

TIKTOK DAN DINAMIKA KELUARGA: STRATEGI PENURUNAN SHORT-FORM VIDEO ADDICTION PADA REMAJA INDONESIA BERBASIS TEORI EKOLOGI BRONFENBRENNER

Siska Novita Gozaly¹⁾, Herdina Indrijati¹⁾ *

¹Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga: (Surabaya, Jawa Timur, Indonesia)

*Penulis korespondensi: herdina.indrijati@psikologi.unair.ac.id

ABSTRAK

Short-Form video addiction merupakan salah satu jenis adiksi yang marak terjadi, terutama dengan adanya aplikasi TikTok. Keluarga sebagai salah satu lingkungan terdekat individu termasuk ke dalam mikro sistem yang dapat mempengaruhi individu dalam membentuk *coping strategy*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran mediasi *coping strategy* pada pengaruh *family functionality* dan *family conflict* terhadap *short-form video addiction* dengan menggunakan pendekatan *mixed method*, yaitu metode kuantitatif desain survei dan metode kualitatif desain studi kasus. Sebanyak 424 partisipan survei yang merupakan murid SMP di Surabaya dengan rentang usia 12-14 tahun. Partisipan survei dipilih menggunakan teknik *cluster sampling*. Sedangkan untuk studi kasus, peneliti mewawancarai 8 *interviewee* dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil yang didapatkan adalah adanya efek mediasi penuh *coping strategy* pada pengaruh *family functionality* dan efek mediasi parsial *coping strategy* pada pengaruh *family conflict* terhadap *short-form video addiction*. Selain itu, hasil penelitian kualitatif menunjukkan bahwa kecanduan TikTok dipengaruhi oleh faktor individu, eksternal (terutama keluarga dan teman sebaya), serta faktor *short form video* dari aplikasi. Penggunaan TikTok memiliki dampak positif dalam hal edukasi, tetapi juga berisiko mengekspos remaja pada konten negatif dan perilaku maladaptif. Hasil penelitian kualitatif memberikan catatan penting bagi pemerintah, orang tua, dan pendidik untuk membantu mengatasi kecanduan TikTok pada remaja.

Kata-kata kunci: adiksi video pendek, keluarga, coping

ABSTRACT

Short-Form video addiction is one type of addiction that is rampant, especially with the TikTok application. The family as one of the closest environments to individuals is included in a micro system that can influence individuals in forming coping strategies. This study aims to determine the mediating role of coping strategies on the influence of family functionality and family conflict on short-form video addiction using a mixed method approach, namely quantitative methods of survey design and qualitative methods of case study design. A total of 424 survey participants were junior high school students in Surabaya with an age range of 12-14 years. Survey participants were selected using cluster sampling technique. As for the case study, the researcher interviewed 8 interviewees using purposive sampling technique. The results obtained were the full mediating effect of coping strategies on the influence of family functionality and the partial mediating effect of coping strategies on the influence of family conflict on short-form video addiction. In addition, the results of qualitative research show that TikTok addiction is influenced by individual, external (especially family and peers), and short form video factors from the application.

TikTok use has a positive impact in terms of education, but also risks exposing adolescents to negative content and maladaptive behavior. The qualitative research results provide important notes for the government, parents, and educators to help overcome TikTok addiction in adolescents.

Keywords: *coping, family, short-form video addiction*

Pendahuluan

Internet merupakan bagian penting dalam kehidupan sehari-hari. Internet merupakan sistem jaringan global yang saling menghubungkan pengguna di seluruh penjuru dunia (Gani, 2020). Kasus penetrasi pengguna internet di Indonesia menurut data APJII (2020) mencapai kurang lebih 73.7% dari total populasi. Pada Januari 2022, pengguna internet di Indonesia mencapai angka 204,7 juta pemakai. Hal ini didukung analisis yang menunjukkan bahwa pengguna internet di Indonesia meningkat sebesar 2,1 juta (+1,0 persen) antara tahun 2021 dan 2022 (Kemp, 2022). Hal ini tentu saja membawa banyak pengaruh, baik positif maupun negatif. Pengaruh negatif yang muncul salah satunya berupa adiksi internet. Pengguna yang banyak dan spektrum yang luas menjadikan jenis adiksi internet beragam, salah satu adiksi yang marak dan ramai dibicarakan adalah *short-form video addiction* (SFV).

