

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMAN 2 Sampit atau yang biasa dikenal dengan sebutan “*SMANDA*” didirikan secara resmi pada Juni 1984, pada waktu itu *SMANDA* masih menggunakan ruangan SMPN 2 Sampit untuk melaksanakan proses belajar mengajar sehari-hari. Kemudian pada 20 Oktober 1983, *SMANDA* memiliki gedung sekolah baru dengan total siswa sebanyak 120 orang. *SMANDA* berlokasi di Jalan Gunung Kerinci No. 3 di Kelurahan Baamang Tengah, Kecamatan Baamang, Kabupaten Kotawaringin Timur. Saat ini *SMANDA* mempunyai berbagai fasilitas dan prestasi dari tingkat kabupaten, provinsi, nasional, bahkan internasional. SMAN 2 Sampit bahkan mendapatkan predikat Akreditasi A, Sekolah Ramah Anak, Sekolah Adiwiyata Mandiri, Sekolah Literasi, Sekolah Sehat, dan SMA Rujukan.⁵³

Fasilitas yang tersedia di SMA Negeri 2 Sampit dapat disebut sangat lengkap, disajikan guna beraneka aktivitas murid, baik guna akademik maupun peningkatan non akademik para pelajar, serta guna penunjang pelaksanaan pengajaran. Adapun saran tersebut ialah seperti berikut :

1. Kelas berjumlah +/- 30, dilengkapi adanya' Proyektor LCD, dan kipas angin
2. Lab Fisika
3. Lab Kimia
4. Lab Biologi
5. Lab Komputer

⁵³ “SMAN 2 SAMPIT,” n.d., <https://sman2s>: 41 .

6. Lab Bahasa
7. Library
8. Tempat makan dan Rumah pos jaga
9. UKS
10. Koperasi pelajar
11. Kantir BP / BK
12. Kantor Kepala Sekolah
13. Kantor pendidik
14. Ruang Tata Usaha
15. Sekretariat OSIS
16. Ruang Dewan Amalan Pramuka Gugus Depan 539-540
17. Ruang Sanggar Seni Indang Nyaho
18. Ruang Alat Marching Band
19. Mushalla, Ruang Agama Kristen, Ruang Agama Katholik, dan Hindu
20. Bank Sampah '*Kejar Darling*' dan Tempat Pengomposan
21. Lokasi parkir
22. Lapangan Olahraga (basket, voli, futsal, takraw, tenis meja, sepak bola)
23. Koneksi WiFi dengan berbagai provider
24. Dan lain lain.

Selain fasilitas yang memadai, SMAN 2 Sampit juga menyediakan beragam ekstrakurikuler mulai dari bidang agama, bidang olahraga, bidang akademik, serta bidang kesenian dan keterampilan. Analisis Data dan Hasil Penelitian

B. Analisis Data dan Pembahasan

1. Uji Statistik Deskriptif

Untuk mengetahui kecenderungan tingkat Parental Autonomy Support (PAS) dan *Nomophobia* sesuai dengan tujuan penelitian pada responden, dilakukan kategorisasi data berdasarkan nilai rata-rata (mean) dan simpangan baku (standard deviation). Kategorisasi ini bertujuan untuk mengelompokkan responden ke dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

TABEL 4. 1 RUMUS KATEGORISASI RESPONDEN

Rendah	$X < M - 1 \text{ SD}$
Sedang	$M - 1 \text{ SD} < X < M + 1 \text{ SD}$
Tinggi	$M + 1 \text{ SD} \leq X$

Keterangan:

M = nilai tengah; dengan rumus $M = \frac{X_{max} + X_{min}}{2}$

Range = $X_{max} - X_{min}$

SD (standar deviasi) = $\frac{Range}{6}$

X_{min} : Nilai minimum data

X_{max} : Nilai maksimal data

Dengan menggunakan rumus ini, peneliti dapat mengidentifikasi seberapa besar tingkat dukungan otonomi orang tua dan tingkat *Nomophobia* pada masing-masing responden. Kategori “rendah” menunjukkan bahwa skor responden berada di bawah rata-rata, kategori “sedang” mencerminkan skor yang masih dalam rentang rata-rata, sedangkan kategori “tinggi” menunjukkan skor responden yang melebihi rata-rata secara signifikan.

a. *Parental Autonomy Support*

Analisis statistik deskriptif dari variabel *Parental Autonomy Support* menunjukkan rata rata yang diperoleh sebesar.

$X_{min} = 21$

$X_{max} = 84$

Range = 63

Mean = 52,5

SD = 10,5

TABEL 4. 2 KRITERIA KATEGORISASI SKALA *PARENTAL AUTONOMY SUPPORT*

Rendah	$X < M-1 \text{ SD}$ $X < 52,5 - 10,5$ $X < 42$
Sedang	$M-1 \text{ SD} < X < M+1 \text{ SD}$ $52,5 - 10,5 < X < 52,5 + 10,5$ $42 < X < 63$
Tinggi	$M+1 \text{ SD} \leq X$ $52,5 + 10,5 \leq X$ $63 \leq X$

TABEL 4. 3 DATA DISTRIBUSI RESPONDEN BERDASARKAN SKALA *PARENTAL AUTONOMY SUPPORT*

KATEGORI					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	3	1,3	1,3	1,3
	Sedang	195	83,3	83,3	84,6
	Tinggi	36	15,4	15,4	100,0
	Total	234	100,0	100,0	

Berdasarkan perolehan pengujian statistik deskriptif terhadap variabel Parental Autonomy Support, didapatkan angka terkecil sejumlah 21 dan skor terbesarnya yakni 84, dengan rentang skornya 63. Taraf reratanya (mean) dari variabel ini yaitu 52,5, serta *standard deviation* sebesar 10,5.

