
RELIGIUSITAS SEBAGAI MODERATOR HUBUNGAN ANTARA KECANDUAN INTERNET DAN KESEHATAN MENTAL MAHASISWA

Oleh

Irfan Herdiyana Firmansyah¹, Fathimah Aulia Rahma², Muhammad Fadhlan Mu'tashim³, Arina Shabrina⁴

^{1,2,3,4}Universitas Muhammadiyah Bandung

E-mail: ¹irfanhf1412@gmail.com, ²fathimahaulia0@gmail.com,

³muhamadfardamramdani00@gmail.com, ⁴arina.shabrina@umbandung.ac.id

Article History:

Received: 08-06-2026

Revised: 02-07-2026

Accepted: 11-07-2026

Keywords:

Kecanduan Internet;

Kesehatan Mental;

Mahasiswa;

Religiusitas

Abstract: Kecanduan internet menjadi isu yang marak di kalangan mahasiswa, ditandai penggunaan internet berlebihan dan sulit dikendalikan, yang berdampak pada aktivitas akademik maupun kesehatan mental seperti stres, kecemasan, dan depresi. Religiusitas diketahui memberi dampak positif terhadap kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan menguji apakah religiusitas berperan sebagai moderator dalam hubungan antara kecanduan internet dengan depresi, kecemasan, dan stres pada mahasiswa, menggunakan desain korelasional. Sebanyak 125 mahasiswa aktif S1 Universitas Muhammadiyah Bandung dipilih melalui teknik convenience sampling. Tiga instrumen digunakan: Internet Addiction Test (IAT) untuk mengukur kecanduan internet, Indonesian-Psychological Measurement of Islamic Religiousness (I-PMIR) untuk mengukur religiusitas, dan DASS-21 untuk mengukur depresi, kecemasan, dan stres. Data dianalisis menggunakan uji korelasi Pearson dan analisis moderasi PROCESS dari Hayes pada tiga model. Hasil menunjukkan religiusitas tidak memoderasi hubungan antara kecanduan internet dengan depresi, kecemasan, dan stres. Meski demikian, ditemukan korelasi negatif antara religiusitas dan kecanduan internet, yang berarti semakin tinggi religiusitas mahasiswa, semakin rendah kecenderungan kecanduan internetnya. Temuan ini menegaskan pentingnya pengembangan intervensi berbasis nilai religius untuk mendukung kesehatan mental mahasiswa di era digital.

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi dan informasi telah membawa perubahan signifikan dalam kehidupan manusia, salah satunya melalui penggunaan internet yang semakin meluas. Data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan bahwa pada tahun 2023 tingkat penetrasi internet di Indonesia mencapai 79,50%, dengan individu kelahiran 1997–2012 berusia 13–28 tahun sebagai kelompok dengan penetrasi tertinggi.¹ Data

¹ Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, Laporan Survei Penetrasi Internet Indonesia 2023 (Jakarta: APJII, 2023).

tersebut mengindikasikan bahwa generasi muda aktif dan terlibat dalam penggunaan internet. Kemudahan akses informasi dan luasnya jaringan interaksi sosial menjadi daya tarik utama internet, namun hal ini juga mengaburkan batas antara penggunaan internet yang fungsional dan yang bersifat adiktif.² Kemudahan akses dan jejaring sosial merupakan dua aspek yang mendorong perilaku adiktif tersebut,³ sehingga penggunaan internet yang berlebihan dan terus-menerus dapat meningkatkan risiko seseorang mengembangkan kecanduan internet.

Kecanduan internet didefinisikan sebagai ketergantungan pada dunia virtual internet dan ketidakmampuan mengendalikan perilaku daring yang berdampak negatif terhadap fungsi psikologis serta menyebabkan disfungsi dalam kehidupan sehari-hari.⁴ Bentuk-bentuk kecanduan internet muncul ketika seseorang menggunakan aplikasi jejaring sosial, belanja daring, konsumsi konten pornografi, maupun video game secara kompulsif.⁵ Seseorang dikatakan mengalami kecanduan internet ketika ia tidak mampu mengontrol dorongan penggunaan internet, menyembunyikan perilakunya, menarik diri secara psikologis, dan tetap menggunakan internet meskipun menyadari konsekuensi negatifnya.⁶

