

Hubungan Kesepian dan Persepsi Authoritative Parenting dengan Kecenderungan Nomophobia Siswa SMPN 195 Jakarta Saat Covid-19

Angelika Apriliyani¹, Erdina Indrawati²

Fakultas Psikologi

Universitas Persada Indonesia Y.A.I

E-mail : akilegnaapriyani14@gmail.com¹, erdina.indrawati@gmail.com²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kesepian dan persepsi *authoritative parenting* dengan kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta pada masa pandemi covid-19. Populasi penelitian berjumlah 783 siswa. Sampel dalam penelitian berjumlah 258 siswa dengan menggunakan teknik *simple random sampling* yaitu pengambilan data secara acak tanpa melihat strata yang ada dalam populasi. Metode pengumpulan data menggunakan skala likert dengan mengukur instrumen penelitian yaitu skala kecenderungan *nomophobia*, skala kesepian dan skala persepsi *authoritative parenting*. Penelitian ini mengolah data dengan menggunakan SPSS *versi 22.0 for windows*. Berdasarkan hasil analisis data melalui korelasi regresi berganda antara kesepian dan persepsi *authoritative parenting* dengan kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta didapatkan hasil $R = 0,399$ dengan $p = 0,000$, $p < 0,05$ dan $R\ square = 0,159$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan dengan arah positif antara kesepian dan kecenderungan *nomophobia* dan hubungan ke arah negatif antara persepsi *authoritative parenting* dan kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta pada masa pandemi covid-19.

Kata kunci: *Kecenderungan Nomophobia, Kesepian, Persepsi Authoritative Parenting*

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between loneliness and the perception of authoritative parenting with the tendency to nomophobia in students of SMP Negeri 195 Jakarta during the COVID-19 pandemic. The study population totaled 783 students. The sample in the study was 258 students using a simple random sampling technique, namely taking data randomly without looking at the strata in the population. The data collection method uses a likert scale by measuring research instruments, namely the nomophobia tendency scale, the loneliness scale and the authoritative parenting perception scale. This study processed the data using SPSS version 22.0 for windows. Based on the results of data analysis through multiple regression correlations between loneliness and the perception of authoritative parenting with the tendency to nomophobia in students of SMP Negeri 195 Jakarta, the results of $R = 0.399$ with $p = 0.000$, $p < 0.05$ and $R\ square = 0.159$. This shows that there is a relationship with a positive direction between loneliness and nomophobia tendencies and a negative relationship between the perception of authoritative parenting and the tendency to nomophobia in students of SMP Negeri 195 Jakarta during the COVID-19 pandemic.

Keyword: *Tendency To Nomophobia, Loneliness, Authoritative Parenting Perception*

1. PENDAHULUAN

Teknologi berkembang bersama dengan jalannya waktu dan penggunaan teknologi menjadi satu hal yang selalu dipakai oleh masyarakat. Salah satu bentuk teknologi yang tidak luput dari genggamannya masyarakat adalah *smartphone*. Kegunaan yang beragam mulai dari mudah dibawa kemana-mana, mendapatkan informasi dengan cepat sampai dengan dapat berinteraksi jarak jauh dengan dunia luar membuat masyarakat tidak jauh dari *smartphone*.

Pada tahun 2019 masuknya virus Covid-19 di Indonesia membuat masyarakat dan kontak langsung dengan dunia luar dibatasi. Kondisi pandemi ini juga memberikan perubahan yang pada anak dalam melaksanakan pembelajaran yang mulanya belajar di sekolah menjadi belajar dari rumah. Hal ini ditandai dengan adanya arahan dari Pemerintah dalam melakukan pembelajaran dari rumah. Kemendikbud (2020) Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) menerbitkan Surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020 tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19. Berdasarkan pedoman yang diterbitkan tertera bahwa pembelajaran yang dilakukan di rumah dapat menggunakan gawai (*gadget*) ataupun laptop sebagai media atau sumber pembelajaran.

Kondisi pembelajaran jarak jauh membutuhkan fasilitas *smartphone* sebagai penghubung antara pengajar dengan murid. Hal ini membuat anak-anak menjadi

pengguna *gadget* secara aktif. Berdasarkan pengambilan data oleh SUSENAS (2021) yang diterbitkan pada Badan Pusat Statistik terdapat 8 dari 10 penduduk berumur 5 tahun ke atas mengakses internet dalam 3 bulan terakhir pada maret 2021, tercatat 90,56% anak berumur 5 tahun ke atas mengakses internet untuk membuka media sosial, 96,90% anak berumur 5 tahun ke atas mengakses internet dilakukan di rumah sendiri dan 98,21% anak berusia 5 tahun ke atas mengakses internet menggunakan *smartphone* atau ponsel.