Kategori skala ditentukan berdasarkan rumus klasifikasi menggunakan pendekatan $\text{mean} \pm 1 \text{ SD}$, sehingga diperoleh tiga kategori sebagai berikut :

Kategori minimum: $X < 42$

Kategori sedang: $42 \leq X < 63$

Kategori tinggi: $X \geq 63$

Berdasarkan distribusi responden, sebanyak 195 responden (83,3%) berada pada bagian sedang, 36 responden (15,4%) berada pada kelompok tinggi, dan 3 responden (1,3%) terletak pada kelas rendah. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja di SMAN 2 Sampit memperoleh dukungan otonomi dari orang tua pada tingkat yang sedang, yang berarti mereka mendapatkan kesempatan untuk membuat pilihan dan memiliki kebebasan tertentu dalam aktivitasnya, namun belum sepenuhnya optimal.

Temuan ini mencerminkan bahwa sebagian besar orang tua memberikan dukungan terhadap kebutuhan otonomi anak, walaupun belum secara maksimal. Hal ini searah sama konsep dalam *Self-Determination Theory* (SDT) yang dikemukakan oleh Deci dan Ryan (1985), yang mengungkapkan bahwasanya dukungan otonomi dari orang tua menjadi suatu bagian dari aspek berharga dalam memenuhi keperluan psikologis dasar anak dan berkaitan erat dengan perkembangan motivasi internal serta kesejahteraan psikologis remaja.

Dengan begitu, bisa diambil simpulannya bahwasanya secara umum taraf parental autonomy support yang diterima oleh remaja di SMAN 2 Sampit terletak di jenis sedang, dengan sebagian kecil responden yang sudah memperoleh dukungan dalam kategori tinggi. Keberadaan remaja dalam kategori rendah pun sangat kecil, menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak berada dalam kondisi kurangnya dukungan otonomi dari orang tua.

a. *Nomophobia*

$$X_{\min} = 10$$

$$X_{\max} = 40$$

$$\text{Range} = 30$$

$$\text{Mean} = 25$$

$$SD = 5$$

TABEL 4. 4 KRITERIA KATEGORISASI SKALA *NOMOPHOBIA*

Rendah	$X < M - 1SD$ $X < 25 - 5$ $X < 20$
Sedang	$M - 1SD < X < M + 1SD$ $25 - 5 < X < 25 + 5$ $20 < X < 30$

Tinggi	$M+1 SD \leq X$ $25+ 5 \leq X$ $30 \leq X$
--------	--

TABEL 4. 5 DATA DISTRIBUSI RESPONDEN BERDASARKAN SKALA *NOMOPHOBIA*

KATEGORI					
		Freque ncy	Perce nt	Valid Percent	Cumulati ve Percent
V ali d	Ren dah	7	3,0	3,0	3,0
	Seda ng	107	45,7	45,7	48,7
	Tinggi	120	51,3	51,3	100,0
	Total	234	100,0	100,0	

Berdasarkan perolehan uji statistik deskriptif terhadap variabel *Nomophobia*, diperoleh angka terendah sejumlah 10 dan skor terbesarnya yaitu 40, dengan rentang skor senilai 30. Nilai tengahnya (mean) dari variabel tersebut ialah 25, dengan simpangan baku (standard deviation) sebesar 5.

Kriteria kategori skala *Nomophobia* ditentukan berdasarkan pendekatan $\text{mean} \pm 1 \text{ SD}$, sehingga diperoleh pembagian sebagai berikut :

Kategori minimum: $X < 20$

Kategori sedang: $20 \leq X < 30$

Kategori maksimal: $X \geq 30$

Berdasarkan distribusi responden dalam Tabel 4.5, diketahui bahwa sebanyak 120 responden (51,3%) terdapat paada jenis tinggi, 107 responden (45,7%) terdapat di kategori menengah, dan hanya 7 responden (3,0%) yang ada didalam jenis kecil. Temuan ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja di SMAN 2 Sampit memiliki tingkat *Nomophobia* yang tinggi, yang berarti mereka cenderung mengalami kecemasan atau ketergantungan berlebihan terhadap keberadaan ponsel, khususnya ketika tidak dapat mengaksesnya. Hal ini mencerminkan bahwa penggunaan ponsel di kalangan remaja sudah

menjadi sektor fundamental dalam operasi tiap harinya, bahkan hingga memengaruhi aspek psikologis jika tidak dapat mengaksesnya.

2. Uji Asumsi

1) Uji Normalitas

Uji normalitas berfungsi guna menunjukkan seperti apa data variabel tersebar dengan normal atau tidak. Pada riset ini, uji normalitas dikerjakan memakai uji Kolmogorov-Smirnov dengan pendekatan Asymp. Sig. (2-tailed) melalui program SPSS. Kriteria penghimpunan ketetapan adalah sebagai berikut:

TABEL 4. 6 HASIL UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		234
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.12574072
Most Extreme Differences	Absolute	.048
	Positive	.026
	Negative	-.048
Test Statistic		.048
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Berdasarkan hasil uji diatas pada Tabel 4.6, dihasilkan skor Asymp. Sig. (2-tailed) senilai 0,200. Nilai ini melampaui angka 0,05, sehingga bisa diambil maknanya kalau data residual pada studi ini terdistribusikan dengan baik.

2) Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan guna memastikan apa terdapat jalinan yang bersifat tersendiri antara variabel independen, yaitu Parental Autonomy Support (PAS), dan variabel dependen, yaitu *Nomophobia*. Uji ini penting

karena asumsi dasar dalam analisis regresi linear adalah bahwa hubungan antar variabel bersifat linier.⁵⁴

Pengujian dilakukan menggunakan program SPSS melalui analisis Test for Linearity dalam tabel ANOVA. Berikut hasil uji linearitas antara variabel PAS dan *Nomophobia* :

TABEL 4. 7 HASIL UJI LINEARITAS

ANOVA			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
NOMO * PAS	Between Groups	(Combined)	1220.559	30	40.685	1.497	.055
		Linearity	616.118	1	616.118	22.669	.000
		Deviation from Linearity	604.441	29	20.843	.767	.800
	Within Groups		5517.219	203	27.178		
	Total		6737.778	233			

Dari hasil uji linearitas pada Tabel 4.7, dihasilkan : Angka signifikansinya baris Linearity sejumlah 0,000 ($< 0,05$), yang menunjukkan bahwa adanya ikatan linear yang nyata diantara variabel *Parental Autonomy Support* dan *Nomophobia*. Nilai signifikansinya pada baris Deviation from Linearity yakni 0,800 ($> 0,05$), yang menandakan bahwasanya tidak ada penyelewengan relevan dari linearitas. Dengan demikian, bisa disimpulkan kalau jalinan antara variabel *Parental Autonomy Support* dan *Nomophobia* bersifat linear, dan model regresi linear bisa dipakai secara tepat pada studi ini.

