <https://doi.org/10.3109/10826080903567855>.
- Kurniasanti, Kristiana Siste, Pratiwi Assandi, Raden Irawati Ismail, Martina Wiwie Setiawan Nasrun, dan Tjhin Wiguna. “Internet Addiction: A New Addiction?” *Medical Journal of Indonesia*, no. 28 (2019): 82–91. <https://doi.org/10.13181/mji.v28i1.2752>.
- Kuss, Daria J., dan Mark D. Griffiths. *Internet Addiction in Psychotherapy*. Hampshire: Palgrave Macmillan, 2015.
- Kuss, Daria J., dan Halley M. Pontes. *Internet Addiction*. Boston, MA: Hogrefe Publishing Group, 2019.
- Kwak, Yeunhee, Hyejin Kim, dan Jung-Won Ahn. “Impact of Internet Usage Time on Mental Health in Adolescents: Using the 14th Korea Youth Risk Behavior Web-Based Survey 2018.” *PLOS ONE* 17, no. 3 (2022): 1–10. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0264948>.
- Lachmann, Bernd, Cornelia Sindermann, Rayna Y. Sariyska, Ruixue Luo, Martin C. Melchers, Benjamin Becker, Andrew J. Cooper, dan Christian Montag. “The Role of Empathy and Life Satisfaction in Internet and Smartphone Use Disor-

- der.” *Frontiers in Psychology* 9, no. 398 (2018): 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00398>.
- Law, Kenneth S., Chi-Sum Wong, dan Lynda J. Song. “The Construct and Criterion Validity of Emotional Intelligence and Its Potential Utility for Management Studies.” *Journal of Applied Psychology* 89, no. 3 (2004): 483–496. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.89.3.483>.
- Lin, Min-Pei. “Prevalence of Internet Addiction during the COVID-19 Outbreak and Its Risk Factors among Junior High School Students in Taiwan.” *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17, no. 8547 (2020): 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228547>.
- Lindenberg, Katajun, Sophie Kindt, dan Carolin Szász-Janocha. *Internet Addiction in Adolescents: The PROTECT Program for Evidence-Based Prevention and Treatment*. Cham: Springer, 2020.
- London Leadership Academy Team. “Emotional Intelligence Questionnaire.” London Leadership Academy Team, 2017. Diakses April 2, 2022. https://www.drugsandalcohol.ie/26776/1/Emotional_intelligence_questionnaire-LAL1.pdf.
- Lovelace, Richard D. *The Dynamics of Spiritual Life*. Westmont, IL: InterVarsity, 1979.
- Lukito, Daniel Lucas. *Pudarnya Konsep Dosa dalam Dunia Kekinian: Doktrin tentang Dosa*. Malang: Literatur SAAT, 2019.
- Marazziti, Donatella, Stefano Baroni, dan Federico Mucci. “Internet and Novel Technology Addiction: The Latest Epidemic.” Dalam *Internet Addiction: Prevalence, Risk Factors, and Health Effects*, di edit oleh Margaret Adams, 1–10. New York: Nova, 2017.
- Marlatt, G. A., J. S. Baer, D. M. Donovan, dan D. R. Kivlahan. “Addictive Behaviors: Etiology and Treatment.” *Annual Review of Psychology* 39, no. 1 (1988): 223–252. <https://doi.org/10.1146/annurev.ps.39.020188.001255>.
- Mayer, John D., David R. Caruso, dan Peter Salovey. “Emotional Intelligence Meets Traditional Standards for an Intelligence.” *Intelligence* 27, no. 3 (2000): 267–298. [https://doi.org/10.1016/S0160-2896\(99\)00016-1](https://doi.org/10.1016/S0160-2896(99)00016-1).
- Meerkerk, Gert-Jan, R. J. J. M. van den Eijnden, I. H. A. Franken, dan H. F. L. Garretsen. “Is Compulsive Internet Use Related to Sensitivity to Reward and Punishment, and Impulsivity?” *Computers in Human Behavior* 26, no. 4 (2010): 729–735. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2010.01.009>.
- Meerkerk, Gert-Jan, Regina J. J. M. Van Den Eijnden, dan Henk F. L. Garretsen. “Predicting Compulsive Internet Use: It’s All About Sex!” *Cyberpsychology & Behavior: The Impact of the Internet, Multimedia and Virtual Reality on Behavior and Society* 9, no. 1 (2006): 95–103. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.95>.
- Mesch, Gustavo S., dan Ilan Talmud. *Wired Youth: The Social World of Adolescence in the Information Age*. New York: Psychology Press, 2010.
- Newman, Barbara M., dan Philip R. Newman. *Development through Life: A Psychosocial Approach*. Belmont, CA: Wadsworth, 2012.
- Oktan, Vesile. “The Predictive Relationship between Emotion Management Skills and Internet Addiction.” *Social Behavior and Personality: An International Journal* 39, no. 10 (2011): 1425–1430. <https://doi.org/10.2224/sbp.2011.39.10.1425>.
