



Orbit: Jurnal Ilmu Multidisplin Nusantara

| ISSN (Online) [3064-5883](https://issn.org/3064-5883) |
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>
DOI: <https://doi.org/10.63217/orbit.v2i4>



Analisis Item dan Reliabilitas Skala *Problematic Internet Use Questionnaire Short-Form 6 (PIUQ-SF6)* Versi Indonesia Berdasarkan Sampel Generasi Z Pengguna Internet Aktif di Bekasi

Layla Putri Amalya¹, Rizma Afian Azhiim², Ferdy Muzzamil³

¹Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia

²Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia

³Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Jakarta, Indonesia

Corresponding Author: rizma.afian.azhim@dsn.ubharajaya.ac.id²

Abstract: This study aims to analyse the levels or trends of Problematic Internet Use amongst Generation Z active internet users in Bekasi. A total of 119 respondents born between 1997 and 2012 (aged 14–29) participated, selected using purposive sampling. Measurements were taken using the Problematic Internet Use Questionnaire Short-Form 6 (PIUQ-SF-6), which consists of six items covering the aspects of Obsession, Neglect and Control Disorder. Reliability testing showed that the Problematic Internet Use scale achieved a Cronbach's Alpha value of 0.8352. The results showed that the majority of respondents fell into the moderate category, totalling 80 people (67%). Meanwhile, 27 respondents (23%) fell into the high category, and 12 respondents (10%) were in the low category. Item analysis yielded correlations ranging from 0.5702 to 0.6557, indicating that all items were valid and possessed good discriminant power. These findings suggest that the majority of Generation Z active internet users in Bekasi included in this study exhibit a relatively moderate level of Problematic Internet Use.

Keywords: *Problematic Internet Use, Generation Z, Active Internet Users, Item Analysis, Validity, Reliability*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat atau kecenderungan *Problematic Internet Use* pada Generasi Z pengguna internet aktif di Bekasi. Sebanyak 119 responden yang kelahiran 1997-2012 (14-29 tahun) berpartisipasi dengan menggunakan teknik purposive sampling. Pengukuran menggunakan *Problematic Internet Use Questionnaire Short-Form 6 (PIUQ-SF-6)* yang terdiri dari 6 item *favorable* yang mencakup aspek *Obsession, Neglect*, dan *Control Disorder*. Uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala *Problematic Internet Use* memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,8352. Hasil menunjukkan mayoritas responden berada pada kategori sedang sebanyak 80 orang (67%). Sementara itu, responden yang berada pada kategori tinggi sebanyak 27 orang (23%) dan terdapat responden yang berada pada kategori rendah sebanyak 12 orang (10%). Selanjutnya, analisis item menghasilkan korelasi antara 0,5702 - 0,6557 yang menunjukkan seluruh item valid dan memiliki daya beda baik. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas Generasi Z pengguna internet aktif di Bekasi dalam penelitian ini memiliki tingkat *Problematic Internet Use* yang relatif sedang.

Kata Kunci: *Problematic Internet Use*, Generasi Z, Pengguna Internet Aktif, Analisis item, Validitas, Reliabilitas

PENDAHULUAN

Penggunaan internet telah berkembang pesat di seluruh dunia, dan sangat memengaruhi perilaku manusia. Internet saat ini menjadi peran penting untuk bisnis, pendidikan, komunikasi, dan hiburan (Joshi dkk., 2022). Oleh karena itu, internet kini tidak lagi dianggap sebagai hal asing bagi kalangan tertentu, melainkan sudah menjadi kebutuhan penting bagi semua orang. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) merilis hasil survei penetrasi internet dan perilaku penggunaan internet 2025. Diketahui bahwa sebanyak 229.428.417 jiwa jumlah penduduk terkoneksi internet pada tahun 2025 dari total 284.438.900 jiwa populasi penduduk Indonesia pada tahun 2025. Hal ini naik menjadi 80.66% pada tahun 2025 dibandingkan tahun sebelumnya yaitu sebesar 79.50% pada tahun 2024. Selain itu berdasarkan usia dan kelompok generasi yang tertinggi adalah Gen Z kelahiran tahun 1997-2012 dengan usia rentang 12-27 tahun sebesar 25.54%.