Hal ini dapat mengarah pada kecanduan *gadget* atau kecenderungan *nomophobia* di kalangan anak sekolah. *Nomophobia* dianggap sebagai fobia zaman modern yang diperkenalkan ke kehidupan masyarakat sebagai produk sampingan dari interaksi antara orang-orang dan teknologi informasi dan komunikasi seluler, terutama *smartphone* (Yildirim & Paula Correia, 2015).

Berdasarkan artikel Hellosehat yang ditulis oleh Puji (2021) pengertian *nomophobia* atau *no mobile phone phobia* (NMP) yang diterbitkan pada Indian Journal of Psychiatry merupakan jenis gangguan kecemasan akibat tidak memegang ponsel, orang dengan kondisi kecemasan ini tidak dapat melepas *smartphone* dari genggamannya dan akan merasakan ketakutan yang kuat sehingga bisa mengganggu aktivitas sehari-hari.

Dorongan penggunaan *smartphone* pada anak sekolah dasar dikarenakan agar tetap terhubung dengan guru pengajar, namun kondisi ini pula menjadikan

berkurangnya hubungan anak sekolah dasar dengan lingkungan luar sehingga menimbulkan rasa kesepian.

Kesepian adalah reaksi emosi dan kognitif individu terhadap hubungan yang dimiliki lebih sedikit dan tidak memuaskan dari yang diinginkan individu (Baron, 2005). Menurut Lake (dalam Yusuf, N.F, 2015) Orang yang kesepian adalah orang yang membutuhkan orang lain untuk diajak berkomunikasi dan membina suatu hubungan yang khusus dalam salah satu bentuknya hubungan dan persahabatan yang akrab sampai kasih sayang yang dalam dan cinta yang abadi.

Keterlibatan orang tua dalam pengawasan penggunaan *smartphone* sangat penting agar anak dapat menggunakan *smartphone* sebagaimana kebutuhannya. Menurut Lase & Tafono (2021) anak didik sekolah dasar sangat dibutuhkan bantuan dan pengawasan orang tua untuk memantau anak dalam proses belajar agar dapat mengikuti pembelajaran dengan baik. menurut Ragil & Sodikin (2020) apabila anak lebih suka mengakses *gadget* dapat mengurangi interaksi dengan keluarga, teman sebaya atau dengan orang lain. Menurut Nurhidayah, Ramadhan, Amira, & Lukman (2021) kehadiran *gadget* seperti telah menggeser posisi orang tua dalam penerapan pola asuh, anak sibuk dengan *gadget* dan orang tua kurang dalam pengawasan pada anak.

Masni (2016) *authoritative parenting* atau pola asuh demokratis memberikan anak kebebasan untuk mengemukakan pendapat, melakukan apa yang diinginkan namun tidak melewati batasan-batasan atau aturan

yang telah ditetapkan oleh orang tua. Menurut Haryanti (2019) *authoritative parenting* atau pola asuh demokratis adalah diberikannya kebebasan kepada anak namun tetap ada pengawasan orang tua, sehingga antara anak dan orang tua terjalin komunikasi kerjasama dalam pengarahan, bimbingan yang dilakukan kepada anak, dan terbentuknya kepribadian yang insiatif, pemberani, giat dan lebih bertujuan. Pola asuh yang melibatkan peran orang tua dalam memiliki komunikasi yang baik dan melakukan aktivitas bersama-sama dapat meminimalisir penggunaan *smartphone* pada anak. Tumbuhnya kedekatan hubungan antara orang tua dan anak dengan saling bekerja sama dalam keseharian dan menaati peraturan yang sudah disepakati bersama dapat mengurangi perilaku kecenderungan *nomophobia*.

2. TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kecenderungan *Nomophobia*

Utami (2017) berpendapat *nomophobia* adalah kondisi ketergantungan pada *smartphone* yang dialami individu dengan munculnya cemas, gelisah, rasa takut dan ketidaknyamanan yang berlebihan saat tidak memegang *smartphone*.

Nomophobia merupakan keadaan timbul rasa cemas, takut atau tidak nyaman ketika tidak bisa mengakses atau menggunakan ponsel atau *smartphone* (Mulyar, 2016)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Yildirim (2014)

menyebutkan bahwa *nomophobia* memiliki empat dimensi yaitu, tidak dapat berkomunikasi, kehilangan konektivitas, tidak bisa mengakses informasi, dan melepaskan kenyamanan.

