

PENDIDIKAN DAN PENDAMPINGAN REMAJA MELALUI POLA ASUH DEMOKRATIS UNTUK MENCEGAH KECANDUAN *GADGET* MENGHADAPI ERA *SOCIETY 5.0*

ADOLESCENT EDUCATION AND ASSISTANCE THROUGH AUTHORITATIVE PARENTING TO PREVENT GADGET ADDICTION IN FACING THE ERA OF SOCIETY 5.0

Sri Widayani¹, Kamsih Astuti²

¹² Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

¹²bundayani02@gmail.com, tutik.umby@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi pola asuh demokratis dengan kecanduan *gadget* pada remaja awal. Populasi dalam penelitian ini remaja awal kelas VIII SMP X di Kabupaten Sleman Tahun Ajaran 2019/2020 dengan jumlah sampel sebanyak 128 siswa. Adapun hipotesis penelitiannya yaitu ada hubungan negatif antara persepsi pola asuh demokratis dengan kecanduan *gadget* pada remaja awal. Hasil analisis data penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif dan signifikan antara persepsi pola asuh demokratis dengan kecanduan *gadget* pada remaja awal, dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0,193 dan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Artinya ada hubungan negatif yang signifikan antara persepsi pola asuh demokratis dengan kecanduan *gadget* pada remaja awal. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara persepsi pola asuh demokratis dengan kecanduan *gadget* pada remaja awal. Semakin tinggi persepsi pola asuh demokratis remaja maka kecanduan *gadget* cenderung semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah persepsi pola asuh demokratis remaja maka kecanduan *gadget* cenderung semakin tinggi.

Kata Kunci: *Kecanduan gadget, Persepsi pola asuh demokratis, Remaja awal.*

Abstract

This study aims to find out the relationship between authoritative parenting perceptions with gadget addiction in early adolescents. The population in this study was the early adolescents class VIII SMP X in Sleman Regency in the Academic Year 2019/2020 with a total sample of 128 students. The hypothesis of this study was there is a negative relationship between authoritative parenting perceptions with gadget addiction in early adolescents. The results of data analysis showed there was a negative and significant relationship between authoritative parenting perceptions with gadget addiction in early adolescents, the correlation coefficient value was -0.193 with a significance value (p) of 0.000 ($p < 0.01$) which meant there is a significant negative relationship between authoritative parenting perceptions with gadget addiction in early adolescents. The results of this study can be concluded that there is a significant negative relationship between authoritative parenting perceptions with gadget addiction in early adolescents. The higher the authoritative parenting perceptions then more gadget addiction tends to be lower. Conversely, the lower the authoritative parenting perceptions, gadget addiction tends to be higher.

Keywords: *gadget addiction, authoritative parenting perceptions, early adolescents*

PENDAHULUAN

Saat ini komunikasi dan informasi menggunakan *gadget* merupakan hal yang tidak dapat ditinggalkan dalam kehidupan dari anak-anak sampai orang tua. Hampir setiap orang mulai dari remaja hingga orang tua kini memiliki *gadget* (Desiningrum dkk., 2017). Studi yang dilakukan Kominfo dan UNICEF yang berjudul

Digital Citizenship Safety among Children and Adolescents in Indonesia menunjukkan bahwa internet dan media digital merupakan pilihan utama saluran komunikasi yang digunakan 30 juta anak-anak dan remaja di Indonesia (Kominfo, 2014).

Remaja awal, yang dalam hal ini adalah seorang siswa/siswi di sekolah mempunyai tugas utama yaitu belajar. Remaja yang mempunyai tugas utama belajar berada pada masa krisis identitas (Erikson dalam Upton, 2012). Krisis didefinisikan sebagai periode perkembangan identitas di mana remaja berusaha melakukan eksplorasi terhadap berbagai alternatif (Santrock, 2012). Remaja selalu ingin mencoba hal-hal baru, memiliki rasa keingintahuan yang tinggi, dan mudah terpengaruh dengan teman-teman sebayanya (Sarwono dalam Sari, Ilyas & Ifdil, 2018). Keberadaan *gadget* menjadikan remaja seperti menemukan media yang dapat memenuhi berbagai kebutuhannya, seperti mengakses berbagai informasi, hiburan, kebutuhan untuk pertemanan, sampai kepada munculnya berbagai aktifitas yang dapat menghasilkan uang (Marpaung, 2018). *Gadget* mempunyai berbagai aplikasi dan *link-link* yang baik untuk perkembangan remaja, namun *screen time* yang berlebihan, tidak selektif dan tidak dibatasi dalam penggunaannya, bisa berdampak buruk bagi remaja dan berpengaruh terhadap prestasi belajar remaja di sekolah (Rusmini, 2016). Penggunaan *gadget* pada remaja memiliki dampak positif dan negatif. Perlu perhatian yang intens bagi para orangtua dan pendidik agar tidak terjadi pergeseran perubahan pola-pola perilaku remaja yang diakibatkan oleh kecanduan *gadget* (Arifin, 2015).