Tingginya penggunaan internet tidak selalu menunjukkan adanya masalah karena internet telah menjadi kebutuhan dalam berbagai aktivitas seperti pendidikan, pekerjaan, komunikasi, dan hiburan. Namun, penggunaan internet dapat menjadi permasalahan ketika individu mengalami kesulitan mengendalikan penggunaannya sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu kondisi dimana seseorang menggulir media sosial atau platform digital tanpa henti dapat mengurangi kapasitas otak untuk perhatian dan fokus yang berkelanjutan, hal tersebut merupakan elemen kunci dari kinerja kognitif (Christantio dkk., 2025). Selain itu masalah yang ditimbulkan dari lemahnya kendali diri dalam menggunakan internet adalah mengalami gangguan tidur. Penelitian oleh (Syilvani dkk., 2024) diketahui bahwa semakin lama *screen time*, semakin tinggi kemungkinan mengalami gangguan tidur dengan jenis insomnia. Selain itu meningkatnya durasi *screen time*, proporsi orang yang mengalami insomnia, kecemasan, dan depresi juga dapat meningkat (Hammoudi dkk., 2021).

Tidak semua pengguna internet mengalami dampak tersebut. Namun, pada sebagian individu, penggunaan internet menjadi sulit dikendalikan dan dapat menimbulkan konsekuensi negatif. Fenomena pemakaian internet secara bermasalah yang dapat memberikan dampak negatif bagi orang tersebut memiliki istilah yaitu *Problematic Internet Use* (PIU) atau kesalahan dalam penggunaan internet. Menurut Beard dan Wolf (2001) *Problematic Internet Use* adalah pemakaian internet yang menyebabkan hambatan dan berdampak negatif pada penggunaannya dalam hal psikologis, sosial, akademik, maupun pekerjaan. Penggunaan internet bermasalah adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan penggunaan internet yang berlebihan atau tidak sehat yang mengganggu kehidupan dan kesejahteraan psikologis (Hardika & Rinaldi, 2024).

Menurut (Demetrovics dkk., 2008, 2016) *problematic internet use* memiliki beberapa aspek utama yaitu terdiri dari *Obsession* mengarah pada aspek kognitif dan emosional, yang dimana pikiran dan perasaan yang terus melekat pada internet. Individu tersebut akan terus memikirkan aktivitas *online*, bahkan ketika sedang *offline*. Kemudian aspek *Neglect* yang mengacu pada pengabaian kebutuhan dasar, tanggung jawab, dan relasi sosial akibat penggunaan internet yang berlebihan. Selanjutnya aspek *Control Disorder* yang menunjukkan kesulitan dalam mengendalikan durasi dan frekuensi penggunaan internet, meskipun memiliki niat atau kesadaran untuk membatasi.

Mengacu pada Caplan (2003) terdapat ciri-ciri dari *Problematic Internet Use*, yaitu penggunaan waktu internet yang berlebihan jauh melampaui rencana, kesulitan mengontrol diri untuk berhenti meski sadar akan dampak negatif, mengalami gelisah atau tidak nyaman saat tidak mengakses internet, cenderung lebih nyaman berkomunikasi melalui internet atau online dibandingkan secara tatap muka, dan mengalami gangguan kepada kehidupan sehari-hari baik itu dari pendidikan, pekerjaan, sosial, dan gangguan kesehatan.