2.2 Kesepian

Menurut Perlman dan Peplau (dalam Agusti & Leonardi, 2015) kesepian adalah perasaan individu yang kurang memuaskan karena menurunnya hubungan sosial baik secara kualitas maupun kuantitas.

Menurut Prasetyo (2017) berpendapat bahwa kesepian adalah perasaan terasingkan dan ketidakpuasan hubungan karena tidak selarasnya kebutuhan hubungan yang diinginkan dengan hubungan interpersonal yang dimiliki.

Menurut Weiss (dalam Ulfah & Nisa, 2015) perasaan kesepian memiliki dua dimensi, yaitu:

- a. *Emotional loneliness*, muncul karena tidak adanya figur intim atau tidak memiliki kelekatan emosi yang dekat dengan sahabat atau partner. Individu yang mengalami kesepian emosional adalah saat hubungan terputus karena kematian atau perpisahan yang menimbulkan perasaan kosong, ditinggalkan dan kesedihan.
- b. *Social loneliness*, merupakan ketidakadaan hubungan dengan kelompok besar atau keterikatan hubungan sosial seperti perasaan kepada teman, kolega atau orang lain di lingkungan sekitar. *Social*

loneliness berhubungan dengan tidak terjalinnya pertemanan yang luas yang memiliki minat yang sama.

2.3 Pesepsi *Authoritative Parenting*

Menurut APA (2017) authoritative parenting adalah gaya pengasuhan orang tua kepada anak dengan menjadi responsif dan mendukung serta memberikan aturan dengan tegas pada anak-anak, orang tua yang memiliki gaya pengasuhan authoritative parenting memberikan aturan dengan penjelasan dan mengajak bertukar pola pikir untuk dapat mengetahui sudut pandang anak walaupun tidak semua pendapat anak diterima.

Pola asuh demokratis menurut Ayun (2017) merupakan bentuk pola asuh yang ditandai dengan kesadaran orang tua akan kemampuan anak dan memberikan kesempatan untuk mandiri dari orang tua. Seperti memberikan sedikit kebebasan kepada anak untuk memiliki yang terbaik untuk diri sendiri, anak mendengarkan orang tua dan dilibatkan dalam diskusi, terutama mengenai diri anak sendiri. anak-anak secara bertahap diberi kesempatan untuk mengembangkan kontrol batin dan melatih tanggung jawab pribadi anak.

Menurut Steinberg (dalam Desiningrum & Ratri, 2018) Authoritative memiliki 3 dimensi utama berupa *Accaptance /involvement*, *Stictness/supervision*,

dan *Psychological autonomy granting*.

3. METODOLOGI

Populasi pada penelitian ini adalah siswa SMPN 195 Jakarta kelas VII, VIII, dan IX dengan total murid 783 siswa/i. Sampel yang digunakan dalam penelitian sebanyak 258 orang dengan tingkat kepercayaan 95% dan *margin of error* 5%.

Pada penelitian ini teknik yang digunakan adalah *Probability Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Sugiyono, 2022). Jenis *probability sampling* yang digunakan adalah *simple random sampling* yaitu pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi.

Metode pengambilan data menggunakan skala likert empat tingkat dengan memberikan jawaban selalu, sering, kadang-kadang dan tidak pernah pada skala instrumen yang diukur yaitu Skala Kecenderungan *Nomophobia* dengan 20 item, Skala Kesepian 12 item dan Skala Persepsi *Authoritative Parenting* berjumlah 9 item.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Uji Normalitas

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov ^a		
Statistic	df	Sig.

Kecenderungan Nomophobia	,116	258	,000
Kesepian Persepsi	,068	258	,006
Authoritative Parenting	,121	258	,000

Berdasarkan pada tabel diatas didapatkan hasil uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* pada skala kecenderungan *nomophobia*, skala kesepian dan skala persepsi *authoritative parenting* memiliki nilai probabilitas dibawah 0,05 yang mana hal ini menunjukkan data berdistribusi tidak normal.

