

HUBUNGAN *PARENTAL MONITORING* DENGAN *SOCIAL MEDIA ADDICTION* PADA SISWA SMK AN-NUR AMPEL BOYOLALI

Widi Astuti¹, Erin Ratna Kustanti¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50725

awidiastuti255@gmail.com

ABSTRAK

Pemanfaatan teknologi terutama internet telah nyata dan marak terjadi dari berbagai kalangan, terlebih pada penggunaan media sosial. Maraknya penggunaan media sosial ini dapat berpotensi menyebabkan penggunaan media sosial berlebih atau dikenal sebagai *social media addiction*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan *parental monitoring* dengan *social media addiction* pada siswa SMK An-Nur Ampel Boyolali. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif korelasional. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas X dan XI SMK An-Nur Ampel Boyolali dengan total 297 siswa. Sebanyak 172 partisipan terlibat dalam penelitian ini yang terpilih dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian adalah Skala *Social Media Addiction* (30 aitem, $\alpha=0.914$) dan Skala *Parental Monitoring* (39 aitem, $\alpha=0.938$). Melalui teknik analisis data regresi linear sederhana, didapatkan hasil bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara *parental monitoring* dengan *social media addiction* ($R=0.054; p=0.483$). Hasil ini berarti tingkat positif maupun negatif *parental monitoring* tidak memiliki hubungan dengan tingkat *social media addiction* pada remaja. Implikasi dari temuan ini adalah bahwa intervensi untuk mengurangi *social media addiction* pada remaja tidak cukup hanya berfokus pada peningkatan *parental monitoring*, melainkan perlu melibatkan pendekatan yang lebih komprehensif.

Kata kunci: *parental monitoring*; *social media addiction*; siswa; remaja; penggunaan media sosial

THE RELATIONSHIP BETWEEN PARENTAL MONITORING AND SOCIAL MEDIA ADDICTION IN STUDENTS OF SMK AN-NUR AMPEL BOYOLALI

Widi Astuti¹, Erin Ratna Kustanti¹

¹Faculty of Psychology Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street., Tembalang, Semarang, 50725

awidiastuti255@gmail.com

ABSTRACT

The utilization of technology, particularly the internet, has become widespread across various segments of society, especially in the use of social media. The widespread use of social media has the potential to lead to excessive social media use, known as social media addiction. This study aims to empirically examine the relationship between parental monitoring and social media addiction among students of SMK An-Nur Ampel Boyolali. This study employed a quantitative correlational method. The population consisted of grade X and XI students of SMK An-Nur Ampel Boyolali, totaling 297 students. A total of 172 participants were involved in this study, selected using cluster random sampling technique. The measurement instruments used were the Social Media Addiction Scale (30 items, $\alpha=0.914$) and the Parental Monitoring Scale (39 items, $\alpha=0.938$). Using simple linear regression analysis, the results indicated that there was no significant relationship between parental monitoring and social media addiction ($R=0.054$; $p=0.483$). These results indicate that the level of parental monitoring, whether high or low, has no relationship with the level of social media addiction in adolescents. The implication of this finding is that interventions to reduce social media addiction in adolescents are not sufficient by focusing solely on improving parental monitoring, but need to involve a more comprehensive approach.

Keywords: parental monitoring; social media addiction; students; adolescents; social media use

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan teknologi yang pesat telah banyak dirasakan dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Sulaiman, et al. (2020), kemajuan ini bahkan dianggap wajar dan menjadi sebuah tantangan yang perlu dihadapi. Teknologi berpengaruh kuat terhadap individu maupun masyarakat. Hal ini dikarenakan teknologi mampu mengubah arah tatanan sosial yang ada. Pengaruh teknologi yang kuat ini ditunjukkan dengan teknologi yang mudah mempengaruhi perilaku penggunaannya sebagai anggota masyarakat (Sulaiman, et al., 2020).