Gadget atau gawai adalah suatu instrumen atau perangkat yang memiliki tujuan dan fungsi praktis yang secara khusus dirancang lebih canggih dibandingkan dengan teknologi yang diciptakan sebelumnya. Contoh *gadget* adalah laptop, *ipad*, tablet atau *smartphone* (Wijanarko & Setiawati, 2016). Kecanduan *gadget* adalah perilaku ketergantungan terhadap *gadget* yang berdampak negatif sehingga dapat mengganggu fungsi/aktifitas kehidupan sehari-hari.

Mengacu pada DSM IV, Caplan (dalam Young & Abreu, 2017) mengemukakan kriteria kecanduan *gadget* yaitu *saliance* (ciri khas) yaitu ketidakmampuan pecandu untuk melepaskan diri dari *gadget*, *modifikasi mood* yaitu menggunakan *gadget* sebagai cara untuk lari dari perasaannya yang meresahkan, toleransi yaitu mengembangkan toleransi untuk mencapai kepuasan, mengalami *withdrawal* yaitu perasaan tidak menyenangkan yang terjadi ketika pemakaian *gadget* dikurangi atau dihentikan, mengalami peningkatan konflik dengan orang lain akibat kegiatan itu dan adanya kecenderungan berulangnya kembali pola penggunaan *gadget* setelah adanya kontrol. Kecanduan *gadget* pada remaja ditandai dengan munculnya perilaku kecanduan *gadget* dengan kriteria kecanduan yaitu *saliance* (ciri khas), *modifikasi mood*, toleransi, *withdrawal*, konflik, dan *relapse*.

Berbagai penelitian tentang kecanduan *gadget* telah membuktikan dampak negatif kecanduan *gadget* pada pola perilaku remaja dalam keseharian seperti kecerdasan emosional, gangguan emosi dan perilaku, disiplin belajar, dan kemampuan bersosialisasi. Untuk itu pemahaman mengenai penyebab kecanduan *gadget* menjadi hal yang penting untuk dilakukan menghadapi era *societi 5.0*.

Salah satu faktor yang mempengaruhi kecanduan *gadget* pada remaja adalah persepsi pola asuh orang tua yaitu cara-cara yang khas yang orang tua pikirkan, rasakan, dan lakukan dalam hal membesarkan anak. Pola asuh orang tua akan dipersepsi oleh anak. Orang tua harus berhati-hati dalam mengasuh anaknya, karena kekeliruan dalam pola asuh maka akan berpengaruh buruk terhadap perilaku anak. Ada beberapa pola asuh yang diterapkan orang tua diantaranya pola asuh otoriter, pola asuh permisif, dan pola asuh demokratis (Baumrind dalam Nevid, 2017). Berdasarkan hasil dari berbagai penelitian, jenis pola asuh yang baik untuk mengasuh anak adalah pola asuh demokratis (Soetjningsih, 2018). Pola asuh demokratis merupakan gaya pengasuhan orang tua yang bersifat hangat dalam pengasuhan terhadap anak, memberikan dukungan terhadap perilaku konstruktif anak serta memberikan kesempatan untuk berdialog kepada anak. Masa remaja merupakan krisis identitas. Pada masa ini sangat penting bagi remaja untuk mendapatkan dukungan dari orang tua yang dapat berempati, bersikap hangat, mengerti dan dapat bersikap komunikatif dengan remaja (Tridhonanto, 2014).

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara persepsi pola asuh demokratis orang tua terhadap kecanduan

gadget pada remaja awal menghadapi era *society 5.0*.