Penggunaan internet yang berlebihan berisiko memicu masalah emosional yang memengaruhi kesehatan mental,⁷ serta menimbulkan dorongan atau perilaku yang tidak terkontrol yang berujung pada gangguan atau stres negatif.⁸ Sejumlah penelitian terdahulu menunjukkan adanya korelasi positif antara kecanduan internet dengan depresi, kecemasan, dan stres.⁹ Mahasiswa dengan kecanduan internet cenderung mengalami masalah akademik karena kesulitan terlibat secara emosional, kognitif, maupun psikomotor selama proses pembelajaran.¹⁰ Temuan-temuan ini menegaskan bahwa kecanduan internet memberikan dampak negatif yang meluas terhadap kesehatan mental dan berbagai aspek kehidupan mahasiswa.

Di sisi lain, penelitian terkini menunjukkan bahwa religiusitas dan spiritualitas berperan dalam kerentanan seseorang untuk mengembangkan kecanduan, termasuk kecanduan perilaku.¹¹ Religiusitas yang tinggi dilaporkan berhubungan dengan tingkat kecanduan

² Kimberly S. Young and Cristiano Nabuco de Abreu, *Internet Addiction in Children and Adolescents: Risk Factors, Assessment, and Treatment* (New York: Springer Publishing Company, 2017).

³ Daria J. Kuss and Mark D. Griffiths, "Online Social Networking and Addiction—A Review of the Psychological Literature," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 8, no. 9 (2011): 3528–3552.

⁴ Jiaxin Lu et al., "Addiction Symptom Network of Young Internet Users: Network Analysis," *Journal of Medical Internet Research* 24 (2022): e38984.

⁵ Raquel Lozano-Blasco, Alberto Quílez Robres, and Antonio Sánchez, "Internet Addiction in Young Adults: A Meta-Analysis and Systematic Review," *Computers in Human Behavior* 130 (2022): 107201.

⁶ Kimberly S. Young, "Cognitive Behavior Therapy with Internet Addicts: Treatment Outcomes and Implications," *CyberPsychology & Behavior* 10, no. 5 (2007): 671–679.

⁷ Siamak Mohebi et al., "Relationship between Perceived Social Support and Self-Care Behavior in Type 2 Diabetics: A Cross-Sectional Study," *Journal of Education and Health Promotion* 7, no. 1 (2018): 48.

⁸ Martin Shaw and Donald W. Black, "Internet Addiction," *CNS Drugs* 22 (2008): 353–365.

⁹ Ahmet Akin and Murat Iskender, "Internet Addiction and Depression, Anxiety and Stress," *International Online Journal of Educational Sciences* 3, no. 1 (2011): 138–148.

¹⁰ Gizem Güney Öztekin, "Associations between Internet Addiction and School Engagement among Turkish College Students: Mediating Role of Psychological Distress," *Frontiers in Psychology* 15 (2024): 1367462.

¹¹ David H. Rosmarin and Harold G. Koenig, eds., *Handbook of Spirituality, Religion, and Mental Health* (San Diego: Academic Press, 2020).

internet yang lebih rendah,¹² dan berkaitan pula dengan kondisi kesehatan mental yang lebih baik secara umum.¹³ Namun demikian, belum banyak penelitian yang secara khusus menguji peran religiusitas sebagai variabel moderator dalam hubungan antara kecanduan internet dengan depresi, kecemasan, dan stres pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan mengisi kesenjangan tersebut dengan mengeksplorasi apakah religiusitas berperan sebagai moderator yang memengaruhi kekuatan hubungan antara kecanduan internet dengan kondisi kesehatan mental mahasiswa.

LANDASAN TEORI

Kecanduan internet dipahami sebagai bentuk kecanduan perilaku (behavioral addiction), di mana individu tidak bergantung pada zat tertentu, melainkan pada perilaku dan perasaan yang muncul terkait aktivitas tersebut, dengan pola yang menyerupai kecanduan zat.¹⁴ Kerangka ini menjadi dasar untuk memahami bagaimana kecanduan internet dapat berkembang layaknya kecanduan pada umumnya, termasuk memiliki faktor-faktor risiko dan pelindung yang serupa. Salah satu faktor yang diteliti berperan dalam kerentanan seseorang terhadap kecanduan perilaku, termasuk kecanduan internet, adalah religiusitas dan spiritualitas.¹⁵