3. Analisis Regresi Sederhana

⁵⁴ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2017).

Analisis regresi sederhana dilaksanakan guna melihat seberapa besar imbas variabel prediktor, yaitu Parental Autonomy Support (PAS), terhadap variabel dependen, yaitu *Nomophobia*. Regresi sederhana digunakan dikarenakan hanya melibatkan satu variabel konsekuen dan satu variabel hasil.⁵⁵

Berikut adalah hasil perhitungan regresi sederhana dengan menggunakan bantuan program SPSS :

TABEL 4. 8 HASIL ANALISIS REGRESI SEDERHANA

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	15,452	2,915		5,301	,000
	PAS	,247	,051	,302	4,832	,000

a. Dependent Variable: *NOMOPHOBIA*

Berdasarkan tabel *Coefficients*, diperoleh skor konstantanya sebanyak 15,452 dan koefisien regresi variabel Parental Autonomy Support (PAS) sebesar 0,247. Dengan demikian, persamaan regresi linier sederhana dalam evaluasi ini dicatat sebagai berikut : $Y = 15,452 + 0,247X$

Persamaan tersebut menunjukkan bahwa apabila tidak terdapat dukungan otonomi dari orang tua (PAS = 0), maka tingkat *Nomophobia* remaja berada pada angka 15,452. Sementara itu, setiap peningkatan satu satuan skor PAS akan diikuti dengan peningkatan skor *Nomophobia* sebesar 0,247 poin. Hal ini mengindikasikan terdapatnya korelasi yang bersifat positif antara dorongan otonomi orang tua dengan tingkat *Nomophobia* pada anak muda.

Hasil analisis juga memperlihatkan angka T hitung senilai 4,832 dengan nilai signifikansinya (Sig.) sejumlah 0,000. Disebabkan angka sig-nya dibawah

⁵⁵ Sugiyono.

angka 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka bisa disebutkan bahwasanya variabel PAS berpengaruh signifikan terhadap *Nomophobia*. Artinya, hipotesis alternatif (**H_a**) dapat diterima dan hipotesis nol (**H₀**) ditolak.

Disisi lain, nilai *Standardized Coefficient (Beta)* sebesar 0,302 menampilkan kalau kekuatan pengaruh PAS terhadap *Nomophobia* berada pada kategori lemah, meskipun signifikan secara statistik. Temuan ini sejalan dengan hasil uji koefisien determinasi (R^2), yang menunjukkan bahwa hanya **9,1%** variasi dalam *Nomophobia* dapat diterangkan oleh instrumen PAS, sedangkan residualnya dipengaruhi oleh aspek lain di luar model penelitian ini.

4. Hipotesis

a. Uji R^2

Uji koefisien determinasi atau R Square (R^2) diterapkan guna melihat sebanyak apa proporsi varians dalam variabel hasil (*Nomophobia*) yang bisa diungkapkan oleh variabel penjelas (Parental Autonomy Support atau PAS). Semakin tinggi nilai R^2 , maka bertambah besar partisipasi variabel bebasnya saat menjelaskan variabel hasilnya.⁵⁶

TABEL 4. 9 HASIL UJI R^2

Model Summary ^b					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	,302 ^a	,091	,088	5,137	2,014
a. Predictors: (Constant), PAS					
b. Dependent Variable: <i>NOMOPHOBIA</i>					

Berdasarkan tabel *Model Summary*, didapatkan angka R^2 sejumlah 0,302, yang menampilkan adanya ikatan positif antara *Parental Autonomy Support* (PAS) dengan *Nomophobia*. Nilai R Square (R^2) sebanyak 0,091

⁵⁶ Sugiyono.

mengindikasikan kalau 9,1% ragamnya dalam tingkat *Nomophobia* dapat diterangkan oleh variabel PAS, sedangkan (90,9%) dipengaruhi oleh variabel luar dari observasi ini.

Nilai Adjusted R Square sebesar 0,088 menunjukkan bahwasanya sesudah disamakan dengan banyaknya variabel prediktor dan sampel, kontribusi PAS terhadap *Nomophobia* tetap berada pada angka 8,8%. Hal ini memperlihatkan bahwa pengaruh PAS terhadap *Nomophobia* tergolong lemah, meskipun signifikan secara statistik (jika dilihat dari hasil uji signifikansi).

Nilai Standard Error of the Estimate sebesar 5,137 menunjukkan besarnya kesalahan standar dari prediksi model terhadap nilai aktual variabel dependen (*Nomophobia*). Sementara itu, nilai *Durbin-Watson* sebesar 2,014 menunjukkan bahwa tidak terdapat autokorelasi di dalam data (karena berada di kisaran 1,5 – 2,5). Ini berarti data residual bersifat independen, sehingga model regresi memenuhi salah satu asumsi klasik regresi.

b. Uji T

Uji T dipergunakan guna menguji signifikansi dampak variabel prediktor secara parsial terhadap variabel hasil pada model regresi. Dalam observasi ini, uji t dilaksanakan guna meninjau apakah variabel Parental Autonomy Support (PAS) berpengaruh secara signifikan terhadap *Nomophobia*.

Berikut adalah Uji T berdasarkan output dari SPSS :

Tabel 4. 10 HASIL UJI T

Coefficients ^a						
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	
	B	Std. Error	Beta			
1	(Constant)	15,452	2,915	5,301	,000	
	PAS	,247	,051	,302	4,832	,000

Uji t dipakai guna menunjukkan variabel independen secara terpisah apa berdampak nyata terhadap variabel dependen. Berdasarkan tabel *Coefficients*, diperoleh hasil sebagai berikut :

- Variabel PAS (*Parental Autonomy Support*) memiliki nilai **t** hitung sebesar 4,832 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$).

