

BAB I

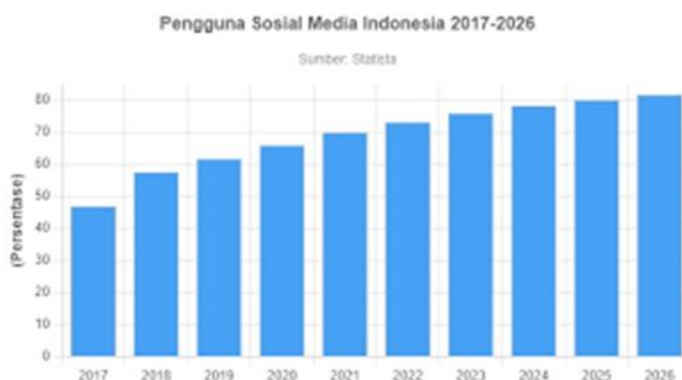
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi informasi yang pesat telah membawa dampak signifikan dalam kehidupan masyarakat, termasuk dalam pola komunikasi dan interaksi dalam keluarga. Mobilitas perangkat digital seperti smartphone, tablet, dan smart TV telah semakin meluas hingga digunakan hampir di setiap sudut rumah. Banyak orang tua saat ini bukan hanya memiliki satu, tetapi lebih dari satu *gadget* yang aktif mereka gunakan setiap hari.

Kehadiran *gadget* ganda ini memudahkan aktivitas produktif maupun komunikasi, penggunaan yang berlebihan juga menimbulkan tantangan baru dalam hubungan orang tua dan anak. Ketergantungan orang tua pada beberapa perangkat ini sering kali mengurangi kualitas interaksi tatap muka dengan anak. Misalnya, orang tua yang sibuk membalas pesan di smartphone sembari menonton video di tablet cenderung kurang hadir emosional dalam percakapan atau bermain bersama anak.

Berdasarkan data dari Statista, pengguna media sosial seperti Instagram, Tiktok, dan Facebook di Indonesia meningkat secara signifikan dari tahun 2017 hingga di perkirakan mencakup sebagian masyarakat hingga tahun 2026. Pertumbuhan ini tidak hanya mencerminkan tingginya adopsi teknologi digital, tetapi juga menimbulkan fenomena *nomophobia* yakni rasa cemas atau berlebihan saat tidak dapat mengakses atau menggunakan ponsel. Kondisi ini semakin banyak ditemukan, terutama di kalangan pengguna aktif media sosial, baik anak-anak, remaja, maupun orang dewasa, sebagai dampak dari keterikatan emosional yang tinggi terhadap perangkat digital.



Gambar 1. 1 Perkembangan Media Sosial

(Sumber: Statista.com)

Fenomena ini juga beriringan dengan munculnya gejala *nomophobia* atau *no mobile phone phobia*, yakni rasa cemas berlebihan ketika tidak memegang atau tidak dapat mengakses ponsel. Ketergantungan terhadap *gadget* untuk mengakses media sosial menjadi salah satu pemicu utama *nomophobia*, termasuk pada anak-anak yang sejak dini sudah terpapar dunia digital. Hal ini menimbulkan tantangan baru dalam pola komunikasi keluarga, di mana pengawasan dan peran orang tua menjadi semakin penting untuk menjaga keseimbangan antara penggunaan teknologi dan interaksi sosial yang sehat di lingkungan keluarga.

Peningkatan ini menegaskan pentingnya pengawasan orang tua terhadap aktivitas digital anak-anak di media sosial. Banyaknya Masyarakat Indonesia yang menggunakan media sosial, termasuk dalam konteks pengawasan orang tua terhadap penggunaan media sosial oleh anak-anak. Hal ini relevan dalam penelitian ini karena semakin banyaknya anak yang terpapar media sosial mengharuskan orang tua untuk menerapkan strategi komunikasi yang efektif dalam mengawasi aktivitas anak di platform digital tersebut.

Kenaikan pengguna *gadget* terlihat semenjak pandemi COVID-19 melanda. Hal tersebut karena terjadi *lockdown*, sehingga penggunaan baik smartphone dan media sosial di kalangan anak-anak semakin meningkat. Hal ini terjadi karena mereka lebih banyak menghabiskan waktu di rumah akibat pembatasan aktivitas di luar. Sekolah yang biasanya dilakukan secara tatap muka, beralih menjadi pembelajaran online melalui platform seperti *Zoom Meeting*, *Google Meet*. Selain itu, tugas-tugas sekolah juga diberikan melalui grup WhatsApp, sehingga anak-anak semakin terbiasa menggunakan *gadget* untuk keperluan belajar.

Akibat seringnya bermain media sosial memungkinkan anak mengalami kesulitan mengelola emosi dan waktu layar yang terlalu lama. Sehingga menyebabkan tantrum. Hal ini bisa terjadi karena kurangnya pengawasan sehingga anak terpapar konten yang kurang sesuai, mengalami interaksi negatif, atau merasa kecewa karena ekspektasi mereka saat menggunakan media sosial tidak terpenuhi.

Tantrum seperti ini juga bisa menjadi tanda bahwa anak membutuhkan arahan untuk memahami batasan dan cara bijak menggunakan media sosial. Orang tua dapat mendampingi anak, menetapkan waktu penggunaan yang wajar, dan mengajarkan cara mengelola emosi serta berinteraksi dengan baik. Selain itu, mengajak anak melakukan aktivitas di luar media sosial, seperti bermain di luar rumah atau menekuni hobi, bisa membantu mengurangi frekuensi tantrum mereka.

Fenomena *nomophobia* ketakutan berlebihan ketika seseorang tidak memegang atau kehilangan akses ponsel semakin merebak di Indonesia, terutama di kalangan anak-anak Generasi Z dan Generasi Alpha. Hal ini sejalan dengan meningkatnya durasi *screen time* atau waktu yang dihabiskan depan layar, baik untuk mengakses media sosial, bermain game, maupun menonton video. Berdasarkan laporan terkini dari berbagai survei nasional, anak-anak

Indonesia rata-rata menghabiskan waktu lebih dari tiga hingga lima jam per hari di depan layar (kabarbaik.co, 2024), melebihi batas waktu ideal yang direkomendasikan oleh para ahli kesehatan anak. Penggunaan perangkat digital yang masif sejak usia dini ini menimbulkan kekhawatiran, karena dapat berdampak pada kesehatan mental, perkembangan sosial, serta kualitas tidur dan konsentrasi anak. Dalam konteks ini, *nomophobia* dan *screentime* bukan hanya persoalan teknologi, tetapi juga menjadi tantangan serius dalam pengasuhan anak di era digital, yang memerlukan perhatian dan keterlibatan aktif dari orang tua serta lembaga pendidikan.

Pada era sekarang, banyak orang tua yang memberikan *smartphone* kepada anak balita untuk bermain *gadget*, bahkan untuk mengakses media sosial tentunya TikTok. Seharusnya anakanak berusia balita belum seharusnya di berikan *smartphone*. Banyak orang tua yang belum sepenuhnya memahami dampak negatif dari kebiasaan ini. Tanpa disadari, penggunaan *smartphone* sejak dini menimbulkan berbagai dampak negatif, seperti gangguan pada perkembangan sosial dan emosional anak, kecanduan perangkat digital, serta keterlambatan bicara dikarena waktu yang dihabiskan depan layar bisa mengurangi waktu anak untuk berbicara atau mendengarkan percakapan langsung dan tentu mempengaruhi kemampuan anak untuk fokus dan berkonsentrasi pada kegiatan yang membutuhkan perhatian penuh.

Pengawasan Orang Tua adalah serangkaian upaya yang dilakukan oleh orang tua untuk memantau, mengarahkan, dan mengontrol aktivitas anak, terutama dalam penggunaan media sosial. Pengawasan ini bertujuan untuk melindungi anak dari dampak negatif seperti kecanduan, dan konten tidak pantas, sekaligus membantu mereka menggunakan media secara bijak. Menurut (Sunita & Mayasari, 2018), pengawasan adalah tindakan memantau, menjaga, atau mengarahkan perilaku seseorang untuk mencapai tujuan tertentu. Dalam konteks ini, pengawasan orang tua melibatkan aspek psikologis, dan praktis yang mencakup pendekatan emosional, serta pengaturan waktu dan akses pada media sosial.

Orang tua merupakan sosok yang memiliki peran penting dalam tumbuh kembang anak, termasuk dalam membentuk karakter, nilai, dan perilaku mereka. Di era digital saat ini, peran orang tua semakin kompleks dengan adanya media sosial yang dapat mempengaruhi anak baik secara positif maupun negatif. Oleh karena itu, orang tua diharapkan dapat berperan aktif dalam mengawasi penggunaan media sosial pada anak untuk memastikan konten yang dikonsumsi sesuai dan aman.

Pada era sekarang banyak orang tua memberikan *smartphone* kepada anak agar tidak tantrum atau di sebut *screentime*. Fenomena *screentime* dalam keluarga masa kini, anak-anak tumbuh dalam lingkungan yang sangat akrab dengan teknologi digital, sehingga penggunaan *gadget* menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan anak. Peran orang tua sangat krusial dalam mengawasi dan membimbing penggunaan *gadget* pada anak usia dini. pendampingan yang tepat dapat membantu anak memanfaatkan teknologi secara positif dan menghindari dampak negatif yang timbul.

Dampak negatif seperti kecanduan *gadget* yang menjadi salah satu isu sosial yang berpengaruh besar terhadap hubungan keluarga. Kecanduan ini sering memicu konflik, seperti berkurangnya komunikasi antara anggota keluarga, penurunan kualitas emosional, dan perubahan perilaku anak maupun orang dewasa dalam keluarga. Penyebab kecanduan *gadget* banyak mempengaruhi beberapa faktor internal dan eksternal. Dan memiliki dampak negatif seperti interaksi keluarga dikarenakan anak lebih sering fokus *gadget* dibandingkan berkomunikasi dengan orang tua, yang menyebabkan kesenjangan emosional.

Penggunaan media sosial yang tinggi di kalangan anakanak dan remaja ini memunculkan tantangan tersendiri, terutama bagi orang tua yang bertanggung jawab dalam mengawasi aktivitas digital anak-anak mereka. Anak-anak sering kali menghabiskan waktu berjam-jam di media sosial tanpa pengawasan yang memadai, sehingga orang tua perlu mempersiapkan diri dengan pengetahuan dan strategi yang tepat dalam mengawasi penggunaan teknologi ini. (Pratiwi, 2018).