Short-form video merupakan bentuk video yang merangkum berbagai aktivitas kehidupan dalam durasi detik hingga menit (Zhang dkk., 2019). Bentuk SFV ini segera memikat hati banyak masyarakat. Secara khusus, pada bulan Juni 2021, aplikasi berbasis short-form video China, seperti TikTok, Kuaishou, dan Semangka, telah menjangkau 888 juta pengguna dengan peningkatan sebesar 14,4 juta pengguna dibandingkan Desember 2020 (Huang dkk., 2022). Konten video dipersonalisasi berdasarkan analisis preferensi pengguna. Hal inilah yang menjadikan SFV memunculkan nilai hedonis yang memicu ketagihan (Zhang dkk., 2019). *Short-form video addiction* (SVA) secara verbal didefinisikan sebagai kelekatan kuat pengguna pada SFV dan tidak dapat mengontrol diri untuk tidak menggunakan dan melihat short-form video secara berlebihan (Yang dkk., 2016).

Di Indonesia sendiri, aplikasi berbasis SFV yang terkenal adalah aplikasi TikTok. TikTok adalah salah satu aplikasi dengan pertumbuhan paling cepat dibandingkan dengan media sosial sejenisnya dalam hal jumlah dan intensitas pengguna. (Montag dkk., 2021). Perilaku kecanduan TikTok dapat dilihat dari data bahwa sebesar 22 persen dari 486 juta pengguna menonton video lebih dari 1 jam per hari (Tian dkk., 2023). Hal ini didukung data bahwa 70% pengguna bersedia mempertahankan aplikasi dalam jangka waktu panjang (Chen, 2020). Selain karena angkanya yang tinggi, SVA ini juga mengkhawatirkan karena data kasus yang mencangkup 20% di bawah usia 19 tahun dan 52,8% di bawah 24 tahun (Chen, 2020). Apalagi bagi beberapa dari mereka, SVA menyebabkan penggunaan SFV sepanjang hari di atas rutinitas harian lainnya. Hal ini

menyebabkan kualitas tidur yang rendah, nyeri tubuh, mata kering dan buram, kecemasan, penurunan interaksi tatap muka, depresi, kesepian, gangguan, kualitas tidur rendah, dan isolasi sosial (Elhai dkk., 2017). Jika dibiarkan, dampak-dampak ini dapat berpengaruh signifikan karena sifat remaja yang mudah terpapar dan dalam kondisi pencarian jati diri (Weimann and Masri, 2020).

Urgensi inilah yang mendorong perlunya pendekatan yang efektif dan efisien dalam menyelesaikan masalah ini yang dibuktikan dengan keberadaan *Sustainable Development Goals* yang berusaha menekan angka SVA. Tujuan ini dirangkum dalam SDG 3 terkait *good health and wellbeing* pada poin *youth well-being* dan *psychological well-being*. Adapun, untuk menangani fenomena ini secara tepat diperlukan pendekatan melalui persepsi teori yang holistik seperti teori ekologi Bronfenbrenner. Setiap aspek dalam sistem lingkungan ini saling memengaruhi dan membentuk sikap perilaku anak, salah satunya aspek keluarga. Pengaruh keluarga dan lingkungan terdekat anak ini masuk pada sistem mikrosistem. Interaksi sistem ini memengaruhi bagaimana anak tersebut tumbuh serta berperilaku dalam merespon kondisi keluarga, tak terkecuali perilaku SVA (Ibda, 2022). Langkah keluarga memengaruhi perkembangan anak salah satunya melalui dinamika keluarga, yakni interaksi atau hubungan individu dengan lingkungan sekitarnya, yakni keluarga sehingga individu dapat menyesuaikan diri baik dalam lingkungan kelompok sosial (Setyawan, 2015). Peran keluarga juga mempengaruhi strategi coping yang berbeda bagi tiap individu (Ibda, 2022). Fungsi dan konflik keluarga dapat menimbulkan *coping* yang adaptif maupun maladaptif, seperti SVA

Sesuai dengan teori bronfenbrenner dan penelitian-penelitian terdahulu, peneliti berargumentasi bahwa terdapat hubungan antara dinamika keluarga berupa fungsionalitas dan konflik dengan adiksi video pendek serta adanya peran mediasi pada *coping strategies*. Hal inilah yang hendak dikaji melalui pendekatan yang holistik dan mendalam, mengetahui peran keluarga sekiranya dapat menjadi jalan keluar efektif dalam menghadapi fenomena *short-form video addiction* terutama pada remaja. Sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat ditulis sebagai berikut, yaitu adanya efek dan peran mediasi *coping strategies* pada pengaruh *family functionality* dan *family conflict* terhadap *short-form video addiction*.