Salah satu bentuk perkembangan teknologi yang banyak dimanfaatkan oleh masyarakat adalah internet. Internet menjadi sebuah sarana yang memudahkan beberapa aspek penting dalam kehidupan sehari-hari. Kehadiran berbagai *platform* berbasis internet memudahkan terjadinya komunikasi dan pertukaran informasi yang lebih cepat dan luas, kemudahan dan kebebasan berekspresi, memudahkan terbangunnya komunitas pertemanan dari berbagai daerah maupun negara, serta pencarian hiburan bagi individu maupun kelompok (Kurniasanti et al., 2019). Hal ini menunjukkan bahwa internet telah menjadi sesuatu yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan masyarakat masa kini.

Meluasnya pemanfaatan internet dibuktikan dengan peningkatan jumlah pengguna tiap tahunnya. International Telecommunication Union (2024) menunjukkan data bahwa sebanyak 5,5 Miliar/68% dari penduduk dunia

menggunakan internet. Prosentase ini menunjukkan adanya peningkatan sebanyak 3% dari tahun sebelumnya. Kemudian di negara-negara Asia-Pasifik, penggunaan media sosial tercatat sebanyak 66% di tahun 2024, yang mana ini cukup meningkat secara spesifik dibanding tahun 2019, yakni sebesar 48%. Adapun di Indonesia, Badan Pusat Statistik (2024) juga merilis data yang menunjukkan terjadinya tren peningkatan akses internet pada tahun 2021-2024. Melalui Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas), didapatkan hasil bahwa sebanyak 72,78% penduduk Indonesia telah mengakses internet di tahun 2024. Angka tersebut menunjukkan adanya peningkatan sebesar 3,57% dibandingkan tahun 2023. Apabila dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya, penggunaan internet telah meningkat secara progresif, dimana pada tahun 2021 hanya mencapai persentase 62,10%.

Data dari International Telecommunication Union (ITU) (2024) menunjukkan bahwa individu berusia 15-24 tahun merupakan kelompok pengguna internet terbesar. Berdasarkan data tersebut, remaja pertengahan yang berada pada rentang usia 15-18 tahun (Steinberg, 2017) termasuk ke dalam kelompok pengguna internet terbesar tersebut. Jika dilihat dari sisi tugas perkembangan, remaja pertengahan maupun remaja akhir (18-21 tahun) sama-sama berada pada tahap *identity vs identity confusion* menurut Erikson (Santrock, 2019), yakni fase di mana individu mencari jawaban mengenai siapa dirinya, apa jati dirinya, dan arah hidup yang ingin dituju. Pada konteks penggunaan internet, kedua kelompok ini cenderung menggunakan media sosial sebagai sarana untuk mengeksplorasi dan menampilkan identitas diri di hadapan orang lain. Namun, terdapat perbedaan mendasar yang membuat remaja pertengahan lebih rentan dibandingkan remaja

akhir. Steinberg (2017) menyatakan bahwa remaja pertengahan memiliki regulasi diri yang lebih rendah dibandingkan remaja akhir, sehingga lebih berisiko menggunakan media sosial secara berulang dengan kontrol yang kurang memadai. Selain itu, pengakuan sosial (*peer approval*) merupakan aspek penting dalam pembentukan *self-esteem* pada remaja pertengahan (Santrock, 2019). Fitur-fitur media sosial seperti tombol suka, jumlah pengikut, dan komentar secara langsung memfasilitasi kebutuhan akan pengakuan tersebut, sehingga semakin memperkuat motivasi remaja pertengahan untuk menggunakan internet secara berulang. Tingginya kebutuhan pengakuan sosial dan rendahnya regulasi diri ini kemudian menjadi alasan remaja pertengahan sebagai kelompok yang lebih difokuskan dalam penelitian ini.

Media sosial merupakan salah satu *platform* yang memanfaatkan akses internet dalam penggunaannya. Bagi remaja, media sosial dapat menjadi sarana yang memfasilitasi remaja untuk bisa mengekspresikan diri secara lebih luas (Putri & Virlia, 2023). Berbagai fitur yang tersedia, seperti membuat akun *private/general*, mengunggah konten (tulisan, foto dan video), serta berkomunikasi melalui *private message* dapat dengan mudah digunakan. Tersedianya fitur tersebut semakin memperluas peluang remaja untuk mengekspresikan diri sekaligus membangun dan mempertahankan relasi sosial (Boursier et al., 2020).