Religiusitas didefinisikan sebagai intensitas individu dalam menjalankan ajaran agama, sejauh mana agama dianggap penting, serta penghayatan dan keyakinan individu terhadap agamanya.¹⁶ Konstruk ini mencakup dimensi kognitif (keyakinan), afektif (penghayatan), dan perilaku (praktik ibadah), yang secara bersama-sama membentuk sentralitas agama dalam kehidupan seseorang. Penelitian menunjukkan bahwa tingkat religiusitas individu berhubungan negatif dengan kecenderungan penggunaan internet, di mana religiusitas intrinsik yang tinggi dapat menurunkan intensitas penggunaan internet di kalangan dewasa muda.¹⁷ Temuan ini konsisten dengan pandangan bahwa individu dengan religiusitas lebih besar cenderung memiliki kecenderungan kecanduan internet yang lebih rendah.¹⁸

Secara teoretis, religiusitas juga dipandang berhubungan dengan kondisi kesehatan mental yang lebih baik.¹⁹ Pada populasi muslim khususnya, praktik keagamaan seperti membaca dan melafalkan Al-Qur'an, melaksanakan salat secara konsisten, serta menjalin relasi yang kuat dengan keluarga dan komunitas, diyakini membantu menetralkan perasaan stres dan tertekan sekaligus meningkatkan kesejahteraan psikologis.²⁰ Agama dalam

¹² Muhammad Nadeem et al., "The Association between Muslim Religiosity and Internet Addiction among Young Adult College Students," *Journal of Religion and Health* 58, no. 6 (2019): 1953–1960.

¹³ Y. Joel Wong, Lynn Rew, and Kristen D. Slaikeu, "A Systematic Review of Recent Research on Adolescent Religiosity/Spirituality and Mental Health," *Issues in Mental Health Nursing* 27, no. 2 (2006): 161–183.

¹⁴ Seyed Salman Alavi et al., "Behavioral Addiction versus Substance Addiction: Correspondence of Psychiatric and Psychological Views," *International Journal of Preventive Medicine* 3, no. 4 (2012): 290.

¹⁵ David H. Rosmarin and Harold G. Koenig, eds., *Handbook of Spirituality, Religion, and Mental Health* (San Diego: Academic Press, 2020).

¹⁶ Stefan Huber and Odilo W. Huber, "The Centrality of Religiosity Scale (CRS)," *Religions* 3, no. 3 (2012): 710–724.

¹⁷ Muhammad Nadeem et al., "The Association between Muslim Religiosity and Internet Addiction among Young Adult College Students," *Journal of Religion and Health* 58, no. 6 (2019): 1953–1960.

¹⁸ Basri, "Faktor-Faktor yang Memengaruhi Tingkat Adiksi Internet" (2014).

¹⁹ Y. Joel Wong, Lynn Rew, and Kristen D. Slaikeu, "A Systematic Review of Recent Research on Adolescent Religiosity/Spirituality and Mental Health," *Issues in Mental Health Nursing* 27, no. 2 (2006): 161–183.

²⁰ Harold G. Koenig and Saad S. Al Shohaib, "Religiosity and Mental Health in Islam," in *Islamophobia and*

kerangka ini berfungsi sebagai sumber pemberian makna hidup, dukungan sosial, dan strategi koping yang lebih adaptif. Individu dengan tingkat religiusitas yang baik juga cenderung lebih mampu mengatur prioritas hidup dan menjalankan praktik ibadah secara konsisten meskipun terlibat dalam berbagai aktivitas digital.²¹

Berdasarkan kerangka teoretis tersebut, religiusitas dapat dipandang sebagai faktor pelindung (protective factor) yang berpotensi memoderasi kekuatan hubungan antara kecanduan internet dengan kondisi kesehatan mental negatif, seperti depresi, kecemasan, dan stres. Artinya, secara teoretis, tinggi rendahnya tingkat religiusitas seseorang diduga dapat memperkuat atau memperlemah hubungan antara kecanduan internet dengan ketiga kondisi psikologis tersebut. Kerangka inilah yang mendasari model moderasi yang diuji dalam penelitian ini.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain korelasional, yang dipilih karena bertujuan menguji ada tidaknya hubungan antar variabel, sekaligus mengidentifikasi kekuatan dan arah hubungan tersebut. Desain ini memungkinkan pengujian peran religiusitas sebagai variabel moderator dalam hubungan antara kecanduan internet dengan depresi, kecemasan, dan stres.