Pengawasan orang tua sangat diperlukan utamanya kepada anak usia dini. Pengawasan yang dilakukan oleh orang tua terhadap anak di media sosial tidak hanya sebatas pelarangan atau pengawasan fisik. Orang tua tentu perlu mengedukasi, memberikan pemahaman, serta membuka ruang diskusi yang positif dan sehat kepada anak terkait penggunaan media sosial. Komunikasi yang baik antara orang tua dan anak diyakini mampu mencegah dampak negatif dan meningkatkan literasi digital anak.

Dalam meningkatkan literasi digital anak tentunya terdapat tantangan dalam menciptakan keseimbangan antara memberikan kebebasan kepada anak-anak untuk bereksplorasi dan menjaga keamanan mereka di dunia digital. Pendekatan yang terlalu ketat sering kali dapat menimbulkan perlawanan dari anak-anak, sementara pendekatan yang terlalu longgar dapat meningkatkan risiko anak terpapar konten yang tidak sesuai.

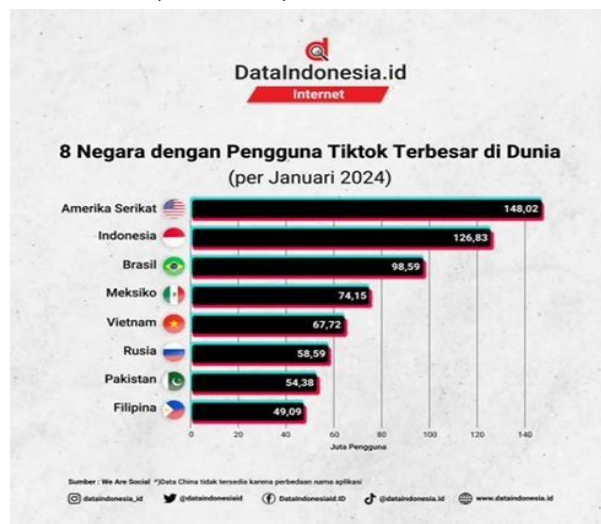
Komunikasi yang terbuka sangat penting dalam keluarga. Hal ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan (Fardiah, 2019) di Indonesia menunjukkan bahwa kurangnya komunikasi terbuka antara orang tua dan anak sering kali menjadi penyebab terjadinya penyalahgunaan media sosial oleh anak. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memiliki komunikasi yang tepat, seperti memposisikan diri sebagai teman, sehingga anak merasa nyaman untuk berbagi pengalamannya di media sosial.

Peran orang tua dalam pengawasan media sosial bukan hanya tanggung jawab keluarga, tetapi juga melibatkan sekolah dan masyarakat. Selain orang tua kolaborasi antar guru, dan institusi pendidikan dapat membantu literasi digital yang kuat bagi anak-anak. (Kurniawati, 2022) dalam penelitiannya menyoroti pentingnya pendidikan literasi di sekolah sebagai upaya preventif agar anak-anak memahami bagaimana menggunakan media sosial dengan bijak dan bertanggung jawab.

Kurangnya kolaborasi antara orang tua, guru dan institusi pendidikan menyebabkan kejadian seperti SD di Situbondo, Jawa Timur, dimana beberapa siswa Sekolah Dasar melukai tangannya sendiri menggunakan pisau *cutter*(barcode). Tindakan ini dilakukan sebagai bentuk trend yang tengah viral di media sosial. Perilaku ini menarik perhatian guru, orang tua dan pemerintah karena di nilai berbahaya bagi mental dan tidak sesuai dengan usia anak-anak tersebut. Guru dari salah satu sekolah di Situbondo mengungkapkan kekhawatirannya terhadap dampak media sosial terhadap anak-anak serta perlu pengawasan yang lebih intensif dari pihak keluarga untuk mencegah anak-anak terpengaruh oleh tren negatif di media sosial. (Fahmi,2023).

Penggunaan TikTok yang berlebihan juga berpotensi menimbulkan kecanduan, menurunkan sensitivitas sosial, serta mendorong perilaku yang tidak diharapkan. Hal tersebut seperti pada kejadian di Surabaya terdapat 3.000 anak dan remaja mengalami gangguan jiwa sehingga di rawat di RSJ Menur Surabaya dikarenakan kecanduan gadget (Amaluddin, 2024). Di Bandung barat terdapat siswa SMP meninggal akibat kecanduan bermain game. (Detiknews, 2021). Di Jawa barat terdapat 100 pasien berumur 15-17 tahun bahkan ada 3,5 tahun RSJ dikarenakan kecanduan game. (Rachmawati, 2019)

Pengguna TikTok lebih banyak digunakan oleh anakanak, dibandingkan media sosial lainnya. Hal ini sejalan dengan We Are Social, TikTok telah mengalami perkembangan pesat di Indonesia. Pada Januari 2024, jumlah pengguna TikTok di Indonesia mencapai 126,83 juta, meningkat 19,1% dari tiga sebelumnya. Indonesia menjadi negara dengan pengguna TikTok terbesar kedua di dunia setelah Amerika Serikat. (JSP, 2024)



Gambar 1. 2 Perkembangan TikTok Secara Besar

(Sumber: Instagram @dataindonesia.id)

Namun, pada Juli 2024 menunjukkan bahwa Indonesia telah menjadi negara dengan jumlah pengguna TikTok terbesar di dunia, mencapai 157,6 juta pengguna, melampaui Amerika Serikat yang memiliki 120,5 juta pengguna. Khususnya Generasi Z dan Alpha membuat penggunaan TikTok sangat tinggi. Akses internet yang semakin mudah dan merata juga mendukung hal ini. Selain itu, konten TikTok yang sesuai dengan budaya lokal dan banyaknya influencer yang aktif membuat aplikasi ini semakin digemari. TikTok juga digunakan bukan hanya untuk hiburan, tapi juga untuk bisnis, edukasi, dan kampanye sosial.



Gambar 1. 3 10 Negara TikTok Terbesar

(Sumber: Goodstats)

Untuk penggunaan TikTok di kalangan anak-anak Generasi Alpha di Indonesia telah menjadi perhatian serius karena dampak negatifnya yang cukup signifikan. Pada Gambar 1.3 Indonesia Penelitian yang dilakukan oleh (Mardiana, et. al, 2024) menunjukkan bahwa mayoritas remaja, khususnya mereka yang menggunakan TikTok dalam durasi yang tinggi, mengalami peningkatan stress dan gangguan kecemasan. Hal ini erat kaitannya dengan paparan konten yang sering kali memicu perbandingan sosial, membuat remaja merasa tidak percaya diri, minder, bahkan meragukan nilai diri mereka.

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Helen, et al. 2024) terhadap siswa MTS, ditemukan bahwa penggunaan aplikasi TikTok secara berlebihan memberikan dampak negatif terhadap konsentrasi belajar siswa. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa fitur-fitur menarik pada TikTok, seperti filter kreatif, tantangan viral, dan algoritma yang terus menyesuaikan konten sesuai minat pengguna, membuat siswa sulit untuk mengendalikan durasi penggunaannya. Beberapa siswa dilaporkan menghabiskan waktu 3-5 jam per hari untuk scrolling TikTok, yang secara langsung mengganggu fokus mereka terhadap

pembelajaran. Dampak tersebut diperparah dengan kebiasaan begadang untuk menonton live streaming, yang menyebabkan kelelahan fisik dan mengurangi kemampuan siswa untuk memahami materi pelajaran. Jika dibiarkan, hal ini berpotensi menurunkan prestasi akademik mereka.

Keluarga memegang peran penting dalam memberikan pengawasan dan bimbingan kepada anak-anak dalam menggunakan aplikasi seperti TikTok. Cara menyampaikan pesan antara orang tua dan anak atau pola komunikasi keluarga menjadi faktor kunci dalam memastikan anak-anak memanfaatkan teknologi secara bijaksana. Pola komunikasi yang terbuka, suportif, dan berdasarkan nilai-nilai lokal yang kuat dapat membantu anak memahami batasan penggunaan aplikasi dan dampaknya terhadap perkembangan mereka. Namun, tantangan muncul ketika orang tua kurang memiliki pengetahuan mengenai aplikasi tersebut atau kurang mampu menerapkan pengawasan yang efektif.

Pola komunikasi merujuk pada cara atau metode yang digunakan individu atau kelompok untuk menyampaikan pesan, memahami informasi, dan berinteraksi satu sama lain. Pola ini bisa berbentuk verbal maupun nonverbal dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti budaya, hubungan antarindividu, dan situasi komunikasi. Salah satu pola komunikasi yang sering ditemukan adalah komunikasi satu arah. Dalam pola ini, pengirim pesan memberikan informasi kepada penerima tanpa ada timbal balik secara langsung. Contohnya, komunikasi dalam berbentuk ceramah atau pidato. Pola ini efektif untuk menyampaikan informasi secara cepat, tetapi kurang mendukung interaksi.

Komunikasi dalam keluarga berperan penting dalam membentuk kesejahteraan psikologis remaja. Pola komunikasi yang terbuka dan mendukung telah terbukti dapat menurunkan stress pada anak. Sementara konflik, dan kontrol yang berlebihan meningkatkan risiko stress dan kecemasan. Selama masa-masa sulit seperti pandemi COVID-19, komunikasi keluarga yang positif menjadi faktor kunci dalam menjaga kesehatan mental remaja. Dengan menciptakan lingkungan yang mendukung, keluarga dapat menghadapi tekanan hidup dan meningkatkan harga diri mereka. (Almadina Rakhmaniar, 2023)

Perbedaan generasi orang tua dan anak sering kali membuat komunikasi menjadi sulit. Orang tua cenderung lebih konservatif dalam menggunakan teknologi, sementara anakanak lebih adaptif dan terbiasa dengan kecepatan teknologi yang berkembang pesat. Hal ini menyebabkan kesenjangan pemahaman mengenai apa yang dianggap aman atau pantas di dunia digital. (Livingstone, 2015).

Anak-anak lahir pada tahun 2010 atau biasa disebut generasi Alpha cenderung menyukai TikTok karena platform ini menawarkan cara yang seru dan kreatif untuk mengekspresikan diri. Mereka tumbuh di era teknologi yang serba cepat, sehingga aplikasi konten pendek, visual menarik, dan algoritma yang personal terasa sangat cocok dengan gaya hidup mereka. TikTok juga memberikan ruang untuk mereka belajar, bermain, dan terhubung dengan orang-orang dari seluruh dunia melalui video yang seringkali lucu, inspiratif, atau informatif. Selain itu, tantangan, tren, dan musik yang viral membuat mereka

merasa menjadi bagian dari sesuatu yang besar, menciptakan rasa kebersamaan yang mereka nikmati. Tanpa disadari, TikTok menjadi tempat di mana mereka bisa mengeksplorasi minat dan bakat, sambil tetap terhibur dan merasa relevan dengan komunitas digital mereka.