- One Hope. *Global Youth Culture: Insights from a Digital Generation*. Florida: One-Hope, 2020.
- Özdemir, Yalçın, Yaşar Kuzucu, dan Şerife Ak. “Depression, Loneliness and Internet Addiction: How Important is Low Self-Control?” *Computers in Human Behavior* 34 (2014): 284–290. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.02.009>.
- Parker, James D. A., Robyn N. Taylor, Jennifer M. Eastabrook, Stacey L. Schell, dan Laura M. Wood. “Problem Gambling in

- Adolescence: Relationships with Internet Misuse, Gaming Abuse and Emotional Intelligence.” *Personality and Individual Differences* 45, no. 2 (2008): 174–180. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.03.018>.
- Platovnjak, Ivan. “Man as a Spiritual Being.” *Studia Grándskie* (2019): 137–145.
- Ragira, Gladys Kerubo, Rispah N. Wepukhulu, dan Savala Angeline. “Role of Youth in the Church.” *IOSR Journal of Humanities And Social Science* 22, no. 12 (2017): 49–52. <https://doi.org/10.9790/0837-2212024952>.
- Rathi, Megha, Prathama Guha, dan Rajarshi Neogi. “Internet Addiction in Adolescents: Role of Family, Personality and Comorbid Psychopathology in School Children in Eastern India.” *Indian Journal of Psychiatry* 64, no. 4 (2022): 408–414. https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_783_21.
- Romero-López, Miriam, Carmen Pichardo, Isabel De Hocés, dan Trinidad García-Berbén. “Problematic Internet Use among University Students and Its Relationship with Social Skills.” *Brain Sciences* 11, no. 10 (2021): 1301. <https://doi.org/10.3390/brainsci11101301>.
- Ryken, Philip Graham. *1 Kings*. Reformed Expository Commentary. Phillipsburg, NJ: P&R, 2011.
- Saint Augustine. *Confessions*. Diterjemahkan oleh Henry Chadwick. Oxford: Oxford University Press, 1992.
- Salovey, Peter, dan John D. Mayer. “Emotional Intelligence.” *Imagination, Cognition and Personality* 9, no. 3 (1990): 185–211. <https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>.
- Sanghvi, Hemali, dan Upagya Rai. “Internet Addiction and Its Relationship with Emotional Intelligence and Perceived Stress Experienced by Young Adults.” *International Journal of Indian Psychology* 3, no. 1 (2015): 64–76. <https://doi.org/10.25215/0301.061>.
- Saraiva, Jorge, Graça Esgalhado, Henrique Pereira, Samuel Monteiro, Rosa Marina Afonso, dan Manuel Loureiro. “The Relationship between Emotional Intelligence and Internet Addiction among Youth and Adults.” *Journal of Addictions Nursing* 29, no. 1 (2018): 13–22. <https://doi.org/10.1097/JAN.0000000000000209>.
- Sayegh, Asharaf, Niven Hussein, dan Dana Bdier. “Internet Addiction and Achievement Motivation among University Students.” *Journal of Concurrent Disorders*. 1-9 (2020). <https://doi.org/10.54127/KEOH4113>.
- Schutte, Nicola S., John M. Malouff, Lena E. Hall, Donald J. Haggerty, Joan T. Cooper, Charles J. Golden, dan Liane Dornheim. “Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence.” *Personality and Individual Differences* 25 (1998): 167–177. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00001-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00001-4).
- Shahnaz, Ishrat, dan A. K. M. Rezaul Karim. “The Impact of Internet Addiction on Life Satisfaction and Life Engagement in Young Adults.” *Universal Journal of Psychology* 2, no. 9 (2014): 273–284. <https://doi.org/10.13189/ujp.2014.020902>.
- Shin, Dong-Hee, dan Dohyun Ahn. “Associations between Game Use and Cognitive Empathy: A Cross-Generational Study.” *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking* 16, no. 8 (2013): 599–603. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0639>.
- Shin, Yun Mi. “Smartphone Addiction in Children and Adolescents.” Dalam *Internet Addiction in Children and Adolescents: Risk Factors, Assessment, and Treatment*, diedit oleh Kimberly S. Young dan Cristiano Nabuco de Abreu, 29–45. New York: Springer, 2017. <https://doi.org/10.1891/9780826133731.0002>.
- Shorgen, Gary Steven, dan Edward T. Welch. *Running in Circles: How to Find Freedom from Addictive Behavior*. Grand Rapids: Baker, 1995.

- Siste, Kristiana, Enjeline Hanafi, Lee Thung Sen, Hans Christian, Levina Putri Siswidiani, Albert Prabowo Limawan, Belinda Julivia Murtani, dan Christiany Suwartono. "The Impact of Physical Distancing and Associated Factors towards Internet Addiction among Adults in Indonesia during COVID-19 Pandemic: A Nationwide Web-Based Study." *Frontiers in Psychiatry* 11 (2020): 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.580977>.