Target populasi penelitian ini adalah mahasiswa S1 di Universitas Muhammadiyah Bandung. Kriteria inklusi meliputi: (1) mahasiswa aktif S1, (2) berusia minimal 18 tahun, dan (3) bersedia menjadi partisipan hingga penelitian selesai. Partisipan dikumpulkan menggunakan teknik convenience sampling, dengan pengumpulan data melalui survei daring berupa tautan Google Form yang disebarakan melalui grup WhatsApp, termasuk grup unit kegiatan mahasiswa (UKM), himpunan, angkatan, maupun melalui pesan personal.

Tiga instrumen digunakan dalam penelitian ini. Pertama, Indonesian-Psychological Measurement of Islamic Religiousness (I-PMIR), alat ukur religiusitas Islam versi Bahasa Indonesia yang mengukur lima dimensi: beliefs, practices, ethical conduct do, ethical conduct don't, dan universality.²² Instrumen ini menggunakan skala Likert lima poin, dari sangat tidak setuju hingga sangat setuju. Uji validitas konstruk melalui Confirmatory Factor Analysis (CFA) menunjukkan kesesuaian model teoretis dengan data empiris (CFI = 0.91; RMSEA = 0.07), dengan reliabilitas tiap dimensi berkisar 0.6–0.9.

Kedua, Internet Addiction Test (IAT), instrumen yang terdiri atas 20 item dengan rentang skor 0–5 per item.²³ Skor total diperoleh dari penjumlahan skor tiap item. Instrumen ini menunjukkan validitas dan reliabilitas yang baik dalam mengukur kecanduan internet pada responden Indonesia,²⁴ dengan hasil Exploratory Factor Analysis menunjukkan dua faktor utama (KMO = 0.83), validitas konstruk melalui CFA yang baik (CFI = 0.92; RMSEA =

Psychiatry: Recognition, Prevention, and Treatment (2018), 55–65.

²¹ M. A. Ngali, "Religiusitas dan Kesehatan Mental pada Remaja," *Jurnal Psikologi* (2020), doi: 10.46807/aspirasi.v10i2.1428.

²² Dinda Fadhilah Salsabila et al., "Uji Validitas Konstruk Indonesian-Psychological Measurement of Islamic Religiousness (I-PMIR)," *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya* 2, no. 2 (2019): 77–86.

²³ Kimberly S. Young, "Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder," *CyberPsychology & Behavior* 1, no. 3 (1996): 237–244.

²⁴ Rangga Aji Prasajo, Diva Amalia Maharani, and Muhammad Oky Hasanuddin, "Mengujikan Internet Addiction Test (IAT) ke Responden Indonesia" (2018).

0.06), dan reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0.86.

Ketiga, Depression, Anxiety, Stress Scale-21 (DASS-21), digunakan untuk mengukur tingkat depresi, kecemasan, dan stres, dengan empat pilihan jawaban dari "tidak pernah" hingga "sangat sering". Versi Bahasa Indonesia dari instrumen ini terbukti reliabel dan valid,²⁵ dengan reliabilitas konstruk sebesar 0.88 untuk faktor depresi, 0.86 untuk kecemasan, dan 0.77 untuk stres, serta hasil CFA yang baik setelah modifikasi (RMSEA = 0.072; CFI = 0.914; TLI = 0.901).

Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji korelasi Pearson, dan analisis moderasi menggunakan program PROCESS dari Hayes. Pemeriksaan outlier dilakukan menggunakan scatter plot dan Mahalanobis distance pada setiap model. Asumsi normalitas, homoskedastisitas, dan linearitas diperiksa melalui P-P plot dan scatter plot, sementara uji tolerance dan VIF dilakukan untuk memastikan tidak terdapat multikolinearitas dalam data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sejumlah 130 mahasiswa mengisi kuesioner, namun setelah pemeriksaan data ditemukan 5 data outlier yang tidak disertakan dalam proses analisis. Sebanyak 125 mahasiswa S1 (99 perempuan, 26 laki-laki) berpartisipasi dalam penelitian ini, dengan rentang usia 18 hingga 27 tahun. Partisipan berasal dari berbagai fakultas, yaitu Fakultas Sosial dan Humaniora, Fakultas Saintek dan Teknologi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, serta Fakultas Agama Islam. Aktivitas yang paling banyak dipilih partisipan ketika mengakses internet adalah bermain media sosial (94,4%), diikuti oleh aktivitas belajar, membaca berita, dan beberapa aktivitas lain yang dilakukan sebagian kecil partisipan.