Metode

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *mixed method* dengan metode kuantitatif non eksperimental yaitu survei yang dilakukan secara offline dan studi kasus secara bersamaan. Peneliti juga menggunakan studi kasus untuk mendalami topik penelitian, memperkuat pemahaman yang telah diketahui melalui penelitian kuantitatif, dan memfasilitasi pemahaman tentang situasi kehidupan nyata yang kompleks ini agar dapat lebih mudah dicerna oleh orang awam (Bogdan dan Biklen, 1982). Untuk mendapatkan data, peneliti melakukan wawancara dengan

menyasar beberapa pihak, yaitu remaja (murid SMP di Surabaya), keluarga remaja, guru BK, psikolog keluarga, psikolog sosial, dan pemerintah,

Partisipan

Partisipan dalam penelitian merupakan murid SMP Negeri dan Swasta di Surabaya dengan total populasi 112.000 murid per tahun 2019 (BPS Provinsi Jawa Timur, 2019). Dalam menentukan sekolah yang dituju, kami menggunakan teknik *sampling* berupa *cluster random sampling* dengan kriteria remaja SMP di Surabaya berusia 12-14 tahun. Dari total 534 orang partisipan yang mengisi kuesioner, terdapat 110 orang tidak dapat digunakan karena tidak sesuai.

Instrumen Penelitian

Variabel strategi coping diukur menggunakan *Coping Orientation to Problems Experienced Inventory* (Brief-COPE) *Questionnaire* milik Carver (1997) yang terdiri atas total 28 item. Kuesioner ini terdapat 3 dimensi, yaitu dimensi *problem-focused coping* total 8 item dan koefisien 0.715, dimensi *emotion-focused coping* dengan total 12 item dan koefisien 0.657, dan dimensi *avoidant coping* dengan total 8 item dan koefisien 0,54. Kuesioner menggunakan skala likert 4 dengan nilai 1, "saya tidak pernah melakukannya" sampai 4 "saya selalu melakukannya".

Variabel adiksi video jangka pendek diukur menggunakan *Short-Form Video Application Addiction Questionnaire* milik Zhang (2019) yang terdiri atas 6 item dengan koefisien 0.724. Kuesioner menggunakan skala likert 7 poin dengan nilai 1 sampai 4 secara urut berarti "paling tidak setuju" dan "paling anda setuju".

Variabel *family functionality* diukur menggunakan Family APGAR milik Smilkstein (1982) yang terdiri atas 5 item dengan 0.778. Kuesioner ini menggunakan skala likert 5 poin dengan nilai 0 sampai 4 secara urut berarti "tidak pernah" dan "setuju".

Variabel *family conflict* diukur menggunakan menggunakan subskala konflik dalam *Brief Family Relationship Questionnaire* milik Fok (2014) yang terdiri atas 6 item dengan 0.804. Kuesioner ini menggunakan skala likert 3 poin dengan nilai 1 sampai 3 secara urut berarti "sama sekali tidak" dan "sering".

Peneliti melakukan translasi skala dengan menerjemahkan skala asli (bahasa Inggris) ke bahasa Indonesia dengan prosedur *forward translation* dan menerjemahkan kembali terjemahan bahasa Indonesia ke bahasa Inggris dengan prosedur *back translation*. Seluruh proses penerjemahan menggunakan penerjemah tersumpah yang berbeda, sehingga meminimalisir kemungkinan adanya pemahaman penerjemah mengenai skala asli terutama dalam proses *back translation*. Selanjutnya peneliti mengundang 3 ilmuwan psikologi untuk menguji validitas kuesioner dan melakukan uji coba lapangan yang melibatkan 60 murid SMP di Surabaya.

