

Problematic Internet Use pada Remaja: Siapa yang Lebih Bermasalah?

Maya Yasmin, Yuninda Tria Ningsih, Naila Chantika Putri

Universitas Negeri Padang
mayayasmin21@fip.unp.ac.id

Article History

accepted 1/8/2025

approved 30/8/2025

published 30/9/2025

Abstract

The rapid development of digital technology has sparked controversy regarding problematic internet use particularly among adolescents. This study aims to examine differences in problematic internet use based on gender. The study sample involved 370 adolescents from West Sumatra, consisting of 185 males and 185 females, using cluster sampling. Data collection was conducted using a scale developed based on the concept of problematic internet use, developed by Demetrovics et al. (2008) and comprising three aspects: obsession, negligence, and control disorder. The results of the independent sample t-test showed no significant difference in problematic internet disorder based on gender ($p = 0.127$). The implications of this study are the need to explore various other factors underlying PIU in adolescents and to develop gender-inclusive preventive and curative efforts.

Keywords: *problematic internet use, gender, adolescent, West Sumatera*

Abstrak

Perkembangan teknologi digital yang pesat menimbulkan polemik terkait penggunaan internet yang bemasalah (*problematic internet use*) khususnya pada remaja. Penelitian ini bertujuan menguji perbedaan *problematic internet use* ditinjau dari jenis kelamin. Sampel penelitian melibatkan 370 Remaja Sumatera Barat, terdiri dari 185 laki-laki dan 185 perempuan menggunakan *cluster sampling*. Pengumpulan data melalui skala yang disusun merujuk pada konsep *problematic internet use*, Demetrovics et al (2008) terdiri dari 3 aspek : *obsession*, *neglect* dan *control disorder*. Hasil uji statistik *independent sample t-test* menunjukkan tidak terdapat perbedaan signifikan *internet problematic disorder* ditinjau dari jenis kelamin ($p = 0.127$). Implikasi penelitian perlunya eksplorasi berbagai faktor lain yang melatarbelakangi PIU pada remaja serta mengembangkan upaya preventif dan kuratif yang inklusif dan menyeluruh.

Kata kunci: *problematic internet use, jenis kelamin, remaja, Sumatera Barat*

Social, Humanities, and Education Studies (SHEs): Conference Series
<https://jurnal.uns.ac.id/shes>

p-ISSN 2620-9284
e-ISSN 2620-9292



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Internet sebagai bagian utama dari perkembangan teknologi menjadi kebutuhan dasar masyarakat global. Masifnya perkembangan internet sebagai sumber informasi global mentransformasi peradaban manusia secara fundamental dalam berbagai aspek kehidupan seperti komunikasi, pendidikan, ekonomi hingga budaya (Joshi, A, & Singh 2022). Diilansir data Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) menunjukkan peningkatan penetrasi internet Indonesia pada 5 tahun terakhir hingga menyentuh angka 79,5 % (APJII 2024) dengan usia pengguna tertinggi berada pada kelompok remaja usia 13-18 dengan persentase 99,16% (Pahlevi, 2022).

Remaja merupakan bagian dari generasi digital yang lahir saat pesatnya perkembangan teknologi sehingga memiliki kemampuan alamiah dalam beradaptasi dengan teknologi dibanding generasi sebelumnya. Selain itu salah satu tugas perkembangan remaja adalah membangun identitas pribadi dan interpersonal yang memungkinkan untuk dikembangkan melalui dunia maya (Ozturk and Ozmen 2016). Berbagai faktor tersebut menjadikan internet melekat erat dalam kehidupan remaja. Meskipun menawarkan berbagai keuntungan namun kemudahan akses internet beresiko terhadap penggunaan yang tidak terkontrol yang berdampak pada berbagai masalah perilaku (Lesinskiene et al. 2024) salah satunya adalah *problematic internet use*.