Tabel 1. Skor Kecanduan Internet, Religiusitas, Depresi, Kecemasan, dan Stres

Variabel	M	SD	Min	Max
Kecanduan Internet	39,86	14,45	7	77
Religiusitas	237,7	15,43	189	260
Depresi	13,57	7,21	0	32
Kecemasan	15,41	9,26	0	40
Stres	19,89	8,84	4	42

Tabel 1 menunjukkan rata-rata, standar deviasi, serta skor minimal dan maksimal dari setiap variabel penelitian. Skor rata-rata kecanduan internet adalah 39,86 (SD = 14,45) dan religiusitas sebesar 237,7 (SD = 15,43), sementara skor rata-rata depresi 13,57 (SD = 7,21), kecemasan 15,41 (SD = 9,26), dan stres 19,89 (SD = 8,84).

Tabel 2. Korelasi Antara Kecanduan Internet, Religiusitas, Depresi, Kecemasan, dan Stres

	2	3	4	5
Kecanduan Internet	-0,273	0,423	0,355	0,37
Religiusitas		-0,166	-0,186	-0,081
Depresi			0,531	0,594
Kecemasan				0,660
Stres				

²⁵ Muhammad Zainal Hakim and Anisa Aristawati, "Analisis Reliabilitas Konstruk DASS-21," Jurnal Psikologi Ulayat 10, no. 2 (2023): 232-250.

Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa kecanduan internet memiliki hubungan positif yang signifikan dengan depresi, kecemasan, dan stres. Selain itu, ditemukan korelasi negatif yang signifikan antara kecanduan internet dan religiusitas. Terdapat pula hubungan positif yang signifikan antara depresi dengan kecemasan dan stres, serta antara kecemasan dengan stres.

Pengaruh Moderasi Religiusitas

Tiga model regresi moderasi diuji, dengan depresi sebagai variabel dependen pada model 1, kecemasan pada model 2, dan stres pada model 3, untuk mengidentifikasi peran religiusitas dalam memoderasi hubungan antara kecanduan internet dengan ketiga variabel tersebut.

Tabel 3. Analisis Moderasi dengan Moderator Religiusitas

	b	SE	t	p
Model Moderasi 1 (DV = Depresi)				
Kecanduan Internet	0,531	0,555	0,957	0,3401
Religiusitas	0,038	0,114	0,333	0,739
Kecanduan Internet X Religiusitas	-0,0014	0,0024	-0,592	0,554
Model Moderasi 2 (DV = Kecemasan)				
Kecanduan Internet	-0,389	0,731	-0,532	0,595
Religiusitas	-0,174	0,150	-1,154	0,250
Kecanduan Internet X Religiusitas	0,0026	0,0031	0,823	0,412
Model Moderasi 3 (DV = Stres)				
Kecanduan Internet	0,731	0,697	1,048	0,296
Religiusitas	0,109	0,143	0,762	0,447
Kecanduan Internet X Religiusitas	-0,0021	0,0030	-0,720	0,472

Hasil analisis moderasi pada ketiga model menunjukkan hasil yang tidak signifikan. Pada model 1, hubungan antara kecanduan internet dan depresi tidak dimoderasi oleh religiusitas ($b = -0,0014$; 95% CI $[-0,0061, 0,0033]$; $t = -0,592$; $p > 0,05$). Pada model 2, religiusitas tidak memoderasi hubungan antara kecanduan internet dan kecemasan ($b = 0,0026$; 95% CI $[-0,0036, 0,0087]$; $t = 0,823$; $p > 0,05$). Pada model 3, tidak ditemukan peran moderasi religiusitas terhadap hubungan antara kecanduan internet dan stres ($b = -0,0021$; 95% CI $[-0,008, 0,0037]$; $t = -0,72$; $p > 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara kecanduan internet dengan depresi, kecemasan, dan stres tidak dipengaruhi oleh tinggi rendahnya tingkat religiusitas mahasiswa.