Terlepas dari kebermanfaatan tersebut, penggunaan media sosial juga memiliki berbagai risiko terhadap penggunaan media sosial berlebih. Penggunaan media sosial berlebih ini lebih dikenal dengan *social media addiction* (SMA)/*social networking sites* (SNS) (Kuss & Griffiths, 2017; Sun & Zhang, 2021). Menurut

Eijnden et al. (2021), *social media addiction* dapat didefinisikan sebagai perilaku hilangnya kontrol diri terhadap penggunaan sosial media, dimana hal ini juga disertai dengan gangguan terhadap fungsi kehidupan sehari-hari. Serupa dengan definisi tersebut, Andreassen & Pallesen (2014) mendefinisikan *social media addiction* sebagai perilaku dengan karakteristik sangat memperdulikan media sosial, adanya dorongan yang kompulsif untuk menggunakannya, serta menghabiskan tenaga dan waktu yang berlebihan, sehingga mengganggu fungsi sosial, kesejahteraan fisik dan mental. Beberapa contoh dari *social media addiction* adalah kesulitan dalam mengurangi penggunaan sosial media, melakukan *stalking* di media sosial, dan menggunakan media sosial dengan waktu yang berlebihan (Pellegrino et al., 2022).

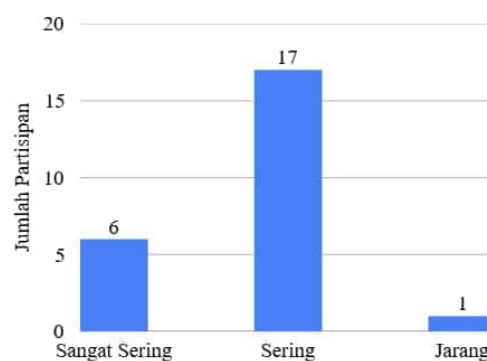
Social media addiction telah diusulkan ke dalam bagian dari klasifikasi adiksi perilaku/*behavioral addiction* (Andreassen et al., 2012; Andreassen & Pallesen, 2014; Griffiths et al., 2014). Secara klinis, *behavioral addiction* ini didefinisikan sebagai hilangnya kendali dan terganggunya fungsi individu terhadap suatu perilaku (Petry, 2016). Hal tersebut ditandai dengan adanya keterlibatan/penggunaan yang berlebihan dan berulang yang kemudian menimbulkan permasalahan psikologis, gangguan fisik, serta penurunan fungsi sosial, finansial, dan pekerjaan. Petry (2016) juga menambahkan bahwa *behavioral addiction* perilaku memiliki kesamaan dengan adiksi zat, salah satunya dalam hal fenomenologi yakni keinginan kuat (*craving*), toleransi, dan gejala putus zat (*withdrawal*).

Terdapat banyak dampak negatif yang dapat terjadi apabila remaja mengalami *social media addiction*, terutama pada kehidupan sehari-hari (Steffens, 2021; Eijnden et al., 2021). Menurut Steffens (2021), salah satu dampak yang dapat ditimbulkan dari *social media addiction* pada remaja adalah pada penurunan performa akademik. Hal tersebut dikarenakan penggunaan media sosial yang berlebih akan mengurangi kemampuan remaja dalam memusatkan perhatian pada pembelajaran dan mengurangi alokasi waktu dalam mengerjakan tugas, sehingga hal tersebut akan berdampak pada nilai yang menurun. Kemudian dalam sebuah penelitian, ditemukan bahwa remaja yang mengalami *social media addiction* cenderung memiliki kualitas tidur yang kurang baik, yang mana hal ini akan berpengaruh pada kurangnya fokus pembelajaran di sekolah (Steffens, 2021). Pada kehidupan sosial, Steffens juga menambahkan bahwa *social media addiction* dapat membuat remaja melakukan isolasi sosial. Apabila hal tersebut terjadi, maka remaja dapat kehilangan rasa memiliki dalam berhubungan sosial, kehilangan rasa puas dalam berhubungan sosial, dan merasa tidak terlibat dalam sosial. Dikarenakan banyak dampak negatif dapat terjadi apabila remaja mengalami *social media addiction*, maka penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan. Dengan mengetahui variabel yang dapat mempengaruhi *social media addiction*, maka hal tersebut dapat menjadi dasar mengembangkan strategi efektif untuk meningkatkan kesadaran penggunaan media sosial yang lebih sehat pada remaja.