4.2 Hasil Uji Hipotesis

Tabel 2. Uji Hipotesis Korelasi Bivariat

	R	Sig
Kesepian dengan Kecenderungan <i>nomophobia</i>	0,345	0,000
Persepsi <i>authoritative parenting</i> dengan Kecenderungan <i>nomophobia</i>	-0,356	0,000

Berdasarkan tabel 2 hasil pengujian hipotesis didapatkan korelasi bivariat dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0,345$ dengan $p = 0,000$ sehingga $p < 0,05$. Berdasarkan hasil analisis data menggunakan metode korelasi bivariat dapat diperoleh hasil yang signifikan ke arah positif antara kesepian dengan kecenderungan *nomophobia*. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Prasetyo (2017) adanya hubungan positif yang menunjukkan bahwa meningkatnya

kesepian maka *nomophobia* juga akan meningkat.

Hasil pengujian hipotesis kedua sebesar $r = -0,356$ dengan $p = 0,000$ sehingga $p < 0,05$. Antara persepsi *authoritative parenting* dan kecenderungan *nomophobia* didapatkan hasil adanya hubungan signifikan ke arah korelasi negatif. Hal ini didukung dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Priyama & Dewi (2021) peran orang tua sangat penting untuk memberikan pengetahuan tentang penggunaan gawai, mendampingi, mengawasi, mendidik dan membuat peraturan dalam penggunaan gawai.

Selanjutnya dilakukan uji hipotesis untuk mengetahui hubungan dan kontribusi variabel bebas yaitu kesepian dan persepsi *authoritative* dengan variabel terikat berupa kecenderungan *nomophobia*.

Tabel 3. Hasil Uji Hipotesis Korelasi Multivariat Metode *Enter*

	R	R ²	Sig
Kesepian dan Persepsi <i>authoritative parenting</i> dengan Kecenderungan <i>nomophobia</i>	0,399	0,159	0,000

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil analisis data dengan metode *enter*, diperoleh koefisiensi korelasi (R) = 0,399 dengan $p = 0,000$ sehingga $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara variabel kesepian dan persepsi *authoritative parenting* dengan kecenderungan *nomophobia*

memiliki hubungan sebesar 39,9%. Berdasarkan hasil koefisien determinasi (R²) sebesar 0,159 dapat disimpulkan bawah variabel kesepian dan persepsi *authoritative parenting* memberikan kontribusi sebesar 15,9% pada variabel kecenderungan *nomophobia*, sedangkan sisanya 84,1% dapat dijelaskan melalui variabel lain.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis Korelasi Multivariat Metode *Stepwise*

	R ²
Kesepian dengan kecenderungan <i>nomophobia</i>	0,126
Persepsi <i>authoritative parenting</i> dengan kecenderungan <i>nomophobia</i>	0,033

Pada tabel 4 menunjukkan hasil analisis data korelasi regresi ganda dengan metode *stepwise* diperoleh kontribusi persepsi *authoritative parenting* dengan kecenderungan *nomophobia* memiliki nilai *R Square* = 0,126 menjadi 12,6%, sedangkan kesepian dengan kecenderungan *nomophobia* memiliki *R Square* = 0,033 menjadi 3,3%. Hal ini menunjukkan bahwa variabel persepsi *authoritative parenting* dengan kecenderungan *nomophobia* lebih dominan dibandingkan kontribusi variabel kesepian. Hal ini didukung penelitian sebelumnya oleh Nurhidayah, Ramadhan, Amira & Lukman (2021) keterlibatan orang tua sangat dibutuhkan dalam menerapkan pola asuh demokratis untuk upaya pencegahan adiksi gawai pada anak.

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil data yang dianalisis dan dilakukan pembahasan didapat beberapa kesimpulan sebagai berikut.