Tahapan Riset

Survei dimulai dengan menghubungi pihak sekolah yang terlibat dalam proses pengambilan data. Peneliti mengajukan proposal, kuesioner yang akan digunakan, dan surat izin permohonan pengambilan data ke masing-masing 3 SMP di tiap bagian Surabaya. Dari 15 SMP tersebut, terdapat 5 sekolah di masing-masing bagian Surabaya yang menyetujui permohonan pengambilan data. Setelah pihak sekolah menyetujui, peneliti menyebarkan kuesioner di dalam kelas. Proses pengambilan data dilaksanakan selama 2 minggu. Setelah mendapatkan data bersih, peneliti kemudian melakukan proses analisis data. Sedangkan untuk prosedur studi kasus, peneliti melakukan wawancara terhadap 8 informan. Panduan wawancara disusun dengan merumuskan *sub question* dan pertanyaan wawancara berdasarkan *grand-tour question* yang telah disusun sebelumnya. Adapun pemantapan kredibilitas dilakukan dengan melakukan *member check*, yaitu dengan mengecek keselarasan antara data berbentuk pra analisis/analisis dengan pemahaman partisipan penelitian (Creswell & Creswell, 2017).

Teknik Analisis Data

Proses analisis data survei menggunakan bantuan software jamovi 2.3.26 *for windows*. Analisis dimulai dengan melakukan analisis deskriptif data demografis, analisis korelasi pearson, serta analisis utama menggunakan *GLM Mediation Model* dengan variabel *family functionality* dan *family conflict* sebagai variabel *covariates*, variabel *coping strategies* sebagai mediator, dan variabel *short-form video addiction* sebagai variabel dependen. Adapun teknik analisis yang digunakan dalam penelitian kualitatif adalah Analisis Model Interaktif oleh Miles & Huberman (1984). Teknik ini dipilih untuk membantu memahami dan menjelaskan pola-pola, hubungan, dan struktur dalam data, dengan tujuan membuat generalisasi atau rekomendasi yang relevan. Teknik ini dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Langkah-langkah analisisnya adalah melalui *data reduction*, *data display*, dan *conclusion drawing/verification*.

Hasil dan Pembahasan

Jumlah partisipan dalam penelitian ini adalah 424 murid SMP dengan total 208 murid laki-laki (49%) dan 216 murid perempuan (51%). Rentang usia partisipan adalah 12 sampai 14 tahun ($M = 12.8$, $SD = 0.68$). Rentang durasi penggunaan TikTok adalah 58 orang menggunakan kurang dari 30 menit (13,6%), 122 orang menggunakan selama 30 menit sampai 1 jam (28,7%), 90 orang menggunakan selama 1 sampai 2 jam (21,2%), 76 orang menggunakan selama 2 sampai 4 jam (17,9%), dan 78 orang selama lebih dari 4 jam (18,3%).

Tabel 1. Kategorisasi Variabel

Variable	Min	Max	Mean	SD	Kategori		
					Rendah	Sedang	Tinggi
Coping Strategies	41	94	69,1	9,74	15.56%	70.28%	14.16%
Short-Form Video Addiction	6	42	21,1	8,00	21.22%	62,74%	16,04%
Family Functionality	1	20	12,4	4,42	16.04%	65.09%	18.87%
Family Conflict	6	18	13,6	2,83	16.04%	68,86%	15,1%

Berdasarkan hasil korelasi pearson, ditemukan bahwa *coping strategies* berkorelasi positif dan cenderung lemah terhadap *short-form video addiction* ($r = 0.174$, $p < 0.001$) dan *family functionality* ($r = 0.108$, $p < 0.027$). Namun, *coping strategies* berkorelasi negatif dan cenderung sedang terhadap *family conflict* ($r = -0.355$, $p < 0.001$). Selain itu, *short-form video addiction* tidak berhubungan terhadap *family functionality* ($r = -0.064$, $p < 0.189$), namun tetap berhubungan negatif dan cenderung lemah terhadap *family conflict* ($r = -0.200$, $p < 0.001$). *Family functionality* berkorelasi positif dan cenderung sedang terhadap *family conflict* ($r = 0.386$, $p < 0.001$).