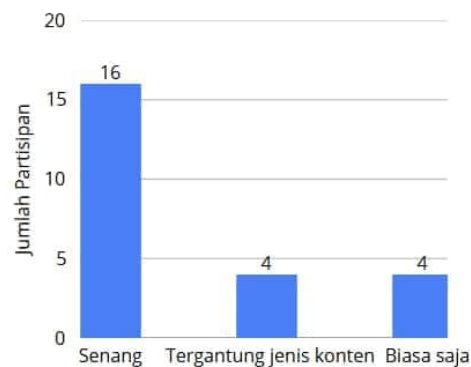
Social media addiction merupakan kondisi yang marak terjadi pada remaja (Yayman & Bilgin, 2020). Salah satu kelompok remaja pertengahan yang termasuk dalam pengguna internet terbanyak sesuai data International Telecommunication

Union (ITU) adalah siswa Sekolah Menengah Kejuruan (Nurlaeli, et al., 2022). Setelah melakukan survei pada siswa SMK An-Nur Ampel Boyolali, dapat disimpulkan bahwa terdapat indikasi adanya penggunaan media sosial yang tinggi pada siswa. Hal ini ditunjukkan dengan jawaban yang diperoleh dari kuesioner *google form* yang telah dibagikan kepada siswa SMK An-Nur Ampel Boyolali. Berikut merupakan grafik jawaban dari kuisisioner yang telah dibagikan.

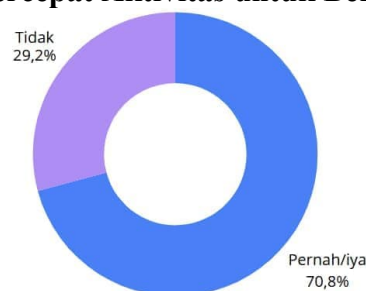
Gambar 1. Frekuensi Penggunaan Media Sosial per Hari



Gambar 2. Perasaan Ketika Bermain Media Sosial



Gambar 3. Mempercepat Aktivitas untuk Bermain Media Sosial



Survei yang diberikan mendapatkan sebanyak 24 jawaban dari siswa. Pada pertanyaan pertama terkait frekuensi penggunaan sosial media, terdapat sebanyak 17 siswa menjawab “sering” dan enam siswa menjawab “sangat sering”. Kemudian pada pertanyaan mengenai perasaan saat bermain media sosial, sebanyak 16 siswa merasa senang dengan beberapa alasannya seperti: *“Senang menonton video masak-masak”*, *“Perasaan saya senang, karena banyak video tentang cara membuat camilan dan video lucu”* dan *“perasaan saya menjadi senang karena bisa terhibur dan saya juga bisa tau info info yang ada di luar sana”*, empat siswa merasa perasaan bermain media sosial tergantung pada konten yang ditonton, serta empat lainnya merasa biasa saja. Pada pertanyaan mengenai pengalaman mempercepat aktivitas yang dilakukan agar dapat bermain media sosial, sebanyak 70.8% (17 siswa) memberikan jawaban “Pernah” dan “Iya” dengan alasan yang beragam, beberapanya yakni: *“Iya, seperti sedang mau beberes, beberesku cepat-cepat agar bisa santai main hp”*, *“Pernah, saya pernah sedang membantu mamah membersihkan dapur tetapi saya sudah lelah dan saya pengen cepat selesai dan membuka tiktok untuk scroll”*, dan *“Iya karena pengen membuat velocity”*. Pada pertanyaan terbuka mengenai mencoba mengurangi penggunaan media sosial, hampir seluruh siswa menjawab “Pernah” (23 siswa) dan hasil percobaan tersebut didominasi oleh jawaban siswa yang tidak mampu mengurangi penggunaan dan jawaban mampu namun mengulangi penggunaan setelah beberapa waktu, beberapa jawaban yang ditunjukkan seperti: *“iyaaa, tapi ga bisa”*, *“Pernah hasilnya tidak bisa”*, dan *“Ya pernah tetapi tidak tahan dalam waktu 20 jam”*. Berdasarkan jawaban-jawaban tersebut, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden

menunjukkan indikator kecenderungan *social media addiction*, yang terlihat dari intensitas penggunaan yang tinggi, mempercepat aktivitas lain demi bermain media sosial, serta kesulitan dalam mengurangi penggunaan media sosial. Temuan ini mengindikasikan adanya potensi kecenderungan *social media addiction* pada siswa SMK An-Nur Ampel Boyolali.