Pengaruh Generasi Alpha yang menyukai bermain TikTok dapat dilihat dari bagaimana platform ini mempengaruhi kebiasaan, pola pikir, dan cara mereka berinteraksi. Gen Alpha yang bertumbuh di era teknologi, memiliki akses yang luas ke teknologi sejak usia dini. Kecenderungan untuk mengonsumsi dan membuat konten kreatif di TikTok tidak hanya meningkatkan kemampuan mereka dalam berkomunikasi visual, tetapi juga membentuk preferensi mereka terhadap hiburan yang bersifat singkat dan interaktif.

Di sisi lain, waktu yang dihabiskan untuk bermain TikTok juga dapat membawa dampak negatif, seperti kurangnya konsentrasi terhadap tugas, tantrum dan ketergantungan pada validasi sosial melalui *likes* dan komentar. Dengan demikian, pengaruh TikTok terhadap gen Alpha sangat bergantung pada bagaimana platform ini digunakan baik sebagai alat kreativitas dan pembelajaran, atau sebagai sarana hiburan semata yang berpotensi mengurangi produktivitas mereka.

Generasi Alpha tidak kalah dengan Generasi Z dalam mengikuti perkembangan zaman. Mereka sangat memahami tren terkini dan selalu sigap membuat konten di TikTok. Selain itu, Generasi Alpha juga memiliki istilah-istilah unik yang mungkin belum banyak diketahui, seperti "*rizz*," yang merujuk pada karisma atau daya tarik seseorang, serta "*gyatt*," yang digunakan untuk menggambarkan ekspresi terkejut. Berbagai tren seperti ini, termasuk istilah "*mewing*" dan "*sigma boy*," menjadi populer di platform TikTok, mencerminkan kreativitas dan keunikan generasi ini.

Banyak konten di TikTok sekarang kurang cocok untuk Generasi Alpha. Misalnya, beberapa video komedi mengandung humor yang tidak sesuai untuk anak-anak, seperti lelucon dewasa, kasar, atau diskriminatif. Ada juga tren dance dengan lagu-lagu berisi lirik eksplisit, seperti WAP Challenge. Tren berbahaya seperti *Cutter Challenge* bahkan mendorong anakanak untuk melukai diri sendiri, yang bisa sangat berisiko. Selain itu, ada konten *bullying* yang merendahkan penampilan orang lain dan dapat merusak kepercayaan diri anak-anak.

Pengguna media sosial di Indonesia Timur semakin berkembang, tidak hanya sebagai sarana komunikasi tetapi juga sebagai medium untuk memperkuat koneksi sosial dan ekonomi. Namun, tantangan seperti akses internet yang tidak merata serta literasi digital yang terbatas masih menjadi hambatan utama. Dalam konteks ini, penting untuk mendorong penggunaan media sosial secara bijak demi mendukung Pembangunan sosial dan budaya di wilayah tersebut. (Jovanni,2024).

Dampak negatif dari *gadget* bukan hanya terjadi di daerah Indonesia Barat tetapi telah terjadi juga di Indonesia Timur seperti di Papua. Menurut (Papua, 2022) Artikel dari Seputar Papua membahas peningkatan kasus kejahatan seksual terhadap anak di Timika. Psikolog anak, Siti Masitha, mengaitkan

fenomena ini dengan kurangnya perhatian orang tua, yang membuat anak rentan menjadi korban. Ia menekankan bahwa pentingnya pengawasan orang tua terhadap aktivitas anak, terutama dalam penggunaan media sosial seperti Tiktok, yang dapat menjadi sarana penyebaran konten tidak pantas. Masitha juga menyarankan agar orang tua membangun komunikasi yang baik dengan anak dan memberikan edukasi mengenai bahaya kejahatan seksual. Selain itu, peran pemerintah dan masyarakat dalam memberikan edukasi dan perlindungan kepada anak-anak sangat diperlukan untuk mencegah kasus serupa di masa depan.

Pada wilayah Papua Timur tepatnya di Mimika adalah yang lokasinya cukup terpencil dibandingkan daerah lain juga mulai terpapar dampak negatif bermain *gadget*. Hal tersebut yang menjadikan alasan peneliti memilih Mimika sebagai tempat penelitian. Selain itu karena wilayah tersebut dihuni banyak pendatang dengan tingkat ekonomi yang relatif tinggi.



Gambar 1. 4 Perkembangan Inflansi Kabupaten Mimika Taun 2022-2024

(Sumber: Badan Pusat Statistika (BPS) Kabupaten Mimika)

Berdasarkan gambar 1.4 dapat disimpulkan bahwa kesibukan orang tua yang padat sering membuat anak-anak diberikan *gadget* untuk menenangkan mereka. Akibatnya, penggunaan media sosial seperti TikTok oleh anak-anak menjadi perhatian, apalagi di tengah rendahnya pemahaman digital para orang tua.

Selain itu, Mimika adalah kabupaten di Papua Tengah yang menjadi rumah bagi salah satu tambang emas dan tembaga besar di Indonesia, yang di Kelola oleh PT Freeport Indonesia. Perusahaan ini memainkan peran penting dalam perekonomian daerah, memberikan lapangan kerja bagi lapisan masyarakat, termasuk pegawai lokal dari Papua, pegawai nasional dari seluruh Indonesia, hingga pegawai internasional dari berbagai negara.



Gambar 1. 5 Gambar Barak Karyawan PT. Freeport Indonesia

(Sumber: detik.com)

Operasional tambang ini tidak hanya berdampak pada ekonomi, tetapi juga pada kehidupan sosial masyarakat Mimika. Banyak warga yang terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam kegiatan pertambangan dan layanan pendukungnya. Sementara, itu keberadaan tenaga kerja internasional menciptakan lingkungan kerja yang unik di kawasan ini.

Terdapat beberapa Penelitian tentang pola komunikasi yaitu (Kurniasih, 2024) menunjukkan bahwa bahwa orang tua di Desa Sukaratu cenderung menerapkan pola komunikasi pluralistik dan protektif dan mengawasi anak saat menonton TikTok, dengan hambatan seperti kurangnya pemahaman orang tua tentang teknologi dan kesibukan sehari-hari. Selain itu, studi oleh (Ratumakin, etal. 2023) menekankan pentingnya komunikasi terbuka antara orang tua dan anak untuk menciptakan lingkungan yang sehat dalam penggunaan media sosial. Dengan demikian, pemahaman yang baik tentang perbedaan dan penerapan pola asuh serta pola komunikasi yang efektif dapat membantu orang tua dalam mengawasi dan membimbing anak dalam penggunaan aplikasi TikTok secara bijak.

Penelitian mengenai Analisis Komunikasi Orang Tua dalam Pengawasan Kepada Anak Nomophobia di Kabupaten Mimika, Papua Tengah dapat mencakup beberapa pendekatan yang saling melengkapi. Pendekatan kualitatif dapat digunakan untuk menggali secara mendalam pola komunikasi yang diterapkan oleh orang tua dalam menghadapi anak-anak yang menunjukkan gejala nomophobia, termasuk bagaimana orang tua menyampaikan pesan, menetapkan aturan, serta memberikan dukungan emosional. Sementara itu, pendekatan deskriptif dapat membantu memetakan bentuk-bentuk pengawasan yang dilakukan, baik secara langsung maupun tidak langsung, serta mengidentifikasi peran media sosial secara tidak langsung, serta

mengidentifikasi peran media sosial dan perangkat digital dalam kehidupan anak-anak. Penelitian ini juga dapat memanfaatkan pendekatan studi kasus untuk memahami dinamika dalam keluarga tertentu di Mimika yang memiliki anak dengan kecenderungan kecanduan gawai. Selain itu, pendekatan fenomenologis bisa digunakan untuk menelaah pengalaman subjektif orang tua dan anak dalam mengalami konteks penggunaan gadget dan kecemasan yang muncul saat kehilangan akses ke perangkat tersebut. Pendekatan-pendekatan ini akan memberikan gambaran holistik mengenai cara komunikasi keluarga berperan dalam pencegahan dan penanganan *nomophobia* di kalangan anak-anak Generasi Alpha di wilayah tersebut.

Penelitian mengenai Analisis Komunikasi Orang Tua dalam Pengawasan Kepada Anak *Nomophobia* di Kabupaten Mimika, Papua Tengah, perkembangan akses terhadap internet dan gadget mulai meningkat, namun belum selalu diiringi dengan literasi digital yang memadai, baik dari sisi anak maupun orang tua. Hal ini membuat pengawasan dan pola komunikasi dalam keluarga menjadi sangat penting untuk dikaji. Melalui penelitian ini, dapat diungkap bagaimana peran orang tua dalam mengarahkan penggunaan teknologi secara bijak, serta bagaimana strategi komunikasi yang efektif mampu mengurangi risiko kecanduan dan gangguan psikologis akibat *nomophobia*. Selain itu, kajian ini juga memberikan kontribusi terhadap pemahaman tentang tantangan dan praktik komunikasi keluarga di wilayah Indonesia Timur yang seringkali belum banyak terangkat dalam penelitian nasional.

Penelitian tentang Pola Komunikasi Keluarga dalam Pengawasan Aplikasi TikTok pada Anak di Kabupaten Mimika, Papua Tengah sangat relevan karena dapat memberikan wawasan pentingnya peran keluarga dalam membentuk pola komunikasi yang efektif terkait dengan penggunaan media sosial oleh anak-anak. Penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam memahami bagaimana keluarga mengatur dan mengawasi penggunaan aplikasi seperti TikTok untuk melindungi anak-anak dari potensi dampak negatif yang dapat ditimbulkan oleh aplikasi tersebut. Berdasarkan apa yang di paparkan, penulis mengambil judul **ANALISIS KOMUNIKASI ORANG TUA DALAM PENGAWASAN ANAK *NOMOPHOBIA* DI KABUPATEN MIMIKA, PAPUA TENGAH.**

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana pola yang diterapkan oleh orang tua dalam membimbing anak yang mengalami kecenderungan *nomophobia* di Kabupaten Mimika, Papua Tengah?
2. Apa saja hambatan yang dihadapi oleh orang tua dalam membangun komunikasi yang efektif untuk mengawasi anak yang menunjukkan gejala *nomophobia*?