1. Terdapat hubungan dengan arah positif dan signifikan antara kesepian dan kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta pada masa pandemi covid-19. Artinya pada penelitian ini semakin rendah kesepian maka semakin rendah kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta.
2. Terdapat hubungan dengan arah negatif dan signifikan antara persepsi *authoritative parenting* dengan kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta pada masa pandemi covid-19. Artinya semakin tinggi tingkat persepsi *authoritative parenting* atau keterlibatan orang tua semakin rendah tingkat kecenderungan *nomophobia*.
3. Terdapat hubungan dengan arah positif dan signifikan antara kesepian dan persepsi *authoritative parenting* dengan kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta. Artinya semakin tinggi tingkat kesepian semakin tinggi kecenderungan *nomophobia* dan semakin tinggi persepsi *authoritative parenting* semakin rendah tingkat kecenderungan *nomophobia* pada siswa SMP Negeri 195 Jakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusti, R.C., & Leonardi, T. (2015). Hubungan antara kesepian dengan problematic internet use pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 4(1), 9-13.
- American Psychological Association. (2017). *Parenting Styles*. Washington, DC 20002-4242.
<https://www.apa.org/act/resources/factsheets/parenting-styles>
- Ayun, Q. (2017). Pola asuh orang tua dan metode pengasuhan dalam membentuk kepribadian anak. *ThufuLA: Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 5(1).
<http://dx.doi.org/10.21043/thufula.v5i1.2421>
- Baron, R. (2005). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Desiningrum, D.R., & Ratri, D. (2018). Persepsi remaja terhadap authoritative parenting practice yang diterapkan orangtua dan intensi berperilaku delinqueun. *Jurnal Of Psychological Science and Profesion*. Vol.2.
<https://doi.org/10.24198/jpsp.v2i1.16579>
- Haryanti, D. (2019). Pola asuh orangtua dalam pendampingan penggunaan gawai pada anak usia dini di era revolusi 4.0. *Noura*, 3(1).
<http://dx.doi.org/10.32505/enlighten.v3i2.1892>
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). *Kementrian Terbitkan Pedoman Penyelenggaraan Belajar dari Rumah*. Dibuka 24 Maret 2022, dari
<https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/05/kemendikbud-terbitkan-pedoman-penyelenggaraan-belajar-dari-rumah>
- Lase, M.B., & Tafano, T. (2021). Urgenitas pengawasan orang tua dalam mendampingi psikologi anak selama belajar daring di masa pandemi. *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani*, 1(1),15-27.
- Masni, H. (2016). Peran pola asuh demokratis orangtua terhadap pengembangan

- potensi diri dan kreativitas siswa. *Jurnal Ilmiah Dikdaya*. 6(1), 58-71. <http://dx.doi.org/10.33087/dikdaya.v6i1.41>
- Mulyar, B.K. (2016). Dinamika adaptif penggunaan smartphone mahasiswa fisip universitas airlangga di kota surabaya. *AntroUnairdotNet*, V, 489.
- Nurhidayah, I., Ramadhan, J.G., Amira, I., & Lukman, M. (2021). Peran Orangtua Dalam Pencegahan Terhadap Kejadian Adiksi Gadget Pada Anak: Literatur Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1).
- Prasetyo, Y.A. (2017). Hubungan antara kesepian (*loneliness*) dengan nomophobia remaja (studi pada SMAN X). *Skripsi*. <https://core.ac.uk/works/92813194>
- Primayana, K.H., & Dewi, P.Y.A. (2021). Hubungan pola asuh demokratis dan intensitas penggunaan gawai pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 710-718. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.697>
- Puji, A. (2021). Cemas atau takut saat tidak memegang ponsel? bisa jadi pertanda nomophobia. <https://helohehat.com/mental/gangguan-kecemasan/nomophobia/>
- Ragil, D.R.A., & Sodikin. (2020). Hubungan peran pengawasan orang tua dan kecenderungan gadget dengan kemampuan sosial pada anak usia sekolah di SD Negeri 1 pamijen sokaraja. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>
- Sugiyono, 2022, *Metodelogi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung. ALFABETA.
- SUSENAS. (2021). *Teknologi 2021 (Infografis)*. Badan Pusat Statistika. <https://jakarta.bps.go.id/backend/images/Teknologi-2021-ind.JPG>
- Ulfah, D.M., & Nisa, Y.F. (2015). Pengaruh kepribadian, kontrol diri, kesepian, dan jenis kelamin terhadap penggunaan internet kompulsif pada remaja. *Jurnal of Psychology*, 20(1), 113-132. <http://psikologi.uinjkt.ac.id/wp-content/uploads/2016/08/2-Tazkiya-VOL.-20-NO.-1-APRIL-2015.pdf#page=117>
- Utami, Z. (2017). Hubungan kesepian dan kontrol diri dengan *nomophobia* pada mahasiswa generasi Z. *Skripsi*.
- Yildirim, C. & Correia, A.P. (2015). Exploring the dimensions of nomophobia: Development and validation of a self-reported questionnaire. *Computer in Human Behavior*, 49, 130-137.
- Yildirim, C. (2014). Exploring the dimensions of nomophobia: developing and validating a questionnaire using mixed methods research. *Thesis*. <https://core.ac.uk/download/pdf/38926087.pdf>
- Yusuf, N.F. (2015). Kesepian dan depresi: studi metaanalisis. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, 331-337. <https://mpsi.umm.ac.id/files/file/331-337%20Rr%20Nia%20faramita.pdf>