Problematic Internet Use memberikan dampak terhadap kehidupan sosial seperti tidak bisa lepas dari internet, mengalami gangguan tidur, gangguan kesehatan seperti sakit kepala, sakit punggung dan sakit leher, kemudian dapat menyebabkan kesulitan dalam pendidikan, pekerjaan psikologis dan kehidupan (Arista, 2025). Selain itu dalam penelitian yang dilakukan oleh (Demetrovics dkk., 2016) dijelaskan beberapa faktor yang berkaitan dengan *Problematic Internet Use*, yaitu *Internet use in an average day* atau rata-rata penggunaan internet perhari, *Grade Point Average* (GPA atau prestasi akademik), *Self-Esteem* atau harga diri, dan *Level of Depressive Symptoms* atau tingkat gejala depresi.

Berdasarkan uraian sebelumnya, penggunaan internet yang tinggi pada Generasi Z berpotensi menimbulkan *Problematic Internet Use*. Berdasarkan fenomena tersebut, penting untuk menghadirkan skala pengukuran yang mampu memahami tingkat *Problematic Internet Use*. Keberadaan alat ukur ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pelaksanaan kajian-kajian empiris mengenai dampak penggunaan internet yang bermasalah.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk menguji skala pengukuran *Problematic Internet Use Questionnaire Short-Form 6* (PIUQ-SF-6) pada Generasi Z pengguna aktif internet di Bekasi. Peneliti melakukan adaptasi dengan menerjemahkan item dari bahasa Inggris ke bahasa Indonesia yang setelahnya dilakukan *Expert Judgement*. Partisipan dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria Generasi Z dengan rentang tahun kelahiran 1997-2012 (14-29 tahun), pengguna internet aktif, dan berdomisili di Bekasi. Jumlah responden yang berpartisipasi sebanyak 119 orang.

Skala ini pertama kali yang dikembangkan oleh (Demetrovics dkk., 2016) Skala ini terdiri dari 6 aitem *favorable* yang meliputi tiga aspek yaitu, *Obsession*, *Neglect*, dan *Control Disorder*. Bentuk skala yang digunakan adalah skala likert yang memiliki 5 pilihan jawaban yaitu skor 4 untuk sangat sering (SS), 3 untuk sering (S), 2 untuk kadang-kadang (N), 1 untuk jarang (TS), dan 0 untuk tidak pernah (STS). Pengumpulan data dilakukan secara daring menggunakan *platform Google Form*, dan analisis data menggunakan statistik deskriptif serta korelasi Pearson dengan bantuan perangkat lunak JASP for Windows.

Tabel 1. Blueprint Skala *Problematic Internet Use*

No.	Aspek	Aitem	Jumlah
1	<i>Obsession</i>	1, 2	2
2	<i>Neglect</i>	3, 4	2
3	<i>Control Disorder</i>	5, 6	2
Total			6

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kategori Variabel

Berdasarkan hasil kategorisasi terhadap 119 responden, diperoleh bahwa tingkat *Problematic Internet Use* dengan hasil analisis uji korelasi Pearson, diperoleh nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,588. Nilai tersebut dibandingkan dengan r tabel pada taraf signifikansi 0,05, yang menunjukkan bahwa r hitung (-0,588) lebih besar daripada r tabel (0,150), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Problematic Internet Use* dengan kontrol diri. Hasil ini menunjukkan bahwa Hubungan negatif menandakan bahwa semakin tinggi kontrol diri, maka semakin rendah *Problematic Internet Use* pada Generasi Z pengguna internet aktif di Bekasi.

Uji reliabilitas menunjukkan bahwa skala *Problematic Internet Use* memperoleh nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,8352, hal ini menandakan bahwa skala *Problematic Internet Use* masuk klasifikasi reliabel. Artinya, skala *Problematic Internet Use* memiliki konsistensi yang baik dan dapat diandalkan sebagai alat ukur yang stabil dalam penelitian ini.

Uji validitas dilakukan untuk mengetahui sejauh mana item pada skala *Problematic Internet Use* mampu mengukur aspek yang dimaksud. Berdasarkan hasil uji validitas, seluruh 6 item pada skala *Problematic Internet Use* dinyatakan valid sehingga tidak terdapat item yang gugur.