Karena angka signifikansinya lebih rendah dari 0,05, maka bisa disimpulkan kalau Variabel PAS berimbas secara nyata terhadap *Nomophobia*. Dengan begitu, hipotesis nol (H_0) diabaikan, dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan otonomi orang tua (PAS) terhadap tingkat *Nomophobia* pada remaja di SMAN 2 Sampit. Nilai koefisien **B = 0,247** juga menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi bersifat positif, yang berarti semakin besarnya motivasi otonomi dari orang tua, maka bertambah tinggi pula kecenderungan remaja mengalami *Nomophobia*. Namun demikian, pengaruh ini harus ditafsirkan secara hati-hati, karena tidak semua bentuk dukungan otonomi secara langsung mengurangi atau meningkatkan *Nomophobia* melainkan sangat bergantung pada konteks pengasuhan dan kontrol diri remaja.

B. Kontribusi Variabel

Untuk mengetahui besaran sumbabsihh yang diberikan pada setiap aspek variabel digunakan rumus sebagai berikut :

$$\frac{\text{jumlah total data aspek}}{\text{jumlah total data variabel}} \times 100\%$$

Diketahui :

Total data: 20135

Total data variabel X: 13245

Total data variabel Y : 6890

d. *Parental Authonomy Support*

1) Indikator 1 (Menawarkan pilihan dalam batas tertentu)

$$\begin{aligned} : 1,4,7,12 &= \frac{\text{jumlah total data aspek}}{\text{jumlah total data variabel}} \times 100\% \\ &= \frac{757+745+773+693}{13245} \times 100\% \\ &= \frac{2968}{13245} \times 100\% \\ &= 22,40\% \end{aligned}$$

2) Indikator 2 (Alasan rasional untuk tuntutan dan batasan)

$$\begin{aligned} : 2,8,16,20 &= \frac{\text{jumlah total data aspek}}{\text{jumlah total data variabel}} \times 100\% \\ &= \frac{2430}{13245} \times 100\% \\ &= 18,35\% \end{aligned}$$

3) Indikator 3 (Pengakuan terhadap perasaan)

$$\begin{aligned} : 6,11,14,21 &= \frac{\text{jumlah total data aspek}}{\text{jumlah total data variabel}} \times 100\% \\ &= \frac{2483}{13245} \times 100\% \\ &= 18,75\% \end{aligned}$$

4) Indikator 4 (Mengancam untuk menghukum)

$$\begin{aligned} : 3,9,13,17 &= \frac{\text{jumlah total data aspek}}{\text{jumlah total data variabel}} \times 100\% \\ &= \frac{2543}{13245} \times 100\% \\ &= 19,20\% \end{aligned}$$

5) Indikator 5 (Menimbulkan rasa bersalah)

$$\begin{aligned}
 : 5,10,18 &= \frac{\text{jumlah total data aspek}}{\text{jumlah total data variabel}} \times 100\% \\
 &= \frac{1887}{13245} \times 100\% \\
 &= 14,25\%
 \end{aligned}$$

6) Indikator 6 (Mendorong tujuan kinerja)

$$\begin{aligned}
 : 15,19 &= \frac{\text{jumlah total data aspek}}{\text{jumlah total data variabel}} \times 100\% \\
 &= \frac{934}{13245} \times 100\% \\
 &= 7,05\%
 \end{aligned}$$

Berdasarkan perolehan tersebut, bisa ditarik simpulannya bahwa indikator yang memiliki kontribusi paling besar terhadap variabel *Parental Autonomy Support* adalah indikator “Menawarkan pilihan dalam batas tertentu” dengan kontribusi sebesar 22,40%. Hal ini menunjukkan bahwa remaja cenderung lebih merasakan dukungan otonomi dalam bentuk diberikannya pilihan oleh orang tua dalam batas-batas yang masih dapat dikendalikan. Sementara itu, indikator dengan kontribusi paling rendah adalah “Mendorong tujuan kinerja”, dengan kontribusi sebesar 7,05%. Ini mengindikasikan bahwa bentuk dukungan orang tua dalam mendorong anak untuk mencapai tujuan-tujuan kinerja tertentu (misalnya prestasi akademik atau aktivitas spesifik lainnya) dirasakan lebih rendah dibandingkan dengan bentuk dukungan lainnya.

Secara umum, data ini menunjukkan bahwa dukungan otonomi dari orang tua lebih banyak dirasakan dalam aspek pilihan dan komunikasi (rasionalisasi tuntutan), daripada dorongan yang bersifat kompetitif atau

perfeksionistik, yang sesuai dengan pendekatan *autonomy-supportive* parenting dalam *Self-Determination Theory*.

e. *Nomophobia*

1) Indikator 1 (*Losing Connectiveness*)

$$\begin{aligned} : 22,23,24 &= \frac{\text{jumlah total data aspek}}{\text{jumlah total data variabel}} \times 100\% \\ &= \frac{1988}{6890} \times 100\% \\ &= 28,85\% \end{aligned}$$

2) Indikator 2 (*Giving up convenience*)

$$\begin{aligned} : 25,26 &= \frac{\text{jumlah total data aspek}}{\text{jumlah total data variabel}} \times 100\% \\ &= \frac{1421}{6890} \times 100\% \\ &= 20,63\% \end{aligned}$$

3) Indikator 3 (*Not being able to communicate*)

$$\begin{aligned} : 27,28 &= \frac{\text{jumlah total data aspek}}{\text{jumlah total data variabel}} \times 100\% \\ &= \frac{1432}{6890} \times 100\% \\ &= 20,78\% \end{aligned}$$

4) Indikator 4 (*Not being able to access information*): 29,30,31

$$\begin{aligned} &= \frac{\text{jumlah total data aspek}}{\text{jumlah total data variabel}} \times 100\% \\ &= \frac{2049}{6890} \times 100\% \\ &= 29,74\% \end{aligned}$$

Berdasarkan data tersebut, diketahui bahwa aspek "*Not being able to access information*" memiliki kontribusi paling besar terhadap tingkat *Nomophobia* (29,74%), disusul oleh "*Losing connectiveness*" (28,85%). Sementara itu, kontribusi paling rendah berasal dari indikator "*Giving up convenience*" (20,63%).