Problematic internet use merupakan kegagalan seseorang dalam mengendalikan penggunaan internet baik secara kognitif dan perilaku (Demetrovics, Szeredi & Rozsa 2008) seperti pikiran dan keinginan yang berulang untuk mengunduh dan menggunakan berbagai fitur di gadget hingga menghabiskan waktu lebih lama di internet tanpa terkendali (Singh, Kumar & Reddy 2019). Manifestasi perilaku yang muncul berspektrum luas mulai dari perilaku ringan hingga perilaku yang sangat mengganggu (Ang et al, 2012). Riset menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok dengan resiko tinggi mengalami *problematic internet use* (Dahl & Bergmark 2020) dengan prevalensi yang bervariasi. Pada penelitian Kanu et al (2025) membuktikan bahwa 62,6% remaja di Nigeria mengalami PIU. Sejalan dengan penelitian Marini et al.,(2024) yang menemukan bahwa 83% remaja mengalami *problematic smartphone use* pada kategori sedang dengan motif terbesar penggunaan gadget sebagai hiburan. Sementara penelitian lainnya menunjukkan tingkat PIU remaja berada pada kategori tinggi dengan persentase 61,1% (Anika & Kurniawan 2024).

Problematic internet use menimbulkan dampak yang serius dan kompleks pada berbagai aspek kehidupan individu. Beberapa gangguan fisik ditemukan berupa penurunan penglihatan (Zheng et al, 2016), gangguan tidur (Balhara et al, 2018), hingga mempengaruhi imunitas tubuh (Reed et al, 2015). *Problematic internet use* juga mengganggu motivasi belajar yang berdampak pada stres dan penurunan performa akademik (Truzoli et al, 2020) serta menimbulkan konsekuensi patologis yang luas seperti kecemasan, depresi, impulsivitas hingga isolasi sosial (Haddad et al, 2021). Liu et al., (2023) memaparkan bahwa PIU dapat memicu afeksi negatif yang mendorong tindakan melukai diri sendiri dan perilaku bunuh diri. Hal ini menegaskan bahwa PIU merupakan isu kesehatan mental dan sosial yang kompleks pada remaja.

Salah satu aspek yang perlu dieksplorasi secara mendalam adalah perbedaan *problematic internet use* antara laki laki dan perempuan. Riset yang dikembangkan (Sharma et al, 2024) pada remaja India menunjukkan bahwa prevalensi PIU lebih tinggi ditemukan pada perempuan dibandingkan laki-laki. Sementara penelitian Akbas et al (2019) melibatkan populasi di Turki membuktikan bahwa laki-laki lebih rentan terhadap *problematic internet use*. Penemuan lain membuktikan bahwa meskipun terdapat variasi pola dalam penggunaan internet yang bermasalah, dimana remaja laki-laki berorientasi pada *online game* sementara perempuan pada platform media sosial namun secara keseluruhan tidak terdapat perbedaan yang signifikan tingkat PIU ditinjau dari jenis kelamin (Winds, Aebi & Plattner 2024).

Berdasarkan beberapa hasil riset di atas menunjukkan bahwa terdapat inkonsistensi hasil penelitian sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut untuk memahami secara mendalam peran jenis kelamin terhadap *problematic internet use* pada remaja. Studi ini penting sebagai landasan untuk mengembangkan penyusunan strategi pencegahan dan intervensi yang tepat sasaran. Berdasarkan latar belakang tersebut, permasalahan utama dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: Apakah terdapat perbedaan *problematic internet use* antara laki-laki dan perempuan? Untuk menjawab pertanyaan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perbedaan *problematic internet use* berdasarkan jenis kelamin di Sumatera Barat menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif komparatif untuk mengetahui perbedaan *problematic internet use* berdasarkan jenis kelamin. Populasi yang terlibat remaja dengan rentang usia 15-19 tahun di Sumatera Barat tahun sebanyak 1.018.024 orang (Kemendagri 2025). Sampel penelitian melibatkan 370 remaja terdiri dari 185 laki-laki dan 185 perempuan ditentukan melalui teknik cluster dengan pertimbangan cakupan penelitian yang cukup luas yakni provinsi (Sugiyono 2020). Dari 17 cluster yang tersedia dipilih 4 cluster secara acak yang mewakili populasi yaitu Kota Payakumbuh, Kota Padang, Kabupaten Agam, Kabupaten Tanah Datar dan Kabupaten Padang Pariaman.