Benavides et al. (2023) menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya *social media addiction*. Faktor-faktor tersebut antara lain: psikopatologi, faktor eksternal, dan kognisi maladaptif. Faktor psikopatologi terdiri dari ciri narsistik, pikiran obsesif, gangguan mental, dan ciri kepribadian. Sementara itu, faktor eksternal terjadi berkaitan ketidaknyamanan pada keluarga, kurangnya dukungan dari orang terdekat, dan situasi kontekstual. Adapun faktor kognisi maladaptif terdiri dari 11 hal, beberapanya seperti dorongan afinitas, rasa ingin tahu, validasi, dan kenyamanan kontak (Benavides, et al., 2023).

Dari berbagai faktor tersebut, penelitian ini memfokuskan pada faktor eksternal, dimana *social media addiction* dapat terjadi akibat remaja merasakan ketidaknyamanan dengan keluarga dan tidak mendapatkan dukungan keluarga (Benavides et al., 2023). Salah satu bentuk dukungan dan keterlibatan positif yang sering dilakukan oleh orang tua adalah dengan mengawasi anaknya/*parental monitoring* (Stattin et al., 2010). *Parental monitoring* merupakan bentuk usaha orang tua untuk mengetahui dan memahami kehidupan anak melalui proses pengawasan, komunikasi, dan keterbukaan (Stattin et al., 2010). Apabila *parental monitoring* yang dilakukan orang tua baik, maka risiko *social media addiction* akan menurun. Pernyataan tersebut dibuktikan dengan penelitian Ding et al. (2017) yang

menemukan bahwa risiko *internet addiction*, termasuk sosial media pada remaja akan lebih tinggi apabila *parental monitoring* yang dilakukan oleh orang tua rendah. Walker et al. (2018) juga menemukan hal serupa yakni gaya *monitoring* yang dilakukan oleh ibu berperan dalam mencegah permasalahan penggunaan media sosial pada remaja. Dua penelitian tersebut memperkuat pernyataan bahwa dinamika keluarga, khususnya *parental monitoring* memiliki peran yang penting dalam besar atau kecilnya risiko *social media addiction*.

Variabel *social media addiction* sebelumnya telah banyak diteliti dengan variabel lain. Misalnya, variabel *social media addiction* telah diteliti dengan variabel *game addiction* dan keberfungsian keluarga (Yayman & Bilgin, 2020). Di Indonesia, penelitian mengenai *social media addiction* telah diteliti dengan variabel harga diri dan kecemasan sosial (Putri & Virlia, 2023). *Social media addiction* juga telah diteliti dilihat dari sebelum dan sesudah pandemi pada remaja Hong Kong (Yu & Zhou, 2024). Jia-Yuan et al. (2025) juga telah meneliti variabel *social media addiction* dengan *parental neglect*.

Pada variabel *parental monitoring*, penelitian telah dilakukan dengan variabel perilaku berisiko seksual dan penggunaan zat pada remaja *native american* (Patel et al., 2021). Di Indonesia, penelitian *parental monitoring* juga telah dilakukan dengan variabel yang hampir sama yakni perilaku berisiko secara umum pada remaja tengah (Gryselda & Shanti, 2021). Penelitian mengenai *parental monitoring* juga telah dilakukan dengan variabel permasalahan kesehatan mental (Cadman et al., 2022), *dark triad personality* dan perilaku agresif (Permana et al., 2023), serta perilaku mengemudi setelah meminum alkohol (Schulte et al., 2024).