C. Tujuan dan kegunaan penelitian

1) Tujuan penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu:

- a) Mengetahui pola komunikasi yang diterapkan oleh orang tua dalam membimbing dan mengarahkan anak yang mengalami kecenderungan *nomophobia*.
- b) Mengetahui hambatan yang dihadapi oleh orang tua dalam membangun komunikasi yang efektif guna mengawasi anak yang menunjukkan tanda-tanda ketergantungan terhadap perangkat digital (*nomophobia*)

2) Kegunaan penelitian

a) Kegunaan Teoritis

Penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu komunikais, khususnya dalam studi komunikasi orang tua terkait pengawasan digital dan permasalahan *nomophobia*.

b) Kegunaan praktis

Penelitian ini dapat menjadi pedoman bagi orang tua dalam menerapkan pola komunikasi yang efektif untuk menghadapi dan mengatasi gejala *nomophobia* pada anak. Selain itu, hasil penelitian ini dapat digunakan oleh pendidik dan pembuat kebijakan untuk merancang strategi pendampingan anak dalam penggunaan teknologi secara sehat dan seimbang.

D. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual merupakan kerangka berpikir yang menjelaskan hubungan antara konsep atau variable yang akan di teliti. Konsep yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah Pola Komunikasi Keluarga dalam Pengawasan Aplikasi TikTok pada Anak di Kabupaten Mimika, Papua Tengah. Pada kerangka konseptual penelitian, peneliti mengambil dan memilih beberapa definisi yang sesuai dengan apa yang diteliti. Kerangka konseptual ini dibangun dari konsep-konsep utama yang terkait dengan pengawasan media sosial, strategi komunikasi orang tua, dan faktor-faktor yang mempengaruhi pengawasan.

1) Komunikasi Orang Tua

Komunikasi orang tua merupakan proses pertukaran pesan, informasi, nilai, serta emosi antara orang tua dan anak yang berlangsung dalam lingkungan keluarga. Komunikasi ini menjadi dasar dari proses pengasuhan dan pendidikan karakter anak, terutama dalam membentuk perilaku sosial, sikap moral, serta cara anak merespons lingkungan sekitarnya.

Dalam konteks perkembangan teknologi dan arus digitalisasi, komunikasi orang tua mengalami tantangan yang signifikan. Orang tua dituntut untuk tidak hanya menjadi pengasuh dalam pengertian tradisional, tetapi juga sebagai pendamping digital yang mampu membimbing anak dalam menggunakan media sosial, internet, dan perangkat elektronik secara bijak. Adapun karakteristik komunikasi dalam keluarga inti sebagai berikut:

1. Karakteristik Komunikasi

Komunikasi dalam keluarga ini bersifat intensif karena anggota keluarga tinggal bersama dan terlibat langsung dalam kehidupan sehari-hari. Hubungan ini cenderung didasarkan pada kepercayaan, empati, dan saling mendukung.

2. Fungsi Komunikasi

- 1) Bertujuan untuk membangun keakraban dan kepercayaan antara anggota keluarga.
- 2) Menyampaikan nilai dan norma kepada anak-anak.
- 3) Melalui diskusi yang melibatkan semua anggota.
- 4) Konflik dapat terjadi karena perbedaan persepsi, gaya komunikasi antara orang tua dan anak.

Komunikasi yang melibatkan dialog dua arah antara orang tua dan anak dapat menciptakan lingkungan yang terbuka dan mendukung, di mana anak merasa nyaman berbagi pengalaman mereka di media sosial. Pendekatan komunikasi yang terbuka dan konstruktif dapat meningkatkan efektivitas pengawasan orang tua. (Suharti,2020).

Dalam konteks komunikasi orang tua dan anak terkait pengawasan media sosial, strategi komunikasi yang efektif akan melibatkan kombinasi antara pemahaman tentang perilaku anak, dialog yang terbuka, serta penggunaan teknologi dan media yang tepat. Strategi ini juga melibatkan cara menyampaikan aturan, nasihat, dan pemahaman yang sesuai dengan situasi dan kondisi anak. Sehingga anak dapat memahami dan menerima pesan dengan baik. Berdasarkan berbagai literatur dan penelitian, strategi komunikasi ini dapat menjadi beberapa pendekatan yaitu:

a. Komunikasi Terbuka

Komunikasi terbuka adalah dimana pendekatan keluarga menciptakan suasana agar kondusif untuk berdialog secara dua arah dan anak. Orang tua tidak hanya memberi arahan, tetapi juga mendengarkan pandangan dan pendapat anak. Komunikasi ini bertujuan untuk membangun rasa saling percaya antara orang tua dan anak. Manfaat komunikasi terbuka ini dapat meningkatkan rasa saling percaya anak terhadap orang tua, sehingga anak lebih cenderung untuk terbuka mengenai aktivitasnya di berbagai media sosial. Dan juga membuat anak lebih mudah menerima nasihat orang tua terkait risiko dan bahaya di dunia digital.

b. Komunikasi otoritatif

Komunikasi otoritatif adalah strategi dimana orang tua menetapkan aturan yang tegas disertai dengan alasan yang logis dan penjelasan yang baik. Orang tua bersikap tegas, namun tetap memberikan ruangan bagi anak untuk bernegosiasi atau berdiskusi tentang aturan yang diterapkan.

Ciri-ciri komunikasi otoritatif:

1. Orang tua menetapkan batasan dan aturan yang jelas terkait penggunaan gadget, media sosial. Misalnya, orang tua menggunakan fitur batas waktu penggunaan media sosial dan jenis konten yang boleh di akses.
2. Orang tua mengizinkan anak untuk ikut serta dalam penyusunan aturan, sehingga anak dapat merasa di dengarkan oleh orang tua.
3. Ada keseimbangan antara kontrol dan kebebasan yang diberikan kepada anak.

Strategi komunikasi otoritatif dalam menciptakan disiplin pada anak tanpa anak merasa terkekang. Pendekatan ini memungkinkan anak untuk memahami alasan di balik aturan dan mematuhi dengan lebih baik

c. Komunikasi otoriter

Komunikasi otoriter adalah pendekatan di mana orang tua dan anak menerapkan control yang ketat terhadap anak, dengan menetapkan aturan tanpa memberikan penjelasan yang memadai. Orang tua lebih banyak memaksakan aturan dan tidak memberikan ruangan untuk negosiasi. Ciri-ciri komunikasi otoriter:

1. Orang tua menerapkan aturan yang ketat dan anak diharapkan untuk patuh tanpa pertanyaan.
2. Tidak ada diskusi atau negosiasi aturan yang diterapkan.

Meskipun pendekatan ini dapat efektif dalam jangka waktu pendek untuk menekankan penggunaan media sosial yang berlebihan.

d. Komunikasi kolaboratif

Strategi komunikasi kolaboratif menekankan kerja sama antara orang tua dan anak dalam menyusun aturan dan melakukan pengawasan. Dalam pendekatan ini, orang tua dan anak lebih berperan sebagai mitra yang mendukung anak dalam memahami manfaat dan risiko penggunaan media sosial. Ciri-ciri komunikasi kolaboratif:

1. Orang tua dan anak bekerja sama dalam penyusunan aturan waktu penggunaan media sosial.
2. Orang tua memberikan informasi yang mendalam tentang risiko media sosial, dan anak di dorong untuk mengambil keputusan yang bijak.

Strategi ini memungkinkan anak merasa dihargai dan dipercaya oleh orang tua. Anak cenderung lebih patuh terhadap aturan yang disepakati bersama dan lebih sadar akan dampak negatif di media sosial.

2) Anak

Anak adalah individu yang berada pada tahap perkembangan sejak lahir hingga mencapai usia dewasa. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 35 Tahun 2014 tentang perlindungan anak, anak adalah seseorang yang belum berusia 18 (delapan belas) tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan. Anak pada masa ini membutuhkan perhatian khusus dalam hal pendidikan, pengawasan,

dan perlindungan karena mereka sedang berada dalam tahap perkembangan fisik, mental, sosial, dan emosional.

3) Teori Joseph A. DeVito

Joseph A. DeVito adalah salah satu pakar komunikasi yang dikenal karena kontribusinya dalam memahami pola komunikasi interpersonal. Teori-teorinya sering digunakan untuk menjelaskan bagaimana komunikasi berlangsung dan mempengaruhi hubungan antar manusia. (Birowo, et. al. 2024)

Dalam buku komunikasi antar pribadi DeVito mengatakan bahwa komunikasi Interpersonal adalah komunikasi yang paling efektif untuk mengubah sikap, pendapat, atau perilaku seseorang. Ada lima efektivitas dalam komunikasi interpersonal diantaranya keterbukaan, empati, sikap positif, dukungan (Suciati, 2020):

a) Keterbukaan (*Openness*)

Komunikasi interpersonal yang bersifat efektif wajib terbuka dengan lawan bicaranya. Aspek keterbukaan ini mengarah pada kesediaan komunikator untuk dapat bereaksi secara jujur dengan stimulus yang datang.

b) Empati (*Empathy*)

Empati adalah kemampuan untuk memahami dan merasakan perasaan orang lain seolah-olah kita berada di posisi mereka. Mendefinisikan empati adalah kemampuan seseorang untuk mengetahui apa yang sedang dialami orang lain pada suatu saat tertentu, dari sudut pandang yang lain itu, melalui kacamata orang lain itu. Bersimpati dipihak lain adalah merasakan apa yang dirasakan orang lain, merasakan seperti orang yang mengalaminya (Sari dkk, 2019). Empati bisa membuat seseorang dapat memahami orang lain secara emosional, merasa simpatik, dan mencoba untuk menyelesaikan masalah (Baron Byrne, 2018).

c) Dukungan (*Supportiveness*)

Hubungan interpersonal yang efektif adalah hubungan yang dimana terdapat sikap mendukung (*Supportiveness*). Konsepnya dilakukan berdasarkan oleh karya Jack Gibb. Komunikasi yang terbuka dan penuh empati hanya dapat terjadi dalam lingkungan yang mendukung. Kita dapat menunjukkan sikap mendukung tersebut dengan bersikap deskriptif alih-alih menghakimi, bertindak secara spontan dibandingkan dengan penuh perhitungan, serta bersikap terbuka daripada terlalu yakin pada satu pandangan.

d) Rasa Positif (*Positiveness*)

Komunikasi yang terbuka dan empatik hanya bisa terjadi dalam suasana yang kondusif. Sikap mendukung dapat ditunjukkan dengan cara menyampaikan hal secara deskriptif, bukan menghakimi;

bertindak secara alami, bukan dengan agenda tersembunyi; serta bersikap fleksibel, bukan terlalu yakin pada pendapat sendiri.

e) Kesenjangan (*Equality*)

Dalam berbagai situasi, ketidakesetaraan sering kali muncul, seperti perbedaan dalam kecerdasan, penampilan, kekayaan, dan lain sebagainya. Tidak ada dua individu yang sepenuhnya setara dalam segala aspek. Namun, meskipun ada ketidakesetaraan, komunikasi interpersonal akan lebih efektif jika berlangsung dalam suasana yang setara. Artinya, perlu ada pengakuan tersirat bahwa kedua belah pihak memiliki nilai yang sama dan masing-masing membawa kontribusi yang penting. Dengan kata lain, kesetaraan adalah pengakuan akan nilai dan keberhargaan kedua pihak. Dalam hubungan yang didasari kesetaraan, perbedaan pendapat dan konflik lebih dipahami sebagai cara untuk saling mengerti.