Nilai koefisien validitas pada skala *Problematic Internet Use* berada pada rentang 0,5702 hingga 0,6557. Dalam penelitian ini digunakan batas minimal koefisien validitas berdasarkan tabel nilai kritis R Pearson yang dimana total sample dalam penelitian ini sebanyak 119 maka batas minimal sebesar $> 0,180$. Dengan demikian, skala ini terbukti valid dan reliabel untuk mengukur tingkat penggunaan internet yang bermasalah pada Generasi Z pengguna internet aktif di Bekasi.

Tabel 2. Kategorisasi Skor Variabel Problematic Internet Use

Kategori	Batas Nilai	Frekuensi (N)	Persentase
Sangat Rendah	$X < -6$	0	0%
Rendah	$-6 < X < 6$	12	10%
Sedang	$6 < X < 18$	80	67%
Tinggi	$18 < X < 30$	27	23%
Sangat Tinggi	$X > 30$	0	0%
Total		119	100%

Analisis Item

Analisis daya beda item dilakukan untuk mengetahui sejauh mana setiap butir pernyataan mampu membedakan antara responden dengan tingkat atau kecenderungan tinggi dan rendah terhadap konstruk yang diukur. Kriteria yang digunakan dalam menentukan kelayakan item dalam penelitian ini menggunakan batas minimal koefisien validitas berdasarkan tabel nilai kritis R Pearson yang dimana total sample dalam penelitian ini sebanyak 119 maka batas minimal sebesar $> 0,180$.

Tabel 3. Uji Daya Beda Item

No.	Item	Daya Beda Item
1	Seberapa sering anda merasa tegang, kesal, atau stres jika tidak bisa menggunakan internet selama yang Anda inginkan	0,5743
2	Seberapa sering Anda merasa sedih, suasana hati yang mudah berubah, atau gugup saat tidak sedang online, dan apakah perasaan-perasaan itu hilang begitu Anda kembali online	0,5702
3	Seberapa sering anda menghabiskan waktu di internet padahal sebenarnya kamu lebih ingin tidur	0,6557
4	Seberapa sering orang-orang di sekitar Anda mengeluh karena menghabiskan terlalu banyak waktu di internet	0,5784
5	Seberapa sering Anda ingin mengurangi waktu penggunaan internet, tetapi tidak berhasil melakukannya	0,6106
6	Seberapa sering Anda berusaha menyembunyikan berapa lama waktu yang Anda habiskan untuk berselancar di internet	0,6644

Berdasarkan hasil analisis yang ditampilkan pada tabel diatas, diperoleh nilai daya beda item berkisar 0,5702 hingga 0,6557. Secara rinci, item dengan nilai daya beda tertinggi adalah item 3 dengan nilai 0,6557, sedangkan item dengan nilai daya beda terendah adalah item 2 dengan nilai 0,5702. Nilai-nilai tersebut menunjukkan bahwa semua item memiliki daya beda yang baik, karena seluruhnya berada di atas batas minimum 0,180. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa seluruh item memiliki daya beda yang baik dan layak digunakan dalam analisis selanjutnya dan tidak ada item yang perlu dieliminasi.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas Generasi Z di Bekasi dalam penelitian ini memiliki tingkat *Problematic Internet Use* yang relatif sedang belum masuk kedalam kategori tinggi atau berat, namun dari sini dapat diketahui bahwa Generasi Z sudah menunjukkan kecenderungan yang berpotensi menimbulkan permasalahan apabila tidak dikelola dengan baik. Hasil analisis item menunjukkan bahwa seluruh 6 item dalam skala *Problematic Internet Use* memiliki daya beda yang baik, sehingga instrumen ini reliabel dan valid

untuk mengukur *Problematic Internet Use*. Secara keseluruhan, penelitian ini menegaskan bahwa *Problematic Internet Use* merupakan fenomena nyata di Generasi Z yang dalam kehidupan sehari-hari nya sudah sangat melekat dengan internet. Berdasarkan temuan tersebut, Generasi Z pengguna internet aktif di Bekasi disarankan untuk meningkatkan kemampuan kontrol diri dalam penggunaan internet, seperti mengatur durasi penggunaan internet, menetapkan prioritas pada aktivitas sehari-hari, serta membatasi penggunaan internet yang tidak berkaitan dengan kebutuhan utama.