Problematic internet use diukur menggunakan skala yang disusun peneliti berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan Demetrovics et al (2008) yaitu *obsession*, *neglect*, dan *control disorder*, dengan jumlah 21 item. Skala menggunakan format Likert 5 poin yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang terhadap fenomena sosial (Sugiyono 2020). Pilihan jawaban dengan rentang skor 1 (tidak pernah) hingga skor 5 (selalu). Beberapa kisi kisi item seperti : “saya merasa gelisah saat tidak dapat mengakses internet”, “tugas Sekolah saya terabaikan saat mengakses sosial media” dsb. Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui kuesioner digital yang disebarakan kepada responden. Setelah data terkumpul dilakukan uji daya diskriminasi item dan reliabilitas pada instrumen penelitian. Uji daya diskriminasi item bertujuan mengukur sejauh mana item dapat membedakan antara individu atau sekelompok individu yang mempunyai dan tidak memiliki atribut yang diukur dengan standar koefisien korelasi minimal 0,30 (Azwar 2012). Berdasarkan uji daya diskriminasi aitem menunjukkan nilai koefisien bergerak dari 0.301 sampai 0.547 dengan total 14 aitem valid. Selanjutnya dilakukan uji reliabilitas untuk menilai akurasi instrumen penelitian dalam mengukur objek yang sama secara konsisten dalam pengukuran yang berulang (Sugiyono 2020). Reliabilitas tergolong baik jika memiliki nilai Cronbach’s alpha lebih besar dari 0.50 (Darwin, Pratiwi & Rahmadani 2021). Berdasarkan hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai Cronbach’s alpha sebesar 0.799 yang menunjukkan bahwa alat ukur memiliki reliabilitas baik sehingga valid digunakan untuk mengukur *problematic internet use* pada remaja.

Setelah uji alat ukur, dilakukan uji hipotesis menggunakan *independent sample t-test* dengan bantuan SPSS 24 untuk mengetahui perbedaan dua kelompok yang berbeda yaitu kelompok laki-laki dan perempuan. Sebelum dilakukan uji hipotesis perlu dipenuhi beberapa uji asumsi yaitu normalitas dan homogenitas dengan standar nilai signifikansi > 0.05 . Berdasarkan uji asumsi diperoleh nilai signifikansi 0.22 pada normalitas dan 0.255 pada homogenitas sehingga disimpulkan data berdistribusi normal dan memiliki varians yang homogen. Dengan demikian analisis t-test dapat dilanjutkan dengan interpretasi yang valid.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini uji hipotesis menggunakan *independent sample t-test* dengan standar nilai signifikansi < 0.05 . Berdasarkan uji statistik menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0.127 sehingga disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan *problematic internet use* antara laki-laki dan perempuan. Hasil hipotesis sejalan dengan beberapa riset terdahulu yang menemukan bahwa laki laki dan perempuan memiliki kerentanan yang sama terhadap *problematic internet use* (Reed et al, 2015). Adapun perbedaan yang menonjol terlihat dari pilihan aktivitas yang dilakukan dimana laki-laki cenderung rentan terhadap *problematic gaming* dengan intensitas bermain *game* yang mengganggu kehidupan sehari-hari sementara perempuan mengarah pada kecanduan media sosial. Penelitian Sudarto & Ananda (2024) juga menyoroti dampak spesifik ketergantungan internet remaja laki-laki mengarah pada pornografi, namun tingkat ketergantungan internet ternyata tidak berbeda jauh antara remaja pria dan wanita. Mengacu pada berbagai studi disimpulkan bahwa secara umum *problematic internet use* tidak berbeda berdasarkan gender namun pola dan dampak penggunaannya dapat bervariasi tergantung pada jenis platform yang dominan diakses saat aktivitas online.