Hal ini menunjukkan bahwa ketakutan utama yang dirasakan remaja berkaitan dengan tidak dapat mengakses informasi melalui ponsel, seperti berita, media sosial, atau pencarian data lainnya. Dengan demikian, aspek kognitif dari *Nomophobia* (akses informasi) tampak lebih dominan dibandingkan aspek sosial (komunikasi) maupun kenyamanan.

C. Analisis Data

Berdasarkan hasil analisis data dalam penelitian ini, dapat dijelaskan bahwa tujuan pertama, yaitu untuk mengetahui tingkat parental autonomy support (PAS) pada remaja akhir di SMAN 2 Sampit, telah tercapai. Data statistik deskriptif menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang hingga tinggi dalam persepsi mereka terhadap dukungan otonomi dari orang tua. Aspek yang paling dominan dirasakan oleh remaja adalah menawarkan pilihan dalam batas tertentu, yang menunjukkan bahwa remaja cenderung mendapatkan kesempatan untuk mengambil keputusan sendiri dalam batas yang ditentukan oleh orang tua. Hal ini mencerminkan adanya pengakuan terhadap kebutuhan remaja akan kemandirian, sejalan dengan ciri perkembangan masa remaja menurut teori Hurlock.

Selanjutnya, untuk tujuan kedua, yaitu mengetahui tingkat nomophobia pada remaja akhir di SMAN 2 Sampit, hasil analisis juga menunjukkan bahwa sebagian besar remaja mengalami tingkat nomophobia pada kategori sedang hingga tinggi. Aspek nomophobia yang paling dominan adalah tidak dapat mengakses informasi, yang berarti ketakutan terbesar remaja ketika terlepas dari ponsel adalah kehilangan akses terhadap informasi, termasuk

media sosial, berita, dan data daring lainnya. Hal ini memperkuat pemahaman bahwa keterikatan remaja pada ponsel tidak hanya bersifat sosial, namun juga kognitif.

Untuk tujuan ketiga, yakni mengetahui pengaruh antara parental autonomy support terhadap nomophobia, hasil uji regresi linier sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel PAS terhadap nomophobia, dengan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0.000 yang lebih kecil dari 0.05. Koefisien regresi sebesar 0,247 dan nilai R square sebesar 0,091 menunjukkan bahwa PAS berkontribusi sebesar 9,1 persen terhadap perubahan tingkat nomophobia, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Arah hubungan yang positif mengindikasikan bahwa semakin tinggi PAS yang diberikan orang tua (dalam konteks ini termasuk gaya pengasuhan yang terlalu permisif atau kurangnya pengawasan), maka remaja juga dapat menunjukkan kecenderungan terhadap penggunaan ponsel yang tidak terkontrol dan berujung pada tingkat nomophobia yang lebih tinggi. Namun, hal ini juga membuka ruang interpretasi bahwa dukungan otonomi yang tidak diimbangi dengan bimbingan atau batasan yang sehat dapat berkontribusi pada tingginya ketergantungan digital.

Dengan demikian, ketiga tujuan penelitian ini telah tercapai dan didukung oleh data empiris yang signifikan secara statistik. Hasil ini juga memberikan pemahaman baru bahwa pengasuhan berbasis dukungan otonomi

perlu diiringi dengan pendampingan yang tepat, agar tidak mengarah pada kebebasan yang berlebihan dalam penggunaan teknologi oleh remaja.

Berdasarkan hasil rekapitulasi data kuesioner, diketahui bahwa dari enam aspek alat ukur dalam variabel *Parental Autonomy Support* (PAS), aspek "menawarkan pilihan dalam batas tertentu" memperoleh persentase kontribusi tertinggi sebesar 22,40 persen. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden merasakan adanya bentuk dukungan otonomi dari orang tua, terutama dalam hal diberi kesempatan untuk memilih, tetapi tetap dalam batasan yang dapat dikendalikan oleh orang tua. Temuan ini mengindikasikan bahwa otonomi yang diberikan masih berada dalam kerangka tanggung jawab, dan tidak sepenuhnya lepas dari pengarahan.

Selain itu, dua aspek autonomy support lainnya, yakni "pengakuan terhadap perasaan" dan "pemberian alasan rasional terhadap tuntutan dan batasan", juga memperoleh persentase tinggi (masing-masing 18,75 persen dan 18,35 persen). Ini memperkuat gambaran bahwa gaya pengasuhan yang dominan dalam penelitian ini adalah gaya yang menghargai pendapat anak, menjelaskan alasan di balik aturan, dan memberikan ruang diskusi, sebagaimana sesuai dengan karakteristik *autonomy-supportive parenting* menurut teori *Self-Determination*.

Namun demikian, aspek *controlling parenting* juga masih muncul dalam data, terutama pada indikator "mengancam untuk menghukum" dengan persentase 19,20 persen, serta "menimbulkan rasa bersalah" (14,25 persen) dan "mendorong tujuan kinerja" sebagai yang terendah (7,05 persen). Angka-

angka ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas remaja merasa didukung secara otonom, praktik pengasuhan yang bersifat mengontrol masih terjadi, meski dalam intensitas yang lebih rendah. Terutama rendahnya dorongan terhadap pencapaian tujuan kinerja (seperti prestasi) menunjukkan bahwa kompetensi dan pengembangan regulasi diri anak belum menjadi fokus utama dari pengasuhan yang diterima oleh responden.

Ketika dihubungkan dengan data pada variabel *Nomophobia*, diketahui bahwa aspek dengan kontribusi tertinggi adalah "not being able to access information" sebesar 29,74 persen, diikuti oleh "losing connectiveness" sebesar 28,85 persen. Kedua aspek ini merupakan bentuk ketakutan remaja yang bersifat kognitif dan sosial terhadap kehilangan akses terhadap ponsel. Di sisi lain, aspek "*giving up convenience*" dan "*not being able to communicate*" memiliki persentase yang lebih rendah, yaitu 20,63 persen dan 20,78 persen, menunjukkan bahwa rasa tidak nyaman karena kehilangan fitur praktis dan komunikasi secara langsung bukan menjadi ketakutan utama dalam kasus ini.