METODE

Variabel penelitian ini adalah persepsi pola asuh demokratis sebagai variabel bebas dan kecanduan *gadget* sebagai variabel terikat. Subjek dalam penelitian ini adalah 128 remaja awal kelas VIII SMP X di Kabupaten Sleman Tahun Ajaran 2019/2020. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode *Probability Sampling* yang berarti setiap unsur (anggota) populasi mempunyai peluang yang sama untuk dipilih sebagai anggota sampel (Sugiyono, 2013). Metode *Probability Sampling* dilakukan dengan teknik *Cluster Random Sampling* yaitu melakukan randomisasi terhadap kelompok bukan terhadap subjek secara individual (Azwar, 2016).

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan menggunakan skala sebagai alat pengumpulan data. Skala yang digunakan yaitu Skala Persepsi Pola Asuh Demokratis dan Skala Kecanduan *Gadget*. Jenis skala yang digunakan adalah Skala Likert.

Skala Persepsi Pola Asuh Demokratis disusun berdasarkan aspek-aspek pola asuh demokratis yang dikemukakan oleh Baumrind (dalam Soetjningsih, 2018) yaitu : (1) melakukan kontrol terhadap remaja tapi tidak terlalu ketat, (2) bersikap tegas tetapi mau memberikan penjelasan mengenai aturan, (3) mau bermusyawarah atau berdiskusi, (4) bersifat hangat dan sayang terhadap remaja, (4) menunjukkan rasa senang dan dukungan sebagai respon positif terhadap perilaku konstruktif remaja. Skala Persepsi Pola Asuh Demokratis berjumlah 32 aitem dengan daya beda dari 0,348-0,657 dengan estimasi reliabilitas Alpha sebesar 0,902. Skala Kecanduan *Gadget* dalam penelitian ini disusun berdasarkan aspek-aspek kecanduan *gadget* yang dikemukakan oleh Caplan (dalam Young & Abreu, 2017) yaitu *saliance*, *modifikasi mood* (suasana perasaan), *tolerance*, *withdrawal*, konflik dan *relapse*. Skala Kecanduan *Gadget* berjumlah 33 aitem dengan daya beda dari 0,303-0,615 dengan estimasi reliabilitas Alpha sebesar 0,889.

Teknik analisis data untuk menguji hipotesis sekaligus menganalisis data penelitian adalah teknik analisis korelasi *Product Momen (Pearson Corellation)*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kategorisasi hasil dilakukan dengan mengasumsikan bahwa skor individu dalam populasi berdistribusi normal. Kategorisasi skor subjek dalam penelitian ini dikelompokkan menjadi tiga tingkatan yaitu rendah, sedang, tinggi (Azwar, 2017). Kategori hasil untuk variabel kecanduan *gadget* pada remaja awal kelas VIII SMP X Kabupaten Sleman dengan klasifikasi tinggi sebanyak 5 orang siswa atau 3,9%, klasifikasi sedang sebanyak 108 siswa atau 84,3% dan klasifikasi rendah sebanyak 15 siswa atau 11,8%. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa variabel kecanduan *gadget* berada pada kategori sedang.

Kategori hasil untuk variabel persepsi pola asuh demokratis, diketahui bahwa remaja awal kelas VIII SMP X Kabupaten Sleman yang mempersepsikan pola asuh demokratis dengan klasifikasi tinggi sebanyak 41 siswa atau 32%, dan remaja yang mempersepsikan pola asuh demokratis dengan klasifikasi sedang sebanyak 87 siswa atau 68% sedangkan remaja yang mempersepsikan pola asuh demokratis dengan klasifikasi rendah tidak ada. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa variabel persepsi pola asuh demokratis berada pada kategori sedang.

Uji hipotesis untuk mengetahui hubungan antara variabel persepsi pola asuh demokratis dengan variabel kecanduan *gadget* dilakukan menggunakan uji korelasi *product moment*. Hasil uji hopetesis dapat dilihat pada taberl di bawah ini,

Tabel 1. Hasil Uji Hipotesis

Variabel Terikat	Variabel Bebas	Koef. Korelasi	Sig.	Keterangan
Kecanduan Gadget	Persepsi Pola Asuh Demokratis	-0,193	0,000	Signifikan

Hipotesis penelitian ini adalah ada hubungan negatif antara persepsi pola asuh demokratis dengan kecanduan *gadget* pada remaja awal. Pernyataan pada hipotesis tersebut dapat diterima melalui hasil analisis menggunakan teknik analisis korelasi *Product Moment*, menunjukkan angka korelasi sebesar $-0,193$ ($p < 0,01$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa persepsi remaja awal tentang pola asuh demokratis orang tua memiliki kaitan dengan perilaku kecanduan *gadget* yang dilakukan remaja. Semakin tinggi persepsi pola asuh demokratis, maka kecanduan *gadget* cenderung semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah persepsi pola asuh demokratis, maka kecanduan *gadget* cenderung semakin tinggi.