Internet memainkan peran krusial dalam kehidupan remaja sebagai platform multifungsi dalam memenuhi kebutuhan psikologis, sosial dan tugas perkembangan. Melalui internet remaja menemukan berbagai informasi yang dibutuhkan, menjalin relasi dengan berbagai pihak, mendukung proses akademik hingga membangun *self-image* di sosial media. Remaja memposisikan dunia virtual sama pentingnya dengan interaksi fisik sehingga sebagian besar aktivitas dan interaksi remaja bertransisi ke dunia digital (Hoffmann-Wróblewska, Janik & Zawislak 2021). Didukung dengan platform digital yang menawarkan stimulasi instan dan menyenangkan sehingga merangsang pusat kesenangan di otak (sistem limbik) yang sedang berkembang pesat pada fase remaja. Namun demikian kapasitas pengendalian diri dan pertimbangan jangka panjang remaja belum berkembang sepenuhnya (Caprilli 2025). Kesenjangan ini berkonsekuensi pada dorongan untuk memperoleh kesenangan secara instan dengan pengendalian diri yang rendah sehingga rentan dalam penggunaan internet yang bermasalah (Caprilli, 2025). Dengan demikian ketidakseimbangan antara stimulasi yang ditawarkan internet dan kapasitas pengendalian diri berperan dalam memicu *problematic internet use* pada remaja (Marciano, Camerini & Morese 2021). Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa *problematic internet use* dapat dialami secara setara oleh semua orang, terlepas dari identitas gender individu.

Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wartberg et al (2020) bahwa perbedaan gender dalam PIU cenderung semakin mengecil seiring dengan meningkatnya homogenitas dalam pola aktivitas daring antar gender. Di masa lalu laki-laki cenderung dikaitkan dengan aktivitas daring yang bersifat *gaming* atau konten hiburan, sedangkan perempuan lebih banyak menggunakan internet untuk komunikasi sosial. Namun perkembangan teknologi dan ketersediaan platform daring yang bersifat inklusif menjadikan perbedaan penggunaan internet berdasarkan gender semakin kabur.

Selain itu, temuan ini juga diperkuat oleh studi dari Kuss & Griffiths (2015) yang menunjukkan bahwa tingkat PIU lebih banyak dipengaruhi oleh faktor-faktor psikososial dibandingkan faktor demografis seperti jenis kelamin. Faktor seperti tingkat stres akademik, kesulitan regulasi emosi, kontrol impuls, serta tujuan penggunaan internet diketahui memiliki pengaruh signifikan terhadap munculnya gejala-gejala penggunaan internet yang problematik. Dengan kata lain, remaja yang menggunakan internet sebagai mekanisme pelarian dari stres, tekanan sosial, atau masalah emosional, lebih berisiko mengalami PIU dibandingkan dengan mereka yang menggunakan internet secara fungsional.

Secara keseluruhan penelitian ini menambah pemahaman bahwa penggunaan internet yang bermasalah tidak hanya melalui aspek demografis seperti gender namun