Jika kedua data tersebut dikaitkan, maka terlihat bahwa dukungan otonomi yang tinggi namun tidak dibarengi dengan kontrol diri atau pengawasan orang tua yang cukup dapat membuka ruang bagi remaja untuk menggunakan gawai secara lebih bebas, tanpa kendali. Hal ini pada akhirnya berpotensi meningkatkan ketergantungan terhadap ponsel, terutama dalam hal pencarian informasi dan konektivitas digital, yang menjadi pemicu utama *Nomophobia*.

Temuan ini sejalan dengan hasil uji regresi linear sederhana yang menunjukkan bahwa PAS memiliki pengaruh positif dan signifikan terhadap *Nomophobia* ($B = 0,247$, $\text{Sig.} = 0,000$), meskipun kontribusinya secara kuantitatif hanya sebesar 9,1 persen ($R \text{ Square} = 0,091$). Ini mengindikasikan bahwa meskipun pengaruhnya signifikan, terdapat faktor-faktor lain di luar PAS yang turut memengaruhi *Nomophobia*, seperti kontrol diri, intensitas penggunaan media sosial, dan kecemasan sosial.

Secara teoretis, hal ini dapat dijelaskan melalui pendekatan *Self-Determination Theory* (SDT), yang menyatakan bahwa agar seseorang berkembang secara optimal, dibutuhkan pemenuhan tiga kebutuhan dasar: *autonomy*, *competence*, dan *relatedness*. Dalam kasus ini, *autonomy* telah diberikan, tetapi *competence* (kemampuan mengelola perilaku sendiri) dan *relatedness* (keterhubungan sosial sehat) tampaknya belum terbangun secara optimal. Hal ini terlihat dari rendahnya dukungan dalam hal mendorong tujuan kinerja (kompetensi) serta rendahnya ketakutan pada aspek kehilangan komunikasi langsung (relasi sosial). Akibatnya, otonomi yang tinggi berdiri sendiri tanpa keseimbangan kebutuhan lain, sehingga justru berisiko menimbulkan perilaku maladaptif seperti *Nomophobia*.

Disisi lain dalam penelitian Arief Rahman Hakim, ditemukan bahwa *Nomophobia* berpengaruh terhadap *withdrawal behavior* pada siswa, dan salah satu penyebabnya adalah minimnya pengawasan orang tua. Ini memperkuat interpretasi bahwa bentuk pengasuhan orang tua yang terlalu permisif atau memberi kebebasan berlebihan (aspek tertentu dalam PAS) dapat berdampak pada kecenderungan maladaptif dalam penggunaan

teknologi.⁵⁷ Begitupun dari penelitian Wenzhi Wu dkk. Studi tersebut menemukan bahwa PAS berpengaruh negatif terhadap kecanduan ponsel, artinya PAS yang tinggi dapat menurunkan mobile phone addiction.⁵⁸ Temuan ini bertentangan dengan hasil penelitian, yang menunjukkan bahwa PAS justru berhubungan positif dengan *Nomophobia*. Perbedaan ini dapat dijelaskan oleh perbedaan konteks budaya, usia responden, serta variabel moderator atau mediasi yang tidak dianalisis dalam penelitian ini, seperti regulasi diri atau kontrol sosial.

Hasil ini dapat dianalisis melalui lensa *Self-Determination Theory* (SDT) yang dioptimalkan oleh Deci dan Ryan.⁵⁹ SDT mengungkapkan kalau manusia memiliki tiga kebutuhan psikologis dasar yang esensial bagi pertumbuhan psikologis yang sehat, yaitu:

1. *Autonomi* (merasa bebas dan memiliki kontrol atas pilihan pribadi),
2. *Kompetensi* (merasa mampu dan efektif dalam melakukan sesuatu), dan
3. *Relatedness* (merasa terhubung secara emosional dengan orang lain).

Orang tua yang mendukung otonomi biasanya tidak memaksakan kehendak, namun memberikan ruang bagi anak untuk membuat keputusan sendiri, memberikan pilihan, dan menghargai sudut pandang anak. Secara teori, pendekatan ini mestinya mendorong perkembangan regulasi diri, motivasi intrinsik, dan kesejahteraan psikologis anak.

⁵⁷ Hakim, "Pengaruh Nomophobia (No Mobile Phone Phobia) Terhadap Sikap Withdrawal Pada Siswa SMA Yasnida Ambarawa Tahun Pelajaran 2021/2022."

⁵⁸ Wu et al., "The Influence of Parental Autonomy Support on Cyberbullying Victimization of High School Students: A Latent Moderation Analysis."

⁵⁹ R. M. Deci, E. L., & Ryan, "The 'What' and 'Why' of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior.," *Psychological Inquiry* 11, no. 4 (2000): 227–268.

Dalam penelitian ini, aspek *Autonomy Support* dari variabel PAS menunjukkan tingkat koefisien 0,247 dan signifikansi 0,000 yang berarti PAS berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Nomophobia*. Artinya, semakin tinggi dukungan otonomi orang tua, semakin tinggi juga kecenderungan *Nomophobia* pada remaja. Hal ini diakibatkan oleh tidak diimbangnya peran kontrol atau pengawasan yang membuat remaja menjadi lebih bebas menggunakan *smartphone* tanpa batasan. Dalam konteks *Nomophobia*, *controlling parenting* justru berpotensi menekan intensitas penggunaan gadget.

Namun, dalam konteks perkembangan remaja, dukungan otonomi tidak selalu menghasilkan dampak yang adaptif. Anak muda merupakan seseorang yang sudah masuk pada tahap pertumbuhan identitas dan kemandirian emosional.⁶⁰ Mereka memiliki kebutuhan kuat untuk menjelajahi dunia luar, membentuk citra diri, dan menjalin relasi sosial yang seringkali diwujudkan melalui media sosial dan *smartphone*. Dalam kondisi tersebut, dukungan otonomi dari orang tua yang tidak diiringi dengan struktur, pengawasan, dan keterlibatan emosional, berisiko memberi ruang terlalu luas bagi remaja untuk mengembangkan kebiasaan digital yang tidak terkontrol. Ketika remaja diberi terlalu banyak kebebasan tanpa bimbingan yang memadai, mereka berisiko membangun strategi koping yang tidak adaptif, termasuk ketergantungan pada perangkat digital dan media sosial sebagai alat utama untuk memenuhi kebutuhan *relatedness* dan validasi diri.