- Siste, Kristiana, Enjeline Hanafi, Lee Thung Sen, Belinda Julivia Murtani, Hans Christian, Albert Prabowo Limawan, Levina Putri Siswidiani, dan Adrian. "Implications of COVID-19 and Lockdown on Internet Addiction among Adolescents: Data from a Developing Country." *Frontiers in Psychiatry* 12, no. 665675 (2021): 1–11. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2021.665675>.
- Siste, Kristiana, Christiany Suwartono, Martina Wiwie Nasrun, Saptawati Bardosono, Rini Sekartini, Jacob Pandelaki, Riza Sarasvita, dan Belinda Juliva Murtani. "Validation Study of the Indonesian Internet Addiction Test among Adolescents." *PLoS ONE* 16, no. 2 (2021): 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0245833>.
- Smith, M. Blaine. *Emotional Intelligence for the Christian*. Damascus, MD: SilverCrest Books, 2012.
- Son, Mira. "Influence of Self-Awareness, Other-Awareness, and Interpersonal Relation Competence on Smartphone and Internet Addiction in Nursing Students." *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing* 27, no. 1 (2018): 74–84. <https://doi.org/10.12934/jkpmhn.2018.27.1.74>.
- Thorndike, Edward L. "Intelligence and Its Uses." *Harper's Magazine*, 1920.
- Tsaousis, Ioannis, dan Smaragda Kazi. "Factorial Invariance and Latent Mean Differences of Scores on Trait Emotional Intelligence across Gender and Age." *Personality and Individual Differences* 54, no. 2 (2013): 169–173. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2012.08.016>.
- Voordwinde, Stephen. *Jesus' Emotions in the Gospels*. London: T&T Clark, 2011.
- Vu, Ngan Hoang, Mai Thi Vu, dan Bao Quoc Mai. "The Impact of Emotional Intelligence on Internet Addiction: A Case Study of Vietnamese Students." Diedit oleh Mirko Duradoni. *Human Behavior and Emerging Technologies* 2022 (2022): 1–9. <https://doi.org/10.1155/2022/4791604>.
- Ware, Bruce A. *Father, Son, and Holy Spirit: Relationships, Roles, and Relevance*. Wheaton, IL: Crossway, 2005.
- Welch, Edward T. *Addictions: A Banquet in the Grave*. Phillipsburg, NJ: P&R, 2001.
- Whitlock, Jr., Luder G. *The Spiritual Quest: Pursuing Christian Maturity*. Grand Rapids: Baker, 2000.
- Widyanto, Laura, dan Mary McMurran. "The Psychometric Properties of the Internet Addiction Test." *CyberPsychology & Behavior* 7, no. 4 (2004): 443–450. <https://doi.org/10.1089/cpb.2004.7.443>.
- Willard, George W. *Commentary of Dr. Zacharias Ursinus on the Heidelberg Catechism*. Diedit oleh Eric D. Bristley. New York: The Synod of the Reformed Church in the US, 2004.
- Yekefallah, Leili, Leila Dehghankar, Ali Razaghpoor, Elham Hasannia, Narges Hosseini, dan Maryam Mafi. "The Prevalence and Predictive Factors of Internet Addiction and Its Relationship with Emotional Intelligence among Medical Students." *Social Health and Behavior* 2, no. 4 (2019): 145–150. https://doi.org/10.4103/SHB.SHB_17_19.
- Young, Kimberly. "Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder." *CyberPsychology & Behavior* 1, no. 3 (1998): 237–244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>.
- Young, Kimberly. "The Evolution of Internet Addiction Disorder." Dalam *Internet Addiction: Neuroscientific Approaches and Therapeutic Interventions*, diedit

- oleh Christian Montag dan Martin Reuter, 3–17. Cham: Springer, 2015.
- Young, Kimberly, Molly Pistner, James O'Mara, dan Jennifer Buchanan. "Cyber Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium." *CyberPsychology & Behavior* 2, no. 5 (1999): 475–479. <https://doi.org/10.1089/cpb.1999.2.475>.
- Young, Kimberly S. *Caught in the Next*. New York: John Wiley and Sons, 1998.
- Zhang, Ying, Songli Mei, Li Li, Jingxin Chai, Jiaomeng Li, dan Hongyang Du. "The Relationship between Impulsivity and Internet Addiction in Chinese College Students: A Moderated Mediation Analysis of Meaning in Life and Self-Esteem." *PLoS ONE* 10, no. 7 (2015): 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0131597>.
- Zhu, Gaoxia, dan Anthony L. Burrow. "Profiles of Personal and Ecological Assets: Adolescents' Motivation and Engagement in Self-Driven Learning." *Current Psychology* (2022): 1–13. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02412-0>.