terkait faktor-faktor psikologis, sosial, dan kontekstual. Penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi faktor mediasi seperti emosi negatif, persepsi dukungan sosial, atau tekanan akademik sebagai prediktor utama PIU serta mengembangkan model intervensi yang bersifat adaptif terhadap kebutuhan remaja di era digital.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ditemukan perbedaan signifikan *problematic internet use* antara remaja laki-laki dan perempuan sehingga gender bukanlah faktor penentu utama. Implikasinya, upaya intervensi terhadap PIU perlu berfokus pada faktor psikososial seperti stres, regulasi emosi, dan tujuan penggunaan internet, bukan hanya pada karakteristik demografis. Pendekatan holistik berbasis kebutuhan individual dan literasi digital menjadi sangat penting dalam pencegahan PIU. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi lebih dalam faktor-faktor mediasi seperti emosi negatif, beban akademik, dan dukungan sosial, serta mengembangkan intervensi yang bersifat adaptif terhadap dinamika psikologis remaja dalam penggunaan teknologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbaş, Ufuk, Derya Atalan Ergin, and Cemre Tatlı. 2019. "The Effect of Gender on Problematic Internet Usage: A Meta-Analysis." *Addicta: The Turkish Journal on Addictions* 6(2). doi: 10.15805/addicta.2019.6.2.0064.
- Ang, Rebecca P., Wan Har Chong, Stefanie Chye, and Vivien S. Huan. 2012. "Loneliness and Generalized Problematic Internet Use: Parents' Perceived Knowledge of Adolescents' Online Activities as a Moderator." *Computers in Human Behavior* 28(4). doi: 10.1016/j.chb.2012.02.019.
- Anika, Suci Oktavia, and Rizal Kurniawan. 2024. "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Problematic Internet Use Pada Siswa SMA." *Al-Dyas* 3(1):421–36.
- APJII. 2024. "Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang." *Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia*. Retrieved March 18, 2024 ([https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang#:~:text=APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia,jiwa penduduk Indonesia tahun 2023.](https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang#:~:text=APJII%20Jumlah%20Pengguna%20Internet%20Indonesia,jawa%20penduduk%20Indonesia%20tahun%202023.)).
- Azwar, S. 2012. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Balhara, Yatan Pal Singh, Ananya Mahapatra, Pawan Sharma, and Rachna Bhargava. 2018. "Problematic Internet Use among Students in South-East Asia: Current State of Evidence." *Indian Journal of Public Health* 62(3).
- Caprilli, Simona. 2025. "The Challenge of Being Adolescents and Young Adults in a World Pervaded by Digital/Virtual Communication." *Psychoanalysis, Self and Context* 20(3):283–284.
- Dahl, Daniel, and Karin Helmersson Bergmark. 2020. "Problematic Internet Use: A Scoping Review – Longitudinal Research on a Contemporary Social Problem, 2006–2017." *NAD Nordic Studies on Alcohol and Drugs* 37(6).
- Darwin, M., I. Pratiwi, and R. Rahmadani. 2021. *Psikometri: Teori Dan Aplikasi Pengukuran Psikologi*. Yogyakarta: Deepublish.
- Demetrovics, Zsolt, Beatrix Szeredi, and Sándor Rózsa. 2008. "The Three-Factor Model of Internet Addiction: The Development of the Problematic Internet Use Questionnaire." *Behavior Research Methods* 40(2). doi: 10.3758/BRM.40.2.563.
- Haddad, Chadia, Diana Malaeb, Hala Sacre, Jad Bou Khalil, Wael Khansa, Roula Al Hajj, Nelly Kheir, Sylvia Saade, Sahar Obeid, and Souheil Hallit. 2021. "Association of Problematic Internet Use with Depression, Impulsivity, Anger, Aggression, and Social Anxiety: Results of a National Study among Lebanese Adolescents." *Pediatric Investigation* 5(4). doi: 10.1002/ped4.12299.
- Hoffmann-Wróblewska, Aleksandra, Karolina Janik, and Anastazja Zawislak. 2021. "Internet and Its Role in Selected Aspects of Everyday Life of Adolescents."