Data hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja awal kelas VIII SMP X Kabupaten Sleman tahun ajaran 2019/2020 berada pada kategori sedang untuk variabel persepsi pola asuh demokratis, hal tersebut bisa menjadi salah satu faktor yang menyebabkan data perilaku kecanduan *gadget* berada pada kategori sedang dan hanya ada lima remaja (3,9 %) yang memiliki kecanduan *gadget* tinggi.

Orang tua memiliki peranan yang sangat penting dalam upaya mengembangkan pribadi remaja. Menurut Hurlock (dalam Tridhonanto, 2014) perlakuan orang tua terhadap remaja, akan mempengaruhi sikap remaja dan perilakunya. Salah satu upaya yang dilakukan untuk membentuk karakter yang baik pada remaja yaitu dengan pendampingan orang tua yang berbentuk pola asuh demokratis.

Tingkah laku remaja dipengaruhi oleh apa yang dipelajari dari lingkungannya. Keluarga merupakan lingkungan yang paling dekat dengan remaja, maka tingkah laku remaja dalam mengambil keputusan (apa yang boleh dan apa yang tidak, mana yang baik dan mana yang salah) sangat bergantung pada pengamatan remaja tentang apa yang terjadi dalam keluarga. Pembentukan tingkah laku remaja sangat di pengaruhi oleh sikap, pandangan dan tingkah laku orang tua (Kurnia dalam Nugraheni, 2017). Hasil penelitian ini menguatkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Abedini dkk (2012) menyatakan bahwa pola asuh demokratis memiliki hubungan negatif signifikan dengan kecanduan *gadget*.

Remaja yang diasuh dengan pola asuh demokratis berkompeten secara sosial, percaya diri, dan bertanggung jawab secara sosial. Hal tersebut terjadi karena remaja menilai tuntutan orang tuanya terhadap peraturan dan disiplin remaja tergolong masuk akal dan adil, sehingga remaja menjadi lebih penurut dan bertanggung jawab terhadap tugas dan kewajibannya. Orang tua dengan pola asuh demokratis membangun komunikasi efektif di mana remaja diberikan kesempatan untuk berargumentasi mengenai peraturan di rumah, menjadikan remaja lebih mudah menginternalisasi dan menerima nilai serta peraturan yang diberikan. Remaja akan melaksanakan nilai dan peraturan dengan sepenuh hati dan suka rela tanpa merasa terpaksa. Pada akhirnya, saat remaja menjalankan tugas dan kewajibannya dengan kemauannya sendiri tanpa dipaksakan, saat itulah remaja belajar mengatur dirinya dan disiplin dalam menggunakan *gadget* (Nugraheni, 2017).

Menurut Rahmat (2018), pada era digital, pola pengasuhan yang dibutuhkan remaja adalah pola asuh yang demokratis atau *authoritative*. Pola asuh demokratis berupaya membantu remaja agar bersikap kritis terhadap pengaruh-pengaruh negatif dari era digital, membentuk karakter remaja agar mampu mengendalikan diri berhadapan dengan pengaruh-pengaruh yang destruktif dari penggunaan media digital.

Pola asuh demokratis membuat remaja lebih mudah menerima pengaruh orang tua karena orang tua tidak memaksakan kepercayaan remaja, tetapi sebaliknya memberikan remaja alasan dan penjelasan untuk mengadopsi perilaku, tindakan, dan nilai tertentu termasuk perilaku, tindakan dan nilai tertentu dalam menggunakan *gadget* (Moazedian dkk, 2014).

