

**PENGARUH INTERVENSI *COGNITIVE TRANSCENDENCE STRATEGY*
TERHADAP VARIABILITAS DETAK JANTUNG PENDERITA ADIKSI
INTERNET PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

Vira Monica

ABSTRAK

Pendahuluan: Perkembangan teknologi dan informasi semakin pesat yang salah satu hasil perkembangannya adalah internet. Internet memiliki dampak negatif internet yang membuat kecanduan internet yang dapat mempengaruhi variabilitas detak jantung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intervensi *Cognitive Transcendence Strategy* yang merupakan metode perubahan perilaku dengan meningkatkan kemampuan kognitif dan spiritualitas terhadap variabilitas datak jantung dan adiksi interenet. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif eksperimen dengan *design Pre-experimental One Group Pretest-Posttest Design*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 15 orang yang dikumpulkan dengan teknik *simple random sampling* dengan berdasarkan kriteria dari peneltian. **Hasil:** Hasil awal penelitian ini tidak terdapat adanya perbedaan pada usia, jenis kelamin, skor adiksi internet, dan variabilitas detak jantung atau nilai HRV yang terdiri dari LF(*low frequency*), HF(*high frequency*) dan TP(*total power*) antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol ($p > 0,05$). Setelah dilakukan penelitian selama tujuh minggu didapatkan adanya penurunan pada LF dan peningkatan pada HF ($p > 0,05$) pada kelompok perlakuan. Pada kelompok kontrol tidak terdapat perbedaan pada LF, HF, dan TP setelah tujuh minggu penelitian. Pada skor adiksi internet setelah penelitian selama tujuh minggu kelompok perlakuan mengalami penurunan ($p < 0,05$) sedangkan kelompok kontrol tidak mengalami penurunan ($p > 0,05$) **Kesimpulan:** Hal ini menunjukkan adanya pengaruh intervensi CTS terhadap adiksi internet dan perubahan pada HRV yang didapatkan dengan adanya penurunan aktivitas simpatis pada subjek dengan adiksi internet.

Kata kunci : Adiksi Internet, *Cognitive Transcendence Strategy*, Variabilitas detak jantung

**THE EFFECT OF COGNITIVE TRANSCENDENCE STRATEGY
INTERVENTION ON HEART RATE VARIABILITY OF INTERNET
ADDICTION SUFFERERS AMONG STUDENTS OF THE FACULTY OF
MEDICINE UNIVERSITY PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN”
JAKARTA**

Vira Monica

ABSTRACK

Introduction: *The development of technology and information is increasing rapidly, one of the results of its development is the internet. The internet has negative effects of internet addiction which can affect heart rate variability. This study aims to determine the effect of the Cognitive Transcendence Strategy intervention which is a method of changing behavior by increasing cognitive abilities and spirituality on heart rate variability and internet addiction. **Methods:** This research is a quantitative experimental study with a Pre-experimental One Group Pretest-Posttest Design. The sample in this study amounted to 15 people who were collected by simple random sampling technique based on the criteria of the research. **Results:** The initial results of this study showed no difference in age, sex, internet addiction score, and heart rate variability or HRV values consisting of LF(low frequency), HF(high frequency) and TP(total power) between the treatment groups and the control group ($p > 0.05$). After conducting the study for seven weeks, it was found that there was a decrease in LF and an increase in HF ($p > 0.05$) in the treatment group. In the control group there was no difference in LF, HF, and TP after seven weeks of study. In the internet addiction score after the study for seven weeks the treatment group decreased ($p < 0.05$) while the control group did not decrease ($p > 0.05$) **Conclusion:** This shows that there is an effect of CTS intervention on internet addiction and changes in HRV that obtained with a decrease in sympathetic activity in subjects with internet addiction.*

Keywords: *Internet Addiction Cognitive Transcendence Strategy, Heart rate variability*