Temuan tidak signifikannya peran moderasi religiusitas ini menunjukkan bahwa religiusitas tidak memperkuat maupun memperlemah kekuatan hubungan antara kecanduan internet dengan kondisi kesehatan mental negatif, meskipun secara teoretis religiusitas dipandang sebagai faktor pelindung.[11] Namun demikian, korelasi negatif yang signifikan antara religiusitas dan kecanduan internet konsisten dengan temuan bahwa religiusitas intrinsik yang tinggi berkaitan dengan intensitas penggunaan internet yang lebih rendah,[12] serta sejalan dengan pandangan bahwa individu dengan religiusitas lebih besar cenderung memiliki kecenderungan kecanduan internet yang lebih rendah.[16] Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa dengan tingkat religiusitas tinggi cenderung memiliki kecanduan internet yang lebih rendah, meskipun religiusitas tidak mengubah kekuatan

dampak kecanduan tersebut terhadap kondisi psikologis.

Di sisi lain, hubungan positif yang signifikan antara kecanduan internet dengan depresi, kecemasan, dan stres memperkuat temuan-temuan sebelumnya yang menunjukkan pola hubungan serupa.[9] Hasil ini membuktikan bahwa kecanduan internet yang berlebihan berkaitan erat dengan memburuknya kondisi psikologis mahasiswa, terlepas dari tinggi rendahnya tingkat religiusitas yang dimiliki. Temuan ini menegaskan bahwa meskipun religiusitas berperan sebagai faktor protektif terhadap kecanduan internet itu sendiri,[13] perannya sebagai moderator hubungan kecanduan internet dengan gejala psikologis negatif masih perlu dikaji lebih lanjut, misalnya melalui variabel mediator atau moderator lain yang relevan.

KESIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji apakah religiusitas berperan sebagai moderator dalam hubungan antara kecanduan internet dengan depresi, kecemasan, dan stres pada sampel mahasiswa. Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, ditemukan bahwa religiusitas tidak memoderasi hubungan antara kecanduan internet dengan depresi, kecemasan, dan stres. Artinya, tinggi atau rendahnya tingkat religiusitas seorang mahasiswa tidak memperkuat maupun memperlemah kekuatan hubungan antara kecanduan internet dengan ketiga kondisi psikologis tersebut.

Meskipun demikian, hasil analisis menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara religiusitas dengan kecanduan internet, yang mengindikasikan bahwa mahasiswa dengan tingkat religiusitas tinggi cenderung memiliki kecanduan internet yang lebih rendah. Di sisi lain, kecanduan internet terbukti memiliki hubungan yang signifikan dan positif dengan tingkat depresi, kecemasan, dan stres. Temuan ini menegaskan bahwa kecanduan internet yang berlebihan berkaitan erat dengan memburuknya kondisi psikologis mahasiswa, sementara religiusitas berperan sebagai faktor protektif terhadap kecenderungan kecanduan internet itu sendiri, meskipun bukan sebagai moderator bagi dampak psikologisnya.