⁶⁰ J. W. Santrock, *Adolescence (14th Ed.)* (Hill: McGraw, 2011).

Seperti dijelaskan oleh Soenens dan Vansteenkiste, dukungan otonomi tidak boleh disalahartikan sebagai kebebasan tanpa batas (*permissiveness*). *Autonomy support* yang sehat justru melibatkan komunikasi yang terbuka, empati terhadap kebutuhan anak, serta pemberian alasan yang rasional terhadap setiap aturan yang diberikan, bukan hanya menyerahkan keputusan sepenuhnya kepada anak tanpa pendampingan.⁶¹ Apabila kebebasan tersebut tidak dibarengi dengan pembentukan kompetensi diri, regulasi emosi, dan kelekatan emosional yang aman, maka remaja dapat mengalami kekosongan psikologis yang kemudian berusaha dipenuhi melalui media digital, khususnya smartphone. Dalam kondisi demikian, remaja berisiko mengalami ketergantungan terhadap smartphone, yang berujung pada kecenderungan *Nomophobia* yaitu rasa cemas atau tidak nyaman saat tidak dapat mengakses perangkat digital mereka.⁶²

Lebih jauh lagi, dalam teori perkembangan psikososial yang dikemukakan oleh Erikson, remaja adalah fase perkembangan yang berada pada perkembangan "*identity vs. role confusion*", yaitu fase di mana individu berusaha membentuk jati diri dan mencari peran sosial yang diakui di lingkungannya.⁶³ Dalam proses pencarian identitas ini, remaja cenderung menjelajah berbagai peran, nilai, dan hubungan sosial untuk menemukan siapa diri mereka. Pada era digital saat ini, smartphone dan media sosial kerap

⁶¹ M. Soenens, B., & Vansteenkiste, "A Theoretical Upgrade of the Concept of Parental Psychological Control: Proposing New Insights on the Basis of Self-Determination Theory.," *Developmental Review*, 30, no. 1 (2010): 74–99.

⁶² Gezin, "Exploring the Influence of the Patterns of Smartphone Use, Social Media Use, and Demographic Variables on Nomophobia."

⁶³ E. H. Erikson, *Identity: Youth and Crisis* (New York: W. W. Norton & Company., 1968).

menjadi sarana utama bagi remaja untuk membangun citra diri, menjalin koneksi sosial, serta memperoleh validasi dari lingkungan sekitarnya.

Apabila dukungan otonomi dari orang tua diberikan secara longgar tanpa disertai dengan pendampingan, arahan nilai, dan keterlibatan emosional, maka smartphone dapat menjadi alat dominan bagi remaja dalam membentuk eksistensi sosialnya secara mandiri, tanpa filter atau kontrol dari lingkungan dewasa. Akibatnya, ketergantungan pada perangkat digital menjadi tinggi, dan rasa cemas berlebihan saat jauh dari ponsel atau *Nomophobia* menjadi lebih mungkin terjadi.⁶⁴

Observasi ini juga disongkong oleh temuan dari Kuss et al. (2018), yang menjelaskan bahwa penggunaan smartphone sering kali menjadi kompensasi atas kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi secara sehat, seperti kebutuhan akan koneksi sosial, afeksi, dan kontrol diri.⁶⁵ Dalam konteks ini, dukungan otonomi dari orang tua yang tidak dibarengi dengan kelekatan emosional, struktur nilai, dan batasan perilaku yang jelas justru dapat memicu strategi koping berbasis ketergantungan, termasuk pada media digital.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan wawasan bahwa dukungan otonomi perlu diberikan secara seimbang dan kontekstual tidak hanya mengasihkan haknya kepada anak, namun juga diikuti sama pembentukan rasa tanggung jawab, disiplin diri, dan kemampuan regulasi

⁶⁴ J. Kuss, D. J., Harkin, L., Kanjo, E., & Billieux, "Problematic Smartphone Use: Investigating Contemporary Experiences Using a Convergent Design," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 1, no. 15 (2018): 142.

⁶⁵ J. Kuss, D. J., Harkin, L., Kanjo, E., & Billieux, "Problematic Smartphone Use: Investigating Contemporary Experiences Using a Convergent Design.," *International Journal of Environmental Research and Public Health* 1, no. 15 (2018): 74–99.

emosi. Di tengah tantangan dunia digital saat ini, peran orang tua tidak hanya sebagai pemberi ruang eksplorasi, tetapi juga sebagai pendamping emosional, fasilitator literasi digital, dan pembimbing moral, yang mampu membantu remaja menavigasi kebebasannya secara sehat dan adaptif.⁶⁶

D. Temuan Penelitian

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh melalui instrumen skala dan pengolahan menggunakan program SPSS, diperoleh beberapa temuan penting dalam temuan ini, sebagaimana berikut:

1. Hubungan antara Parental Autonomy Support dan *Nomophobia*

Berdasarkan hasil uji regresi linier sederhana, diperoleh nilai R Square sebesar 0,091, yang berarti bahwa Parental Autonomy Support menjelaskan sebesar 9,1% variasi dalam tingkat *Nomophobia* pada remaja. Hasil uji t menampilkan bahwasanya PAS berdampak secara nyata terhadap *Nomophobia*, dengan angka signifikansinya sejumlah 0,000 ($p < 0,05$) dan arah hubungan baik. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi dukungan otonomi yang disumbangkan oleh keluarganya, maka bertambah besar pula kecenderungan remaja mengalami *Nomophobia*.