4) Teori Hierarki Maslow

Teori Hierarki Kebutuhan Abraham Maslow adalah model psikologi yang mengklasifikasikan kebutuhan manusia ke dalam lima tingkatan, yang sering digambarkan dalam bentuk piramida. Setiap tingkatan mewakili jenis kebutuhan yang harus dipenuhi sebelum individu dapat beralih ke tingkatan berikutnya. Berikut adalah penjelasan operasional dari setiap tingkatan:

a) Kebutuhan Fisiologis (*Physiological Needs*)

Kebutuhan fisiologis adalah kebutuhan dasar yang penting untuk kelangsungan hidup meliputi makanan, air, udara, tidur, dan tempat tinggal. Dalam praktiknya, memastikan bahwa individu memiliki akses yang cukup terhadap sumber daya ini merupakan langkah awal dalam memenuhi kebutuhan mereka.

b) Kebutuhan Sosial (*Social Needs*)

Kebutuhan sosial berkaitan dengan interaksi sosial, seperti persahabatan, kasih sayang, dan rasa kebersamaan. Secara praktis, menciptakan kesempatan untuk berinteraksi dan membangun komunitas yang mendukung dapat membantu memenuhi kebutuhan ini.

c) Kebutuhan Penghargaan (*Esteem Needs*)

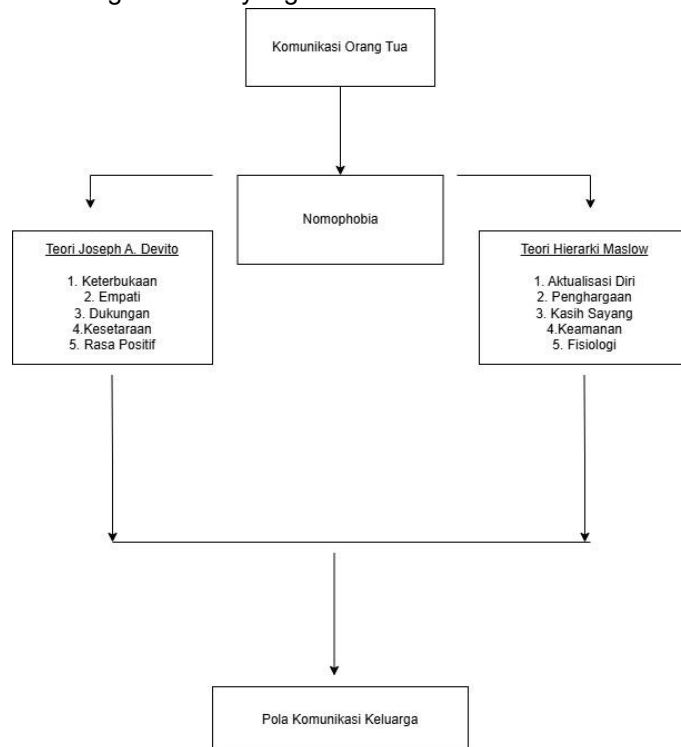
Kebutuhan ini memiliki kebutuhan untuk di hargai dan diakui, baik oleh diri sendiri maupun orang lain. Dalam praktiknya, hal ini dapat mewujudkan melalui pemberian pujian, penghargaan, serta penugasan tanggung jawab yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri.

d) Kebutuhan Aktualisasi Diri (*Self- Actualization Needs*)

Kebutuhan ini merupakan level tertinggi dalam hierarki, di mana individu berupaya mencapai potensi maksimal mereka dan mencari pengembangan diri. Secara praktis, menyediakan peluang untuk

pengembangan pribadi, kreativitas, dan pencapaian tujuan individu adalah cara untuk memenuhi kebutuhan ini.

Dalam penerapan praktis, teori Maslow telah digunakan dalam berbagai bidang, termasuk pendidikan dan manajemen. Misalnya, dalam pendidikan, memahami hierarki kebutuhan siswa dapat membantu pendidik menciptakan lingkungan belajar yang mendukung dan memotivasi. Demikian pula, dalam manajemen, memahami kebutuhan karyawan dapat membantu dalam merancang strategi motivasi yang efektif.



Gambar 1. 6 Bagan Kerangka Konseptual

E. Definisi Operasional

1. Komunikasi Orang Tua

Komunikasi orang tua adalah proses penyampaian pesan secara verbal dan nonverbal dari orang tua kepada anak dalam konteks hubungan keluarga.

2. Pengawasan Orang Tua

Pengawasan orang tua merupakan upaya orang tua dalam membimbing, mengawasi, dan memonitor kegiatan, perilaku, serta perkembangan anak untuk memastikan mereka tumbuh dengan optimal secara fisik, emosional, sosial, dan moral. Tujuan pengawasan ini adalah melindungi anak dari berbagai risiko, membantu mereka mengambil

keputusan yang bijak, serta membentuk kepribadian dan nilai-nilai yang baik.

3. Anak

Anak adalah secara garis besar berarti sesuatu yang lebih kecil, seseorang yang belum dewasa.

4. Nomophobia

Nomophobia adalah ketakutan berlebih yang dialami seseorang saat berada jauh dari ponselnya.

F. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan deksriptif kualitatif untuk mengetahui bagaimana keluarga mengawasi anak saat menggunakan TikTok dan untuk memahami fenomena sosial yang berkaitan dengan Analisis Komunikasi Orang Tua dalam Pengawasan Anak *Nomophobia*. Karakteristik *informan* dalam penelitian ini adalah:

1. Tiga keluarga (Bapak, Ibu, Anak)
2. Menghabiskan waktu dengan gadget
3. Memiliki lebih dari 1 gadget

Di samping itu, pengumpulan data juga menggunakan metode studi Pustaka atau literatur dan internet. Analisis data dikaitkan teori Joseph A. Devito. Teori ini berfokus pada berfokus pada aspek komunikasi interpersonal. Teori ini menekankan pentingnya proses komunikasi yang efektif dalam hubungan antarpribadi, seperti yang terjadi dalam komunikasi keluarga. Dalam pengawasan media sosial, seperti TikTok, teori ini akan membahas bagaimana komunikasi yang terbuka, jelas, dan konstruktif antara orang tua dan anak dapat memengaruhi pemahaman, pengendalian, serta pengawasan terhadap penggunaan media sosial oleh anak.

1. Lokasi dan Waktu Penelitian

Peneliti memilih di Kabupaten Mimika sebagai tempat meneliti untuk mendapatkan *informan*. Proses penelitian akan berlangsung selama 2 (dua) bulan. Mulai dari bulan Februari 2025 hingga bulan Maret 2025.

2. Tipe Penelitian

Jenis penelitian menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah sebuah metode penelitian digunakan untuk memahami fenomena sosial, cerita, dan hasil konstruksi dari responden atau *informan*.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah metode yang digunakan untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan dalam penelitian. Dalam hal ini Teknik pengumpulan data di bagi menjadi dua yaitu: data primer dan data sekunder yang meliputi:

a) Data Primer

Data primer adalah informasi yang dikumpulkan secara langsung dari sumbernya melalui tujuan tertentu. Data primer ini merupakan data yang dihasilkan oleh peneliti sendiri melalui berbagai metode seperti:

1. Wawancara Mendalam

Wawancara mendalam adalah Teknik pengumpulan data dengan cara tanya jawab secara tatap muka atau melalui telepon. Wawancara mendalam bertujuan untuk mendapatkan informasi yang lengkap dan mendalam dari responden.

2. Observasi Partisipan

Observasi partisipan adalah metode penelitian yang dilakukan dengan cara peneliti berpartisipasi dalam kegiatan yang di amati. Tujuan observasi ini memahami pengalaman individu atau kelompok dalam konteks sosial tertentu. Serta membangun hubungan dengan orang lokal dan memahami pengalaman individu tau kelompok dalam konteks sosial tertentu.

b) Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh seorang peneliti secara tidak langsung dari objeknya, tetapi sumber lain, baik lisan maupun tulis.

1) Dokumentasi

Dokumentasi adalah data tertulis yang berasal dari sumber lain yang sudah ada.

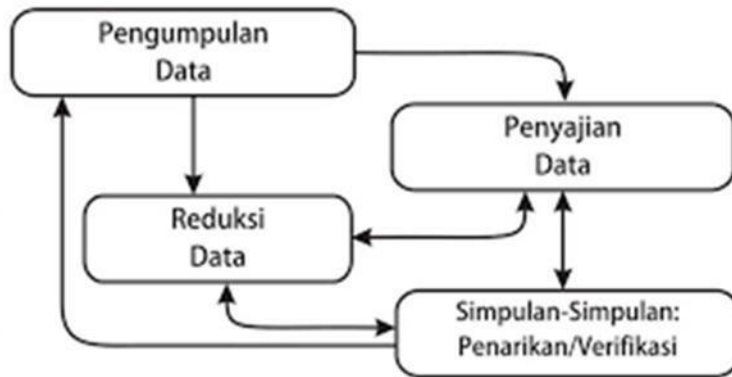
2) Studi Pustaka

Studi Pustaka adalah Teknik pengumpulan data dan informasi yang dilakukan dengan membaca dan mencatat literatur atau sumber-sumber tertulis. Studi pustaka juga disebut sebagai studi kepustakaan atau *library research*.

Studi Pustaka bertujuan mendapatkan informasi yang relevan dengan topik atau masalah akan di teliti. Dan memperoleh informasi tentang penelitian-penelitian sejenis atau yang ada kaitannya dengan penelitiannya.