KESIMPULAN

Ada hubungan negatif antara persepsi pola asuh demokratis dengan kecanduan *gadget* pada remaja awal kelas VIII di SMP X Kabupaten Sleman tahun ajaran 2019/2020. Semakin tinggi persepsi pola asuh demokratis, maka kecanduan *gadget* cenderung semakin rendah. Sebaliknya semakin rendah persepsi pola asuh demokratis, maka kecanduan *gadget* cenderung semakin tinggi. Pola asuh demokratis akan membentuk karakter yang baik pada remaja seperti percaya diri, mandiri, kooperatif dengan orang dewasa, mampu mengatasi stress, mampu mengontrol dirinya, bertanggung jawab terhadap tugas dan kewajibannya serta mudah menginternalisasi,

dan menerima nilai serta peraturan. Pola asuh orang tua yang demokratis tidak memaksakan kepercayaan remaja, tetapi sebaliknya memberikan alasan dan penjelasan untuk mengadopsi perilaku, tindakan, dan nilai-nilai tertentu, termasuk perilaku, tindakan dan nilai tertentu dalam menggunakan *gadget* sehingga membuat remaja lebih mudah menerima dan menginternalisasi tindakan, perilaku dan nilai-nilai dari orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Abedini, Y., Zamani, B., Kheradmand, A., & Rajabiz, G. (2012). Impacts of mothers' occupation status and parenting styles on levels of self-control, addiction to computer games, and educational progress of adolescents. *European Psychiatry*, 4, 102–110. [https://doi.org/10.1016/s0924-9338\(15\)30399-0](https://doi.org/10.1016/s0924-9338(15)30399-0).
- Arifin, Z. (2015). Perilaku remaja pengguna gadget; Analisis teori sosiologi pendidikan. *Jurnal Pemikiran Keislaman*, 26(2), 287–316. <https://doi.org/10.33367/tribakti.v26i2.219>.
- Azwar, S. (2016). *Metode penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Desiningrum, D. R., Indriana, Y., & Siswati. (2017). Intensi penggunaan gadget dan kecerdasan emosional pada remaja awal. *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia (1)*, 65–71.
- Kominfo. (2014). *Riset Kominfo dan UNICEF mengenai perilaku anak dan remaja dalam menggunakan internet*. Retrieved from https://kominfo.go.id/index.php/content/detail/3834/Siaran+Pers+No.+17-PIH-KOMINFO-2-2014+tentang+Riset+Kominfo+dan+UNICEF+Mengenai+Perilaku+Anak+dan+Remaja+Dalam+Menggunakan+Internet+/0/siaran_pers.
- Marpaung, J. (2018). Pengaruh penggunaan gadget dalam kehidupan. *Jurnal KOPASTA*, 5(2), 55-64.
- Moazedian, A., Taqavi, S. A., Hosseinialmadani, S., Mohammadyfar, M. A., & Sabetimani, M. (2014). Parenting style and internet addiction. *J. Life Sci. Biomed. Journal Homepage: J. Life Sci. Biomed*, 4(41), 9–14. Retrieved from <http://jlsb.science-line.com/>.
- Nevid, J. (2017). *Psikologi konsepsi dan aplikasi*. Bandung: Nusa Media.
- Nugraheni, D. (2017). *Pola asuh orangtua pada remaja yang kecanduan bermain game online*. Diunduh dari <http://prints.umm.ac.id/438421/jiptumm>.
- Rahmat, S. T. (2018). Pola asuh yang efektif untuk mendidik anak di era digital. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan Missio*, 10(2), 143–161.
- Rusmini. (2016). Gadget dan prestasi belajar pada usia 13-15 tahun di SMP Cahaya di Jl. Bulak Banteng Lor No. 68 Surabaya. *Jurnal Ners Lentera*, 4(1), 74–81.
- Santrock, J. W. (2012). *Perkembangan masa hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, A. P., Ilyas, A., & Ifdil, I. (2018). Tingkat kecanduan internet pada remaja awal. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 3(2), 45. <https://doi.org/10.29210/02018190>.
- Soetjiningsih, C. H. (2018). *Perkembangan anak sejak pembuahan sampai kanak-kanak akhir*. Depok: Pranadamedia Group.
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif R&B*. Bandung: Alfabeta.
- Tridhonanto, A. (2014). *Mengembangkan pola asuh demokratis*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo Kelompok.
- Upton, P. (2012). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Wijanarko, J., & Setiawati, E. (2016). *Ayah ibu baik parenting era digital pengaruh gadget pada perilaku dan kemampuan anak*. Jakarta: Keluarga Indonesia Bahagia.
- Young, K. S., & Abreu, C. N. (2017). *Kecanduan internet. panduan konseling dan petunjuk untuk evaluasi dan penanganannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.