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji variabel-variabel lain yang berkaitan dengan kecanduan internet dan dampak psikologis negatifnya terhadap kesehatan mental mahasiswa, misalnya sebagai variabel mediator alih-alih moderator. Jumlah partisipan penelitian juga dapat ditambah untuk mempermudah generalisasi hasil. Selain itu, rancangan intervensi psikososial berbasis nilai agama menjadi penting untuk dikembangkan guna mengurangi risiko kecanduan internet pada sampel mahasiswa di era digital.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bandung yang telah bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Fakultas Sosial dan Humaniora Universitas Muhammadiyah Bandung atas dukungan yang diberikan selama proses penelitian berlangsung, serta kepada seluruh pihak yang telah membantu proses penyebaran kuesioner melalui berbagai grup mahasiswa, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Akin, A., & Iskender, M. (2011). Internet addiction and depression, anxiety and stress. *International online journal of educational sciences*, 3(1), 138-148.
- [2] Alavi, S. S., Ferdosi, M., Jannatifard, F., Eslami, M., Alaghemandan, H., & Setare, M. (2012). Behavioral addiction versus substance addiction: Correspondence of psychiatric and psychological views. *International journal of preventive medicine*, 3(4), 290.
- [3] Al-Huda, S., Kurnia, R. A., & Lia, F. (2022). Moderation of Religiosity in The Relation of Internet Addiction to Impulse Online Buying (Study on State Islamic University of Raden Intan Lampung Z Generation). *REVENUE: Jurnal Manajemen Bisnis Islam*, 3(1), 137-156.
- [4] Ameri, Z., Mirzakhani, F., Nabipour, A. R., Khanjani, N., & Sullman, M. J. (2017). The relationship between religion and risky behaviors among Iranian university students. *Journal of religion and health*, 56, 2010-2022.
- [5] Ameri, Z., Mirzakhani, F., Nabipour, A. R., Khanjani, N., & Sullman, M. J. (2017). The relationship between religion and risky behaviors among Iranian university students. *Journal of religion and health*, 56, 2010-2022.
- [6] Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. 2023. Laporan Survei Internet APJII 2023: Penetrasi & Perilaku Pengguna Internet Indonesia. Tersedia secara daring di: <https://apjii.or.id>
- [7] Basri, H. (2014), Hubungan Antara Religiusitas dengan Perilaku Kecanduan Game Online pada Mahasiswa di Makassar. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa Volume 2*, No 2, Oktober 2022 e-ISSN 2807-789X
- [8] Caribé, A. C., Rocha, M. F. V., Junior, D. F. M., Studart, P., Quarantini, L. C., Guerreiro, N., & Miranda-Scippa, Â. (2015). Religiosity and impulsivity in mental health: is there a relationship?. *The journal of nervous and mental disease*, 203(7), 551-554.
- [9] Charlton, J. P., Soh, P. C. H., Ang, P. H., & Chew, K. W. (2013). Religiosity, adolescent internet usage motives and addiction: An exploratory study. *Information Communication and Society*, 16(10), 1619–1638. <https://doi.org/10.1080/1369118>
- [10] Dossi, F., Buja, A., & Montecchio, L. (2022). Association between religiosity or spirituality and internet addiction: A systematic review. *Frontiers in public health*, 10, 980334.
- [11] Firdaus K, 2023. PENGARUH RELIGIUSITAS TERHADAP KESEHATAN MENTAL, STUDI MENGENAI KESEHATAN MENTAL MAHASISWI MAHAD AISYAH BINTI ABU BAKAR, BOGOR. (2024). *Aisyah Journal of Intellectual Research in Islamic Studies*, 1(2), 93-98.
- [12] Grant, J. E., Blum, A. W., Chamberlain, S. R., & Lust, K. (2023). Religiosity, impulsivity, and compulsivity in university students. *CNS spectrums*, 28(3), 367-373.
- [13] Grubbs, J. B., & Grant, J. T. (2020). Spirituality/religion and behavioral addictions. *Handbook of spirituality, religion, and mental health*, 139-157.
- [14] Hakim, M. A., & Aristawati, N. V. (2023). Mengukur depresi, kecemasan, dan stres pada kelompok dewasa awal di Indonesia: Uji validitas dan reliabilitas konstruk DASS-21. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 10(2), 232-250.
- [15] Hardie, E. A., & Tee, M. Y. (2007). Excessive internet use: The role of personality, loneliness and social support networks in internet addiction.
- [16] Huber, S., & Huber, O. W. (2012). The centrality of religiosity scale (CRS). *Religions*, 3(3),