REFERENSI

- Arista, L. (2025). Pengaruh Interpersonal Relationship Terhadap Problematic Internet Use pada Remaja Di Sumatera Barat. *Indonesian Journal of Innovation in Education Research*, 1(2), 64–73. <https://doi.org/https://doi.org/10.63980/ijer.v1i2.83>
- Beard, K. W., & Wolf, E. V. E. M. (2001). Internet Modification in the Proposed Diagnostic Criteria for Internet Addiction. *Cyber Psychology & Behavior*, 4(3), 377–383. <https://doi.org/https://psycnet.apa.org/doi/10.1089/109493101300210286>
- Caplan, S. E. (2003). Preference for Online Social Interaction: A Theory of Problematic Internet Use and Psychosocial Well-Being. *Communication Research*, 30(6), 625–648. <https://doi.org/10.1177/0093650203257842>
- Christantio, D., Pratama, G. W., Ramadinata, A., & Nastiti, P. (2025). Zombie Scrolling Syndrome: Mengapa Gen Z Sulit Lepas Dari Infinite Scrolling. *KONSTELASI: Konvergensi Teknologi dan Sistem Informasi*, 5(2), 1–15. <https://doi.org/10.24002/konstelasi.v5i2.11315>
- Demetrovics, Z., Király, O., Koronczai, B., Griffiths, M. D., Nagygyörgy, K., Elekes, Z., Tamás, D., Kun, B., Kökönyei, G., & Urbán, R. (2016). Psychometric Properties of the Problematic Internet Use Questionnaire Short-Form (PIUQ-SF-6) in a Nationally Representative Sample of Adolescents. *PLOS ONE*, 11(8), 1–12. https://doi.org/http://figshare.com/articles/PIUQ_SF_6/1612169
- Demetrovics, Z., Szeredi, B., & Rozsa, S. (2008). The Three-Factor Model Of Internet Addiction: The Development Of The Problematic Internet Use Questionnaire. *Behavior Research Methods*, 40(2), 563–574. <https://doi.org/10.3758/BRM.40.2.563>
- Hammoudi, S. F., Mreydem, H. W., Ali, B. T. A., Saleh, N. O., Chung, S., Hallit, S., & Salameh, P. (2021). Smartphone Screen Time Among University Students in Lebanon and Its Association With Insomnia, Bedtime Procrastination, and Body Mass Index During the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study. *Psychiatry Investigation*, 18(9), 871–878. <https://doi.org/10.30773/PI.2021.0120>
- Hardika, J., & Rinaldi, M. R. (2024). Peran Moderasi Kontrol Diri Dalam Hubungan Antara Keterampilan Sosial Dan Penggunaan Internet Bermasalah Pada Remaja. *PSYCHE: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung*, 6(1), 92–106. <https://doi.org/https://doi.org/10.36269/psyche.v6i1.2395>
- Joshi, R., Pavithra, N., & Singh, C. K. (2022). Internet an Integral Part of Human Life in 21 st Century : A Review. *Current Journal of Applied Science and Technology*, 41(36), 12–18. <https://doi.org/10.9734/CJAST/2022/v41i363963>
- Peluncuran Hasil Survei APJII: Profil Internet Indonesia & Segmentasi Pasar ISP Tahun 2025. (2025).
- Sylvani, Sukaesih, N. S., & Ningrum, D. (2024). Durasi Screen Time dengan Gangguan Tidur Remaja. *Jurnal Keperawatan Profesional (KEPO)*, 5(1), 70–77. <https://doi.org/10.36590/kepo.v5i1.941>