- Kwartalnik Naukowy Fides et Ratio* 46(2). doi: 10.34766/fetr.v46i2.770.
- Joshi, Renu, N. Pavithra A, and C. K. Singh. 2022. "Internet an Integral Part of Human Life in 21st Century: A Review." *Current Journal of Applied Science and Technology* 41(36):12–18.
- Kanu, Prosper Ayenmo, Maurice-Joel Ugbe, Peter Bassey Enyievi, Emmanuel Onen Ebri, Blessing Ifere Omini, and Uchenna Frank Imo. 2025. "Prevalence and Associated Factors of Problematic Internet Use among In-School Adolescents in Calabar Municipality, Nigeria." *Discov Ment Health* 5(1):117.
- Kemendagri. 2025. "Visualisasi Data Kependudukan." *Direktorat Jenderal Kependudukan Dan Pencatatan Sipil - Kementerian Dalam Negeri*.
- Kuss, Daria J., and Mark D. Griffiths. 2015. *Internet Addiction in Psychotherapy*. Jerman: Springer.
- Lesinskienė, Sigita, Rokas Šambaras, Agnė Butvilaitė, Justina Andruškevič, Margarita Kubilevičiūtė, Urtė Stanelytė, Severija Skabeikaitė, Izabelė Jūraitytė, Ieva Ridzvanavičiūtė, Kamilė Pociūtė, and Natalja Istomina. 2024. "Lifestyle Habits Related to Internet Use in Adolescents: Relationships between Wellness, Happiness, and Mental Health." *Children (Basel)* 11(6):726.
- Liu, Mingli, Jia Xiao, Kimberly E. Kamper-DeMarco, and Zaoxia Fu. 2023. "Problematic Internet Use and Suicidality and Self-Injurious Behaviors in Adolescents: Effects of Negative Affectivity and Social Support." *Journal of Affective Disorders* 325. doi: 10.1016/j.jad.2023.01.019.
- Marciano, Laura, Anne Linda Camerini, and Rosalba Morese. 2021. "The Developing Brain in the Digital Era: A Scoping Review of Structural and Functional Correlates of Screen Time in Adolescence." *Frontiers in Psychology* 12.
- Marini, Liza, Wiwin Hendriani, and Pramatiya Yogi Wulandari. 2024. "Gambaran Problematic Smartphone Use Pada Remaja." *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi* 5(1):43–55.
- Öztürk, Ebru, and Suna Kaymak Özmen. 2016. "The Relationship of Self-Perception, Personality and High School Type with the Level of Problematic Internet Use in Adolescents." *Computers in Human Behavior* 65. doi: 10.1016/j.chb.2016.09.016.
- Pahlevi, Reza. 2022. "Penetrasi Internet Di Kalangan Remaja Tertinggi Di Indonesia." *Databoks*. Retrieved September 2, 2025 (<https://databoks.katadata.co.id/teknologi-telekomunikasi/statistik/d100bd73a8e3529/penetrasi-internet-di-kalangan-remaja-tertinggi-di-indonesia>).
- Reed, Phil, Rebecca Vile, Lisa A. Osborne, Michela Romano, and Roberto Truzoli. 2015. "Problematic Internet Usage and Immune Function." *PLoS ONE* 10(8). doi: 10.1371/journal.pone.0134538.
- Sharma, Suvarna, Krishna Dutt, Alpna Rastogi, and Ishu Parihar. 2024. "Problematic Internet Use Amongst Adolescents: Internet Using Behaviour and Gender Differences." *The International Journal of Indian Psychology* 12(3):2349–57. doi: 10.25215/1203.228.
- Singh, Sanchita, Navin Kumar, and Annapally Sadananda Reddy. 2019. "Lived Experiences of Problematic Internet Use Among Male Adolescents: A Qualitative Study." *Int J Environ Res Public Heal* 16(20):3877.
- Sudarto, and Muhammad Alifian Rizqi Ananda. 2024. "Gender Differences in Internet Addiction and Its Impact on Exposure to Pornography and Internet Gaming Disorder." *CoverAge: Journal of Strategic Communication* 14(2):78–90. doi: 10.35814/coverage.v14i2.6412.
- Sugiyono. 2020. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Truzoli, Roberto, Caterina Viganò, Paolo Gabriele Galmozzi, and Phil Reed. 2020. "Problematic Internet Use and Study Motivation in Higher Education." *Journal of Computer Assisted Learning* 36(4). doi: 10.1111/jcal.12414.

- Wartberg, Lutz, Levente Kriston, and Rainer Thomasius. 2020. "Internet Gaming Disorder and Problematic Social Media Use in a Representative Sample of German Adolescents: Prevalence Estimates, Comorbid Depressive Symptoms and Related Psychosocial Aspects." *Computers in Human Behavior* 103. doi: 10.1016/j.chb.2019.09.014.
- Winds, Kornelius, Marcel Aebi, and Belinda Plattner. 2024. "Problematic Internet Use Among Adolescent Male and Female Psychiatric Inpatients: A Gender Perspective." *Child Psychiatry and Human Development* 55(2). doi: 10.1007/s10578-022-01408-6.
- Zheng, Yumei, Dawei Wei, Junlong Li, Tao Zhu, and Huansheng Ning. 2016. "Internet Use and Its Impact on Individual Physical Health." *IEEE Access* 4. doi: 10.1109/ACCESS.2016.2602301.