- 710–724. <https://doi.org/10.3390/rel3030710>
- [17] Jun, S., & Choi, E. (2015). Academic stress and Internet addiction from general strain theory framework. *Computers in Human Behavior*, 49, 282-287.
- [18] Kádár, B. K., Péter, L., Paksi, B., Horváth, Z., Felvinczi, K., Eisinger, A., ... & Andó, B. (2023). Religious status and addictive behaviors: Exploring patterns of use and psychological proneness. *Comprehensive Psychiatry*, 127, 152418.
- [19] Koenig, H. G., & Al Shohaib, S. S. (2018). Religiosity and mental health in Islam. *Islamophobia and psychiatry: Recognition, prevention, and treatment*, 55-65.
- [20] Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2011). Online social networking and addiction—a review of the psychological literature. *International journal of environmental research and public health*, 8(9), 3528-3552.
- [21] Li, R., Fu, W., Liang, Y., Huang, S., Xu, M., and Tu, R. (2024). Exploring the relationship between resilience and internet addiction in Chinese college students: the mediating roles of life satisfaction and loneliness. *Acta Psychol.* 248:104405. doi: 10.1016/j.actpsy.2024.104405
- [22] Lozano-Blasco, R., Robres, A. Q., & Sánchez, A. S. (2022). Internet addiction in young adults: A meta-analysis and systematic review. *Computers in Human Behavior*, 130, 107201. 10.1016/j.chb.2022.107034
- [23] Lu, J., Zhang, Q., Zhong, N., Chen, J., Zhai, Y., Guo, L., et al. (2022). Addiction symptom network of Young internet users: network analysis. *J. Med. Internet Res.* 24:e38984. doi: 10.2196/38984
- [24] Mohebi, S., Parham, M., Sharifirad, G., Gharlipour, Z., Mohammadbeigi, A., & Rajati, F. (2018). Relationship between perceived social support and self-care behavior in type 2 diabetics: A cross-sectional study. *Journal of education and health promotion*, 7(1), 48.
- [25] Moreira, W. C., Nóbrega, M. D. P. S. D. S., Lima, F. P. S., Lago, E. C., & Lima, M. O. (2020). Effects of the association between spirituality, religiosity and physical activity on health/mental health: a systematic review. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 54, e03631.
- [26] Nadeem, M., Buzdar, M. A., Shakir, M., & Naseer, S. (2019). The association between Muslim religiosity and Internet addiction among young adult college students. *Journal of religion and health*, 58(6), 1953-1960.
- [27] Ngali, M.A. (2020). Religiusitas dan Kesehatan Mental pada Remaja. *Jurnal Psikologi*. 10.46807/aspirasi.v10i2.1428
- [28] Orsal, O., Orsal, O., Unsal, A., & Ozalp, S. S. (2013). Evaluation of internet addiction and depression among university students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 82, 445-454.
- [29] Öztekin, G. G. (2024). Associations between internet addiction and school engagement among Turkish college students: Mediating role of psychological distress. *Frontiers in Psychology*, 15, 1367462.
- [30] Prasojo, R. A., Maharani, D. A., & Hasanuddin, M. O. (2018). Mengujikan Internet Addiction Test (IAT) ke Responden Indonesia.
- [31] Rosmarin, D. H., & Koenig, H. G. (Eds.). (2020). *Handbook of spirituality, religion, and mental health*. Academic Press.
- [32] Saikia, A. M., Das, J., Barman, P., & Bharali, M. D. (2019). Internet addiction and its relationships with depression, anxiety, and stress in urban adolescents of Kamrup

- District, Assam. *Journal of Family and Community Medicine*, 26(2), 108-112.
- [33] Salsabila, D. F., Rofifah, R., Natanael, Y., & Ramdani, Z. (2019). Uji validitas konstruk indonesian-psychological measurement of islamic religiousness (I-PMIR). *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, 2(2), 77-86
- [34] Santoso, M., Nuqul, F. L., & Aqilah, G. R. (2018, July). Internet addiction and its correlation with depression, anxiety, stress, and loneliness in undergraduate students of UIN Malang. In *Universitas Indonesia International Psychology Symposium for Undergraduate Research (UIPSUR 2017)* (pp. 224-230). Atlantis Press.
- [35] Shaw, M., and Black, D. W. (2008). Internet addiction. *CNS Drugs* 22, 353-365. doi: 10.2165/00023210-200822050-00001
- [36] Wong, Y. J., Rew, L., & Slaikeu, K. D. (2006). A systematic review of recent research on adolescent religiosity/spirituality and mental health. *Issues in mental health nursing*, 27(2), 161-183.
- [37] Wood, M., Center, H., & Parenteau, S. C. (2016). Social media addiction and psychological adjustment: religiosity and spirituality in the age of social media. *Mental Health, Religion & Culture*, 19(9), 972-983.
- [38] Younes, F., Halawi, G., Jabbour, H., El Osta, N., Karam, L., Hajj, A., & Rabbaa Khabbaz, L. (2016). Internet addiction and relationships with insomnia, anxiety, depression, stress and self-esteem in university students: A cross-sectional designed study. *PLOS ONE*, 11(9), e0161126. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0161126>
- [39] Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.
- [40] Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & behavior*, 1(3), 237-244.
- [41] Young, K. S. (2007). Cognitive behavior therapy with Internet addicts: Treatment outcomes and implications. *CyberPsychology & Behavior*, 10(5), 671-679. <https://doi.org/10.1089/cpb.2007.9971>
- [42] Young, K. S., and De Abreu, C. N. (2017). *Internet addiction in children and adolescents: risk factors, assessment, and treatment*. New York City: Springer Publishing Company