G. Metode Pengolahan dan Analisis Data

Pengolahan data dan analisis data merupakan langkah penting dalam penelitian yang bertujuan untuk memahami bagaimana keluarga mengawasi penggunaan media sosial oleh anak-anak mereka.



Gambar 1. 7 Metode Pengumpulan Data

Data yang diperoleh melalui data primer yang dikumpulkan langsung dari sumbernya melalui beberapa metode, seperti wawancara dan menggunakan bahasa yang mudah di mengerti dan dipahami akan dianalisis secara deskriptif melalui pendekatan kualitatif. Setelah data di kumpulkan, memeriksa dan memastikan kejelasan data bahwa informasi yang diperoleh valid. Metode pengolahan dan analisis data dalam pendekatan kualitatif melibatkan beberapa langkah dan teknik yang dirancang untuk mengelola data non-numerik, seperti wawancara, observasi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Komunikasi

Komunikasi berasal dari bahasa latin, yaitu *Communicatio* yang berarti pemberitahuan atau pertukaran gagasan. Agar komunikasi dapat terjadi, pihak-pihak yang terlibat harus memiliki pemahaman yang sama terhadap makna pesan yang disampaikan. Jika seseorang menyampaikan pesan, gagasan, atau perasaan kepada orang lain, dan penerima memahami maksud dari pesan tersebut, maka proses komunikasi berlangsung. Sebaliknya, jika pesan disampaikan namun tidak diterima ataupun dipahami oleh orang lain, komunikasi tidak terjadi.

Komunikasi menurut Hovland adalah proses mengubah perilaku orang lain (*communication is the process to modify the behavior of the other individuals*), sedangkan Harold Laswell menyatakan bahwa cara yang baik untuk menjelaskan komunikasi adalah menjawab pertanyaan sebagai berikut: *who says what channel to whom with what effect?* Paradigma Lasswell ini menunjukkan bahwa komunikasi meliputi lima unsur sebagai jawaban dari pertanyaan di atas, yaitu: komunikator, pesan, media, komunikan, efek (Efendy, dalam Marfuah Sri Sanisyastuti dkk, 2015:115).

Komunikasi merupakan sarana dalam melakukan proses sosial. Proses merupakan cara berhubungan yang dilihat apabila orang-perorangan dan kelompok-kelompok sosial saling bertemu dan menentukan sistem serta bentukbentuk hubungan tersebut atau apa yang akan terjadi apabila ada perubahan-perubahan yang menyebabkan goyahnya pola-pola kehidupan yang telah ada. Interaksi sosial antara kelompok-kelompok manusia terjadi pula di dalam masyarakat. (Melia Milyana et al. dkk, 2022).

Komunikasi juga dapat dibedakan berdasarkan ruang lingkupnya, yaitu komunikasi internal yang terjadi dalam suatu organisasi atau kelompok, dan komunikasi internal yang melibatkan interaksi dengan pihak diluar organisasi.

Secara umum, komunikasi berfungsi untuk menyampaikan informasi, membentuk pemahaman bersama, mempengaruhi sikap atau perilaku, serta memenuhi kebutuhan sosial manusia dalam berinteraksi dengan lingkungannya.

Komunikasi memiliki fungsi yang luas dalam berbagai aspek kehidupan, baik secara individu maupun dalam konteks sosial. Secara umum, fungsi komunikasi meliputi penyampaian informasi, ekspresi informasi, pengaruh terhadap orang lain, dan pembentukan hubungan sosial. Dalam pendidikan, komunikasi digunakan untuk transfer ilmu pengetahuan dan membangun hubungan antara pendidik dan peserta. Fungsi komunikasi yang efektif dapat meningkatkan pemahaman, mendorong inovasi, dan menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan harmonis.

Komunikasi dalam keluarga merupakan unsur yang mendasar berfungsi sebagai sarana untuk membangun relasi yang sehat, harmonis, dan saling mendukung antar anggota keluarga. Komunikasi memungkinkan terjadinya proses pertukaran informasi, perasaan, nilai serta penyelesaian konflik secara efektif. (Wahyuni, 2021) menyatakan bahwa komunikasi keluarga yang efektif dapat meningkatkan kelekatan emosional dan mengurangi kesalahpahaman antar anggota keluarga. Selain itu, komunikasi juga berperan dalam menanamkan nilai-nilai moral dan sosial kepada anak sebagai bekal dalam kehidupan bermasyarakat (Nugraheni, 2020).

Dalam praktiknya, komunikasi dalam keluarga tidak hanya berlangsung secara antar anggota keluarga, tetapi juga mencakup berbagai bentuk komunikasi yang saling melengkapi. Oleh karena itu, penting untuk memahami jenis-jenis komunikasi yang relevan dalam konteks kehidupan keluarga sehari-hari, antara lain:

1) Komunikasi dengan diri sendiri (*Intrapersonal Communication*)

Komunikasi intrapersonal terjadi dalam diri seseorang. Dalam konteks keluarga, jenis komunikasi ini tampak ketika individu melakukan refleksi diri, pengendalian emosi, serta pertimbangan cara terbaik untuk menyampaikan pesan kepada anggota keluarga lainnya adalah tanda komunikasi jenis ini dalam keluarga. Sebagai contoh orang tua berfikir bahwa menegur anak yang terlalu lama bermain TikTok tidak akan menyakitinya perasaannya. Proses berpikir ini dan perenungan ini adalah bentuk komunikasi intrapersonal yang penting untuk membangun interaksi yang bijak dan tidak nafsu dalam keluarga.

2) Komunikasi antarpribadi (*Interpersonal Communication*)

Komunikasi langsung antara dua atau lebih disebut komunikasi antarpribadi. Komunikasi antarpribadi jenis komunikasi yang paling umum dalam keluarga. Contoh komunikasi interpersonal termasuk komunikasi antara saudara, pasangan suami istri, dan orang tua. Komunikasi di era digital tidak hanya terjadi secara tatap muka, tetapi melalui media digital seperti *video call*, chat keluarga di Group WhatsApp.

3) Komunikasi publik (*Public Communication*)

Salah satu anggota keluarga dapat menyampaikan pesan di depan umum atas nama keluarga, meskipun komunikasi publik dalam keluarga tidak mungkin terjadi setiap saat. Contohnya, pertemuan orang tua di sekolah, atau kegiatan sosial lainnya. Selain itu, anggota keluarga yang aktif membuat konten saat ini juga sering menggunakan media sosial untuk menyampaikan pesan edukatif atau motivasional tentang keluarga kepada khalayak.

4) Komunikasi Massa (*Mass Communication*)

Komunikasi massa menggunakan media sebagai alat media utama untuk menyampaikan pesan kepada publik yang luas. Dalam keluarga, komunikasi massa terlihat dari bagaimana anggota keluarga mendapatkan informasi dari Televisi, YouTube, TikTok, atau platform

berita online, dan menjadi topik diskusi bersama. Contohnya, tren parenting kontemporer yang viral di TikTok dapat memengaruhi cara orang tua mendidik anak, atau berita tentang keamanan digital yang dapat memicu perdebatan tentang penggunaan perangkat elektronik oleh anak-anak.

Komunikasi memiliki berbagai tujuan yang meliputi menyampaikan informasi membangun hubungan interpersonal, mempengaruhi sikap atau perilaku, menyelesaikan konflik, serta menciptakan pemahaman bersama. Dalam konteks personal maupun profesional, komunikasi bertujuan untuk memperkuat koneksi antar manusia dengan cara membangun kepercayaan, meningkatkan kerja sama, menciptakan solusi.

Tujuan komunikasi dapat dilihat dari dua perspektif kepentingan yakni: kepentingan sumber, pengirim, komunikator dan kepentingan penerima/komunikan. Dengan demikian maka tujuan komunikasi yang ingin dicapai dapat digambarkan sebagai berikut:

- a) Tujuan Komunikasi dari sudut kepentingan sumber
 - 1) Memberikan informasi
 - 2) Mendidik
 - 3) Menyenangkan/ menghibur
 - 4) Mengajukan suatu tindakan/ persuasi
- b) Tujuan komunikasi dari sudut pandang kepentingan penerima
 - 1) Memahami informasi
 - 2) Mempelajari
 - 3) Menikmati
 - 4) Menerima/ menolak anjuran

Menurut DeVito sebagaimana dikutip oleh Effendy oleh Suranto AW dalam bukunya berjudul "Komunikasi Interpersonal", Komunikasi interpersonal adalah penyampaian pesan seseorang kepada orang lain atau sekelompok kecil orang, dengan berbagai dampak dengan peluang untuk memberikan umpan balik segera (Effendy, 2002)

Komunikasi antar pribadi (*interpersonal communication*) mengacu pada proses berbagi informasi, gagasan, emosi, dan makna antara dua orang atau lebih melalui pesan yang disampaikan secara verbal maupun nonverbal. Interaksi ini umumnya berlangsung dalam konteks yang lebih dekat dan personal, seperti di lingkungan keluarga, persahabatan, atau tempat kerja, yang memiliki peran signifikan dalam memperkuat hubungan dan membangun keterikatan yang bermakna. (DeVito, 2021)

Komunikasi antar pribadi mempunyai proses komunikasi yang berlangsung antara dua orang atau lebih secara tatap muka, seperti di nyatakan R. Wayne (1979) bahwa "*interpersonal communication is communication involving or more people in face to face setting.*"

Pentingnya peran komunikasi antarpribadi menurut DeVito terletak pada lima prinsip utama, yaitu keterbukaan, kesetaraan, empati, sikap positif dan dukungan. Prinsip ini menekankan bahwa komunikasi yang

efektif antara individu dapat meningkatkan pemahaman, membangun hubungan yang harmonis, dan memecahkan konflik secara konstruktif.

Dengan demikian, komunikasi antarpribadi yang baik tidak hanya menjadi sarana penyampaian pesan, tetapi juga fondasi dalam membangun hubungan yang sehat dan produktif.

B. Pola Komunikasi

Pola adalah bentuk atau model (atau lebih abstrak suatu peraturan) yang biasa digunakan untuk membuat atau untuk menghasilkan suatu atau bagian dari suatu yang di timbulkan. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia dijelaskan bahwa pola memiliki arti sistem atau cara kerja, bentuk atau struktur yang tetap dimana pola itu sendiri bisa dikatakan sebagai contoh atau cetakan.

Dalam sebuah komunikasi dikenal pola-pola tertentu untuk manifestasi perilaku manusia dalam berkomunikasi. Istilah pola komunikasi sendiri biasa disebut sebagai model, yaitu sebuah system yang terdiri atas berbagai komponen-komponen antar satu dengan yang lain untuk mencapai tujuan secara bersamaan.