Berdasarkan literatur, *parental monitoring* secara teoritis dianggap mampu melindungi remaja dari perilaku berisiko, termasuk risiko *social media addiction*. Contoh penelitian tersebut yakni penelitian (Ding et al., 2017) yang menemukan bahwa risiko *internet addiction*, termasuk *social media addiction* mampu menurun dikarenakan adanya *parental monitoring*. Penelitian lain juga menemukan bahwa perilaku yang berkaitan dengan *addiction*, seperti risiko penggunaan media sosial bermasalah dan *smartphone addiction* mampu diturunkan oleh *parental monitoring* (Meng et al., 2025; Walker et al., 2018). Namun setelah penelusuran lebih lanjut, ditemukan hasil yang tidak konsisten antara *parental monitoring* dan hubungannya *social media addiction*. Temuan tersebut ditemukan pada penelitian oleh Fu et al. (2020) yang menemukan bahwa *parental monitoring* terutama yang bersifat *restrictive* tidak dapat menurunkan risiko terjadinya *problematic digital use*, termasuk *social media addiction*. Pada penelitian Hernandez et al. (2024), ditemukan bahwa *parental monitoring* yang bersifat *active monitoring* dan penyerahan kendali tidak berhubungan dengan *problematic digital use* pada remaja. Bahkan, pada penelitian Chen et al. (2025) ditemukan bahwa *parental monitoring* dan mediasi *restrictive* dapat memprediksi secara positif *smartphone addiction* pada remaja. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa *parental monitoring* tidak selalu berperan pada penurunan perilaku *addiction* pada remaja. Temuan yang tidak konsisten ini menunjukkan adanya *research gap* terkait hubungan *parental monitoring* dengan *social media addiction*.

Meskipun sejumlah penelitian menunjukkan bahwa *parental monitoring* dapat menurunkan *social media addiction*, beberapa studi justru menemukan hasil

yang berlawanan. Selain itu, penelitian pada konteks remaja SMK di Indonesia masih terbatas. Hal ini menjadi relevan untuk dikaji, mengingat remaja SMK umumnya berada pada fase remaja pertengahan yang mulai membangun kemandirian, di mana interaksi sosial di luar rumah serta kewajiban praktik kerja lapangan membuat *parental monitoring* secara alami cenderung berkurang. Berbeda dengan siswa SMA yang aktivitasnya lebih terpusat pada pembelajaran di sekolah dan rumah, siswa SMK dituntut untuk lebih banyak belajar dan beraktivitas di luar lingkungan rumah, sehingga cenderung memiliki tingkat kemandirian yang lebih tinggi sekaligus eksposur sosial yang lebih luas. Kemandirian dan eksposur sosial ini kemudian memungkinkan adanya dinamika *parental monitoring* yang berbeda. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk menguji hubungan *parental monitoring* dan *social media addiction* pada konteks yang berbeda. Penelitian ini diharapkan mampu menjawab inkonsistensi penelitian-penelitian sebelumnya dan memberikan kontribusi empiris mengenai hubungan antara *parental monitoring* dengan *social media addiction* pada remaja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dirumuskan masalah penelitian “Apakah terdapat hubungan antara *Parental Monitoring* dengan *Social Media Addiction* pada Siswa SMK An-Nur Ampel Boyolali?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara *parental monitoring*

dengan *social media addiction* pada siswa SMK An-Nur Ampel Boyolali.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu berkontribusi pada pengembangan kajian literatur khususnya pada bidang Psikologi Perkembangan terkait *parental monitoring* dan *social media addiction* dalam konteks remaja Sekolah Menengah Kejuruan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Sekolah, diharapkan hasil penelitian mampu memperkaya pengetahuan dan menjadi bahan pertimbangan untuk merancang program atau kebijakan dalam penggunaan media sosial secara sehat,
- b. Bagi guru, diharapkan hasil penelitian mampu dijadikan acuan dalam merancang program edukasi mengenai penggunaan media sosial yang sehat,
- c. Bagi siswa dan orang tua siswa, diharapkan hasil penelitian mampu memberikan pemahaman dan kesadaran mengenai pentingnya peran *parental monitoring* dalam upaya menciptakan penggunaan media sosial yang sehat.