2. Interpretasi Teoretis Temuan

Temuan ini memberikan pemahaman bahwa dukungan otonomi yang diberikan tanpa struktur, kelekatan emosional, dan pengawasan adaptif, berpotensi meningkatkan penggunaan smartphone secara kompulsif. Berdasarkan Self-Determination Theory (SDT), dukungan otonomi

⁶⁶ M. Soenens, B., & Vansteenkiste, "A Theoretical Upgrade of the Concept of Parental Psychological Control: Proposing New Insights on the Basis of Self-Determination Theory," *Developmental Review*, 30, no. 1 (2010): 7–99.

seharusnya dipadukan dengan pembentukan kompetensi dan keterhubungan sosial yang sehat. Jika tidak, maka kebebasan yang diberikan dapat digunakan remaja untuk membentuk eksistensi dan pemenuhan psikologis melalui media digital, sehingga meningkatkan risiko *Nomophobia*. Temuan bahwa Parental Autonomy Support (PAS) berpengaruh positif dan signifikan terhadap *Nomophobia* memiliki implikasi penting, baik secara teoretis maupun praktis. Secara teoretis, hasil ini menambah wawasan bahwa dukungan otonomi dari orang tua tidak selalu berdampak positif apabila tidak disertai dengan pengawasan yang memadai. Dukungan otonomi yang tinggi dapat memicu perilaku bebas yang tidak terkontrol, termasuk kecenderungan terhadap ketergantungan digital seperti *Nomophobia*.⁶⁷

Secara praktis, orang tua perlu menyadari bahwa pemberian kebebasan kepada anak, khususnya remaja, harus disertai dengan bimbingan, pengawasan, dan penanaman nilai tanggung jawab. Remaja yang mendapatkan keleluasaan tinggi dalam penggunaan gadget tanpa batasan yang sehat, cenderung lebih rentan mengalami *Nomophobia*, karena kurangnya regulasi diri dan pemahaman tentang batasan penggunaan teknologi.⁶⁸ Temuan ini berkaitan erat dengan teori Self-Determination Theory (SDT) yang diperbaharui oleh Deci dan Ryan.

⁶⁷ Soenens, B., & Vansteenkiste, "A Theoretical Upgrade of the Concept of Parental Psychological Control: Proposing New Insights on the Basis of Self-Determination Theory."

⁶⁸ H. Turan, A. H., & Tinmaz, "The Effect of Parental Monitoring on Adolescents' Problematic Mobile Phone Use," *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 8, no. 43 (2015): 1343–1354.

Dalam teori ini disebutkan bahwasanya manusia mempunyai tiga keperluan psikologis dasar: autonomy, competence, dan relatedness⁶⁹.

Jika hanya kebutuhan autonomy yang dipenuhi oleh orang tua, tanpa keseimbangan dengan competence (kemampuan mengelola perilaku) dan relatedness (hubungan sosial yang sehat), maka anak cenderung menggunakan otonomi secara tidak adaptif. Dalam konteks penelitian ini, dukungan otonomi yang tinggi memungkinkan remaja merasa bebas menggunakan ponsel tanpa kontrol, sehingga meningkatkan ketergantungan yang berujung pada *Nomophobia*.⁷⁰

Dengan demikian, dukungan otonomi yang sehat seharusnya dibarengi dengan arahan agar remaja dapat mengembangkan kompetensi sosial dan digital yang seimbang.

E. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini tentu mempunyai bermacam-macam limitasi yang butuh dipantau, baik oleh peneliti sendiri maupun oleh pembaca atau peneliti selanjutnya. Adapun limitasi dalam observasi ini adalah sebagai berikut:

1. Terbatas pada Satu Variabel Prediktor (PAS)

Penelitian ini sekedar mengevaluasi satu variabel penjelas, yaitu Parental Autonomy Support (PAS), tanpa melibatkan variabel lain yang juga dapat memengaruhi *Nomophobia*, seperti self-regulation, parental

⁶⁹ R. M. Deci, E. L., & Ryan, "The 'What' and 'Why' of Goal Pursuits: Human Needs and the Self-Determination of Behavior," *Psychological Inquiry* 4, no. 11 (2000): 227–68.

⁷⁰ V. Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, "Motivational, Emotional, and Behavioral Correlates of Fear of Missing Out," *Computers in Human Behavior* 29, no. 4 (2013): 1841–48.

monitoring, atau attachment. Hal ini membatasi pemahaman secara utuh mengenai berbagai faktor psikologis yang dapat berkontribusi terhadap *Nomophobia*.

2. Keterbatasan Lokasi dan Jumlah Subjek

Observasi ini sekedar dilaksanakan di satu sekolah, yaitu SMAN 2 Sampit, dengan jumlah responden sebanyak 105 siswa. Oleh sebabnya, hasil temuan ini belum bisa digeneralisasikan secara mendalam ke seluruh populasi remaja atau sekolah lain dengan karakteristik sosial yang berbeda.

3. Penggunaan Data Kuantitatif

Studi ini mengenakan metodologi kuantitatif dengan instrumen skala sebagai alat ukur. Meskipun data kuantitatif memberikan gambaran numerik yang objektif, pendekatan ini tidak menggali lebih dalam pengalaman subjektif atau latar belakang emosional siswa dalam memahami relasi dengan orang tua atau alasan mereka merasa cemas tanpa ponsel.

4. Tidak Melibatkan Perspektif Orang Tua

Penelitian ini hanya menggali persepsi dari pihak remaja mengenai dukungan otonomi yang mereka terima dari orang tua. Tidak ada data pembandingan dari sisi orang tua itu sendiri, padahal persepsi orang tua dan anak terhadap hubungan mereka sering kali berbeda. Hal ini membatasi sudut pandang dan keakuratan dalam menilai tingkat dukungan otonomi secara objektif.

5. Faktor Kontekstual Tidak Dikendalikan

Penelitian ini tidak mengontrol faktor eksternal seperti tekanan akademik, situasi keluarga (konflik, ekonomi), dan lingkungan sosial yang juga dapat memengaruhi tingkat *Nomophobia* remaja. Hal ini membuat interpretasi hubungan PAS dan *Nomophobia* menjadi bersifat terbatas dan tidak sepenuhnya bebas dari pengaruh luar.