

HUBUNGAN *INTERNET ADDICTION DISORDER* (IAD) DENGAN AKTIVITAS FISIK, DURASI TIDUR, DAN STATUS GIZI PADA SISWA DI SMAN 6 KOTA BEKASI DI MASA PANDEMI COVID-19

Anditha Julyanti Sembali

Abstrak

Latar Belakang: Internet yang semakin berperan penting dalam kehidupan sehari-hari bergerak menjadi kebutuhan bagi setiap orang. Terutama pada masa pandemi COVID-19, sebagian besar lapisan masyarakat semakin mengandalkan internet. Meningkatnya popularitas internet yang semakin tidak terkendali menimbulkan tantangan-tantangan baru, khususnya *Internet Addiction Disorder* (IAD). Kelompok usia remaja merupakan kelompok yang paling rentan terhadap IAD. Telah terungkap dalam beberapa penelitian bahwa penggunaan internet pada tingkat kecanduan menyebabkan banyak efek negatif pada fisik individu. **Tujuan:** Dilakukannya penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Internet Addiction Disorder* (IAD) dengan aktivitas fisik, durasi tidur, dan status gizi pada remaja siswa/i SMAN 6 Kota Bekasi di masa pandemi COVID-19. **Metode:** Penelitian ini menggunakan teknik *stratified random sampling* dengan sampel sebanyak 98 responden. Pendekatan yang digunakan adalah *cross-sectional* dengan instrumen kuesioner dan pengukuran antropometri. **Hasil:** Setelah dilakukan analisis menggunakan *chi-square test*, didapatkan hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan antara *Internet Addiction Disorder* dengan aktivitas fisik, hubungan yang signifikan antara *Internet Addiction Disorder* dengan durasi tidur, dan hubungan yang signifikan antara *Internet Addiction Disorder* dengan status gizi ($p < 0,05$).

Kata Kunci: remaja, COVID-19, *Internet Addiction Disorder*, aktivitas fisik, durasi tidur, status gizi

THE CORRELATION OF INTERNET ADDICTION DISORDER (IAD) WITH PHYSICAL ACTIVITY, SLEEP DURATION, AND NUTRITIONAL STATUS AMONG STUDENTS OF SMAN 6 BEKASI DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Anditha Julyanti Sembali

Abstract

Background: Internet which is increasingly playing an important role in everyday life has become a basic need for everyone. Especially during the COVID-19 pandemic, most levels of society rely on the internet. The increasing popularity of the internet which is getting out of control will bring new challenges, especially Internet Addiction Disorder (IAD). The adolescent age group is the group most vulnerable to IAD. It has been revealed in several studies that internet use at an addictive level causes many negative effects on an individual's physique. **Purpose:** This study aims to determine the correlation between Internet Addiction Disorder (IAD) with physical activity, sleep duration, and nutritional status among adolescent students of SMAN 6 Bekasi during the COVID-19 pandemic. **Methods:** This study used a stratified random sampling technique with a sample of 98 respondents. The approach used is cross-sectional with questionnaire instruments and anthropometric measurements. **Results:** After analyzing using the chi-square test, show that there is a significant relationship between Internet Addiction Disorder with physical activity, a significant relationship between Internet Addiction Disorder with sleep duration, and a significant relationship between Internet Addiction Disorder with nutritional status ($p < 0,05$) among adolescent students of SMAN 6 Bekasi.

Keywords: adolescents, COVID-19, Internet Addiction Disorder, physical activity, sleep duration, nutritional status