Pola komunikasi adalah bentuk atau pola hubungan antara dua orang atau lebih dalam proses pengiriman dan penerimaan pesan yang mengaitkan dua komponen, yaitu gambaran atau rencana yang meliputi langkah-langkah yang merupakan bagian penting terjadinya hubungan komunikasi antar manusia atau kelompok dan organisasi. Beraneka ragam model komunikasi merupakan bagian dari proses komunikasi dapat menemukan pola yang tepat dan mudah digunakan dalam berinteraksi.

a) Pola Roda

Pada pola ini, semua anggota komunikasi berpusat pada satu individu (biasanya pemimpin atau orang tua). Informasi ini hanya mengalir dari pusat (orang ke-1) ke anggota lain dan sebaliknya. Komunikasi bersifat satu arah dan terpusat, sehingga efisien dalam pengambilan Keputusan, namun kurang dalam keterlibatan partisipatif. Contohnya orang tua mengambil semua keputusan dan hanya memberi tahu anak-anak.

b) Pola Bersambung (*Chain Pattern*)

Komunikasi dalam pola ini terjadi secara berantai, dari satu individu ke individu berikutnya secara linear. Informasi bergerak dan berisiko mengalami distorsi. Contohnya dalam keluarga, informasi dari ayah disampaikan ke ibu, lalu ke anak tertua, lalu ke adik-adik.

c) Pola Huruf Y (*Y Pattern*)

Pola Huruf Y merupakan variasi dari pola rantai namun memiliki satu jalur tambahan yang membuat pola berbentuk huruf Y. Pola ini memiliki jalur komunikasi tambahan untuk satu anggota yang mungkin memiliki akses lebih luas. Contohnya; anak tertua mendapat informasi lebih awal dan juga bertugas menyampaikan ke saudara lainnya.

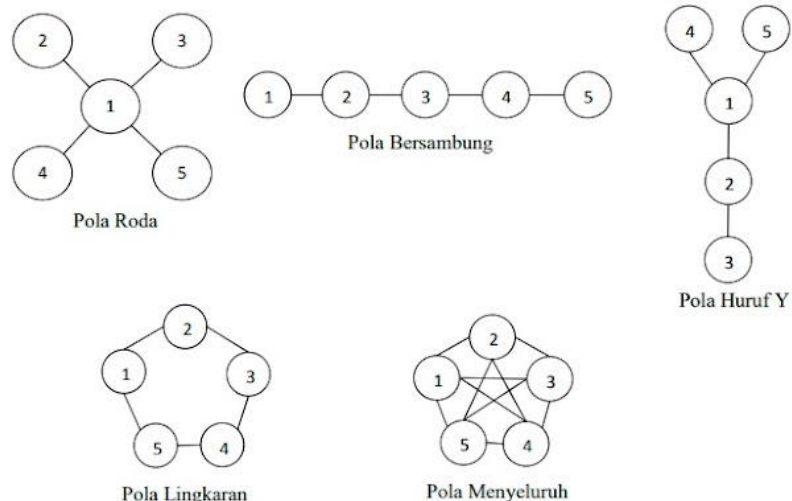
d) Pola Lingkaran (*Circle Pattern*)

Dalam pola ini, setiap individu dapat berkomunikasi secara dua arah dengan dua orang disampingnya. Pola ini memungkinkan komunikasi

yang merata dan partisipatif, meskipun pengambilan keputusan mungkin memerlukan waktu lebih lama. Contohnya: Semua anggota keluarga saling berdiskusi secara bergiliran tanpa dominasi satu pihak.

e) Pola Menyeluruh (*All Channel Pattern*)

Semua individu dalam kelompok saling berkomunikasi satu sama lain secara langsung. Pola ini paling terbuka, fleksibel, dan efektif dalam membangun keterlibatan semua anggota. Contohnya: orang tua dan anak-anak saling berbagi informasi dan berdiskusi dalam suasana yang demokratis.



Gambar 2. 1 Bentuk Bentuk Pola Komunikasi

(Sumber: Kajianpustaka.com)

C. Komunikasi Orang Tua

Orang tua dalam membentuk perilaku anak di era digital sangatlah krusial, terutama dalam hal pola komunikasi yang diterapkan di rumah. Penelitian menunjukkan bahwa pola komunikasi yang terbuka, hangat, dan partisipatif dari orang tua dapat membentuk hubungan emosional yang sehat dan mendorong perilaku positif pada anak, termasuk dalam penggunaan media digital (Rahmawati & Sugihartati, 2021). Orang tua yang aktif berkomunikasi, mendengarkan, dan memberikan penjelasan yang rasional kepada anak cenderung lebih berhasil dalam menanamkan nilai-nilai serta batasan dalam penggunaan gawai dan media sosial (Setiawan & Lestari, 2020). Selain itu, komunikasi yang berlandaskan empati dan dukungan emosional terbukti efektif dalam menumbuhkan kepercayaan anak kepada orang tua, sehingga anak lebih terbuka dalam menyampaikan permasalahannya (Sari, 2022). Oleh karena itu, kemampuan orang tua dalam menerapkan komunikasi yang positif dan adaptif menjadi fondasi penting dalam mendampingi anak menghadapi tantangan digital di masa kini.

Pola komunikasi orang tua yang terbuka, suportif, dan konsisten sangat penting dalam membentuk penggunaan media sosial anak yang sehat. Studi longitudinal menggunakan data ABCD(12-13 tahun) menunjukkan bahwa pengawasan dan pembatasan yang konsisten terhadap waktu layar oleh orang tua secara signifikan menurunkan durasi *screentime* dan penggunaan media sosial yang problematik pada anak-anak. Namun, ketika orang tua sendiri menggunakan perangkat secara berlebihan di hadapan anak dikenal sebagai "*phubbing*" atau *technoference*. Hal ini dapat mengganggu kualitas interaksi dan meningkatkan kecemasan serta gejala masalah penggunaan smartphone pada remaja. Selain itu, komunikasi digital orang tua dengan anak dipengaruhi oleh dua pendekatan utama: *active/ enabling mediation*, di mana orang tua secara aktif membimbing dan berdialog mengenai media digital, serta *observant mediation*, yang lebih bersifat pemantauan terbuka tanpa intervensi langsung.

Dalam masyarakat Indonesia, hasil penelitian kualitatif menunjukkan bahwa orang tua umumnya pola komunikasi otoritatif, protektif, dan pluralistik, yang efektif, dalam mengurangi ketergantungan anak pada *gadget* melalui perpaduan antara penerapan aturan, empati, serta dialog yang membangun rasa dihargai dan kedisiplinan emosional.

1. Pengawasan Orang Tua

Pengawasan orang tua adalah suatu upaya yang dilakukan secara aktif dan terus-menerus oleh orang tua atau wali dalam membimbing, mengendalikan, serta mengarahkan perilaku dan aktivitas anak agar mereka dapat berkembang secara optimal dalam aspek fisik, emosional, sosial, dan intelektual. Pengawasan ini melibatkan berbagai aspek, termasuk dalam pemantauan terhadap interaksi sosial, penggunaan teknologi digital, serta pemberian arahan dalam pengambilan keputusan yang tepat. (Jiu, C.K et. al, 2022)

Di era digital saat ini, pengawasan orang tua juga mencakup pengelolaan akses anak terhadap konten internet, penggunaan media sosial, serta pengaturan durasi penggunaan perangkat digital agar tidak mengganggu keseimbangan kehidupan mereka. Selain sekadar memberikan batasan, pengawasan yang efektif juga berperan dalam membentuk rasa tanggung jawab, meningkatkan kemandirian, serta menanamkan pemahaman mengenai batasan yang sehat. Pendekatan pengawasan yang dilakukan dengan komunikasi terbuka, empati, dan dukungan emosional dapat membantu orang tua membangun hubungan yang lebih harmonis dengan anak, sehingga mereka merasa dihargai, didukung, dan lebih mungkin mematuhi aturan yang ditetapkan.

Pada konteks komunikasi keluarga, pengawasan idealnya mengedepankan keterbukaan dan empati. Orang tua perlu menjalin dialog dengan anak guna memahami kebutuhan serta minat mereka, sembari menetapkan batasan yang sesuai. Sebagai contoh, terkait penggunaan TikTok, orang tua dapat mendiskusikan jenis konten yang

pantas untuk diakses, durasi waktu penggunaan, serta pentingnya menjaga keamanan privasi. Dengan memberikan dukungan dan menunjukkan sikap positif, anak akan merasa dihargai, sehingga lebih mudah menerima arahan yang diberikan.

Selain itu, pengawasan juga dapat dilakukan dengan memanfaatkan teknologi, seperti menggunakan fitur parental control yang tersedia dalam aplikasi. Meski begitu, pendekatan berbasis teknologi ini sebaiknya diimbangi dengan komunikasi langsung, agar anak tidak merasa tertekan oleh pengawasan yang berlebihan, yang dapat berisiko menurunkan rasa kepercayaan antara anak dan orang tua.

Kemajuan teknologi yang semakin pesat membuat orang tua perlu lebih cermat dalam memantau penggunaan gadget oleh anak-anak mereka. Walaupun teknologi dapat dimanfaatkan untuk berbagai hal positif, tidak sedikit anak-anak yang menggunakannya untuk aktivitas yang kurang produktif atau bahkan berisiko. Karena itu, keterlibatan orang tua sangat dibutuhkan untuk membimbing anak-anak dalam menggunakan teknologi secara bijaksana. Beberapa langkah yang dapat dilakukan oleh orang tua antara lain mendampingi anak saat menggunakan gadget, menetapkan waktu penggunaan yang teratur, serta menggunakan fitur kontrol orang tua (parental control) untuk membatasi akses ke konten yang tidak sesuai. Dengan pengawasan yang konsisten dan pendekatan yang tepat, orang tua dapat membantu anak-anak memanfaatkan teknologi secara aman dan mendukung perkembangan mereka secara positif. (Adm, 2018)

D. Teori Efektivitas Komunikasi Antarpribadi

Joseph A. DeVito adalah salah satu teori komunikasi yang berfokus pada *interpersonal communication* (komunikasi antarpribadi). Dalam karyanya, DeVito mengemukakan beberapa konsep kunci yang dapat digunakan untuk memahami dan mengembangkan hubungan interpersonal, baik dalam konteks keluarga, pekerjaan, maupun hubungan sosial lainnya. (DeVito, 2020). Berikut adalah penjelasan utama terkait utama teori Joseph A. DeVito:

1. Komunikasi sebagai Proses Dinamis

DeVito menjelaskan bahwa komunikasi adalah proses dinamis yang melibatkan pengirim (*sender*) dan penerima (*receiver*). Komunikasi bukan hanya tentang menyampaikan informasi, tetapi juga melibatkan interpretasi pesan, konteks, dan interaksi antara kedua belah pihak.

2. Unsur- Unsur Komunikasi Interpersonal

DeVito menekankan bahwa komunikasi interpersonal memiliki beberapa elemen penting, yaitu:

a) *Openness* (Keterbukaan)

Kemampuan untuk bersikap jujur dan terbuka dalam berbagi informasi, perasaan, atau ide dengan orang lain

b) *Empathy* (Empati)

Kemampuan Empati untuk memahami dan merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain.

- c) *Positivity* (Sikap Positif)
Sikap optimis, mendukung, dan ramah dalam komunikasi yang dapat menciptakan suasana positif.
- d) *Equality* (Kesetaraan)
Pengakuan bahwa semua pihak dalam komunikasi memiliki nilai dan hak yang sama.
- e) *Supportiveness* (Sikap Mendukung) Sikap saling mendukung dan memberikan dorongan dalam hubungan interpersonal.

3. Prinsip-Prinsip Komunikasi Antarpribadi

Menurut DeVito, terdapat beberapa prinsip dalam komunikasi antar pribadi:

- a) Komunikasi bersifat tak terelakkan seseorang tidak bisa tidak berkomunikasi karena bahkan dia pun merupakan bentuk komunikasi.
- b) Komunikasi bersifat irreversible
Setelah pesan disampaikan, pesan tersebut tidak dapat ditarik Kembali.
- c) Komunikasi bersifat unik
Komunikasi bersifat unik, tergantung pada hubungan antara individu yang berkomunikasi.
- d) Komunikasi memiliki dimensi konten dan hubungan
Pesan yang disampaikan tidak hanya berisi informasi (konten), tetapi juga mencerminkan hubungan antara pengirim dan penerima.

E. Teori Maslow

Teori Maslow, atau Hierarki Maslow, adalah teori psikologi yang dikembangkan oleh Abraham Maslow pada tahun 1943. Teori ini menjelaskan bahwa manusia memiliki serangkaian ke dalam 5 tingkatan yang disusun secara hierarkis. Menurut teori Maslow, manusia akan terus berusaha untuk mencapai kepuasan dari kebutuhan-kebutuhan ini, di mulai dari tingkat paling dasar hingga yang lebih tinggi.

Hierarki Maslow sering menggambarkan dalam bentuk piramida, dengan lima tingkatan sebagai berikut:

1. Kebutuhan Fisiologis (*Physiological Needs*)

Kebutuhan fisiologis yang mencakup kebutuhan. Tanpa kebutuhan fisiologis yang terpenuhi, manusia tidak akan bisa bertahan hidup. Menurut teori motivasi dari Abraham Maslow, kebutuhan fisiologis ini merupakan kebutuhan paling dasar yang harus dipenuhi oleh manusia.

Kebutuhan ini meliputi makanan, minuman, udara, tempat tinggal, tidur, dan pakaian. Tanpa terpenuhinya kebutuhan fisiologis ini, manusia tidak akan mampu bertahan hidup dan menjalani kehidupan yang sehat.

Oleh karena itu, kebutuhan fisiologis menjadi prioritas yang utama bagi setiap individu. Ketika kebutuhan fisiologis sudah terpenuhi, manusia akan merasa aman dan stabil secara fisik.

2. Kebutuhan Rasa Aman (*Safety/ Security Needs*)

Setelah kebutuhan fisiologis terpenuhi, manusia mencari rasa aman dan stabilitas. Ini termasuk kebutuhan akan perlindungan fisik, pekerjaan yang aman, kestabilan finansial, serta kebebasan dari ancaman dan bahaya.

Manusia merasa perlu memiliki tempat tinggal yang aman, pekerjaan yang stabil, akses terhadap layanan kesehatan, perlindungan dari ancaman fisik dan kekerasan, serta jaminan keamanan finansial. Ketika kebutuhan ini terpenuhi, individu akan merasa lebih tenang dan percaya diri dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Mereka dapat fokus untuk mencapai potensi maksimalnya tanpa harus khawatir akan ancaman atau ketidakpastian yang mengganggu kesejahteraan mereka.

Oleh karena itu, penting bagi masyarakat dan pemerintah untuk memastikan bahwa kebutuhan akan rasa aman ini terpenuhi untuk menciptakan lingkungan yang stabil dan kondusif bagi pertumbuhan dan perkembangan manusia.

3. Kebutuhan Sosial (*Social Needs*)

Ketika kebutuhan fisik dan keamanan terpenuhi, manusia akan mencari hubungan sosial dan rasa memiliki. Ini mencakup kebutuhan akan persahabatan, cinta, interaksi sosial, dan pengakuan dalam kelompok atau komunitas.

Manusia memiliki kebutuhan sosial yang penting dalam kehidupan sehari-hari. Kebutuhan sosial ini merupakan salah satu dari hierarki kebutuhan menurut teori Maslow. Manusia tidak hanya membutuhkan kebutuhan fisik dan keamanan, tetapi juga memerlukan hubungan sosial yang kuat dengan orang lain. Kebutuhan ini mencakup rasa kasih sayang, rasa diterima, persahabatan, cinta, dan kebutuhan akan afiliasi. Tanpa adanya kebutuhan sosial yang terpenuhi, seseorang mungkin merasa kesepian, terasing, dan tidak berarti.

Oleh karena itu, penting bagi individu untuk menjalin hubungan yang sehat dengan orang-orang di sekitarnya. Hal ini juga dapat membantu dalam membangun rasa percaya diri, meningkatkan kesejahteraan emosional, dan memberi dukungan saat menghadapi masalah. Dengan memenuhi kebutuhan sosial, seseorang dapat merasa lebih bahagia, termotivasi, dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik.

4. Kebutuhan Penghargaan(*Esteem Needs*)

Kebutuhan Penghargaan (*Esteem Needs*) merupakan kebutuhan akan pengakuan, penghargaan dan rasa percaya diri dari orang lain maupun diri sendiri. Manusia membutuhkan pengakuan atas prestasi atau kontribusi yang diberikannya, serta mendapat rasa hormat dari orang lain. Kebutuhan

ini juga mencakup keinginan untuk memiliki harga diri yang tinggi dan merasa diterima oleh masyarakat.

Dalam kehidupan sehari-hari, kebutuhan akan penghargaan dapat terlihat dalam bentuk pencapaian karir, status sosial, atau reputasi di masyarakat. Manusia akan merasa puas dan bahagia ketika berhasil meraih pengakuan atas prestasinya, baik dalam bidang pekerjaan, pendidikan, maupun dalam kehidupan sosial. Rasa percaya diri yang kuat juga menjadi bagian penting dari kebutuhan akan penghargaan, karena hal ini akan memengaruhi cara seseorang bersikap dan berinteraksi dengan orang lain.

5. Kebutuhan Aktualisasi Diri (*Self-Actualization Needs*)

Kebutuhan aktualisasi diri, yang merupakan puncak dari hierarki kebutuhan Maslow, merupakan kebutuhan untuk mencapai potensi penuh dan menjadi versi terbaik dari diri sendiri. Manusia membutuhkan rasa pencapaian, pertumbuhan pribadi dan pemenuhan diri melalui pengembangan bakat, kreativitas dan pencapaian tujuan yang berarti bagi mereka.

Proses aktualisasi diri melibatkan pengejaran makna dalam hidup, eksplorasi potensi individu, dan pengalaman positif. Bagi individu, kegiatan seperti mengembangkan keterampilan baru, mencari pengetahuan, atau menjadi bagian dari sesuatu yang lebih besar dapat membantu memenuhi kebutuhan aktualisasi diri. Selain itu, hubungan yang mendukung dan lingkungan yang memungkinkan ekspresi diri juga sangat penting dalam pemenuhan kebutuhan ini.



Gambar 2. 2 Teori Segitiga Hierarki Maslow
(Sumber: Logos Indonesia)

F. Nomophobia

Nomophobia merupakan singkatan "*no mobile phone phobia*", yaitu suatu kondisi psikologis di mana seseorang merasa cemas, tidak nyaman, atau panik

ketika tidak memiliki akses ke telepon seluler atau kehilangan koneksi digital. Istilah ini pertama kali muncul dari sebuah studi di Inggris pada tahun 2008, yang menunjukkan bahwa banyak orang merasa "takut" jika tidak membawa ponsel, kehabisan baterai, kehilangan sinyal, atau tidak dapat mengakses informasi dan komunikasi.

Menurut penelitian oleh (Gezgin, 2021), *Nomophobia* tidak hanya berdampak pada kesehatan mental, seperti stres dan kecemasan, tetapi juga dapat mengganggu proses belajar dan interaksi sosial. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Chotpitayasunondh dan Douglas, 2020) menekankan bahwa keterikatan emosional terhadap ponsel dapat membentuk kebiasaan kompulsif, yang akhirnya menimbulkan ketergantungan digital. Seiring dengan meningkatnya penggunaan media sosial seperti TikTok dan Instagram, risiko *nomophobia* pada generasi muda di Indonesia juga meningkat signifikan. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk menyadari bahaya ini dan menerapkan pola komunikasi yang terbuka dan suportif guna membimbing anak-anak dalam penggunaan teknologi secara sehat dan bijak.

a) Ciri-ciri *Nomophobia*:

1. Merasa gelisah atau panik ketika ponsel tidak ditemukan atau tertinggal.
2. Merasa hampa atau terisolasi ketika tidak terhubung ke internet atau media sosial.
3. Kesulitan untuk fokus dalam aktivitas lain tanpa kehadiran ponsel.
4. Ketergantungan pada ponsel untuk validasi diri.

b) Dampak *Nomophobia*

1. Gangguan konsentrasi dan penurunan produktivitas
2. Masalah kesehatan mental, seperti kecemasan, stres, depresi, dan gangguan tidur.
3. Risiko adiksi digital
4. Disfungsi hubungan sosial, karena individu lebih fokus pada ponsel daripada interaksi langsung.

c) *Nomophobia* pada Anak dan Remaja

Anak-anak dan remaja menjadi kelompok yang rentan mengalami *nomophobia* karena:

1. Cenderung meniru kebiasaan orang disekitarnya.
2. Belum memiliki kemampuan regulasi diri yang baik.
3. Terpapar konten digital tanpa pengawasan yang memadai dari orang tua.