Tabel 2. Analisis Korelasi antar Variabel

Variable		1	2	3
1. Coping Strategies	Pearson's r	—		
	p-value	—		
2.Short-Form Video Addiction	Pearson's r	0.173	—	
	p-value	< .001	—	
3. Family Functionality	Pearson's r	0.108	-0.064	—
	p-value	0.027	0.189	—
4. Family Conflict	Pearson's r	-0.355	-0.200	0.386
	p-value	< .001	< .001	< .001

Berdasarkan hasil analisis mediasi menggunakan GLM Mediation model, menunjukkan bahwa *family functionality* tidak berpengaruh secara langsung terhadap *short-form video addiction* ($B=-0,019$, $CI95 [-0,225; 0,154]$, $SE=0,097$, $p=0,713$), namun menjadi berpengaruh ketika dimediasi oleh *coping strategy* ($B=-0,035$, $CI95 [0,006; 0,121]$, $SE=0,029$, $p=0,030$). Hal ini menunjukkan adanya peran mediasi penuh dari *coping strategy* secara langsung dalam pengaruh *family functionality* terhadap *short-form video addiction*. Selanjutnya, hasil analisis juga menunjukkan bahwa *family conflict* berpengaruh secara langsung terhadap *short-form video addiction* ($B=-0,149$, $CI95 [-0,734; -0,106]$, $SE=0,16$,

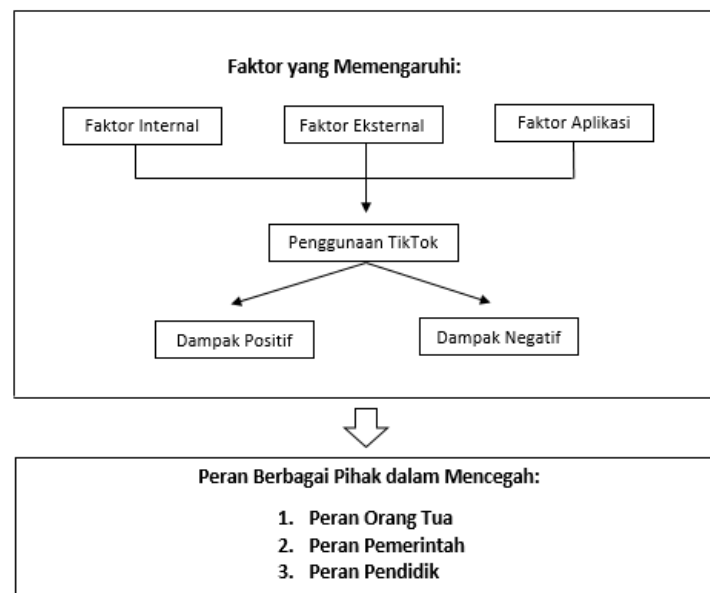
$p=0,009$), dan tetap berpengaruh ketika dimediasi oleh *coping strategy* ($B=0,035$, $CI95 [0,006; 0,121]$, $SE=-0,016$, $p=0,024$). Hal ini menunjukkan adanya peran mediasi parsial dari *coping strategy* di dalam pengaruh *family conflict* terhadap *short-form video addiction*.

Tabel 3. Analisis Mediasi (GLM Mediation Model)

Effect	Estimates	SE	95% CI		β	z	p
			Lower	Upper			
Indirect							
C → A → B	0.064	0.029	0.006	0.121	0.035	2.170	0.030
D → A → B	-0.161	0.071	-0.301	-0.021	-0.057	2.261	0.024
Direct							
C → B	-0.035	0.097	-0.225	0.154	-0.019	-0.368	0.713
D → B	-0.420	0.160	-0.735	-0.106	-0.149	-2.620	0.009

Kemudian, setelah melakukan wawancara terhadap delapan informan, dilakukan analisis menggunakan Analisis Model Interaktif Miles and Huberman (1984) dan ditemukan hasil sebagai berikut.

Gambar 2. Temuan Kualitatif



1. Faktor yang Memengaruhi Kecanduan TikTok

Kecanduan TikTok dalam penelitian ini mengacu pada *short-form video addiction*. *Short form* merupakan format video pendek yang biasanya berdurasi 15-60 detik. *Short form video addiction* pada TikTok adalah ketergantungan untuk mengonsumsi video pendek secara terus-menerus di TikTok (Qin, 2022). Berdasarkan analisis wawancara pada enam informan, perilaku kecanduan TikTok pada remaja dapat disebabkan

oleh beberapa faktor, yakni faktor internal, eksternal, dan aplikasi. Faktor-faktor ini berkesinambungan sehingga membentuk perilaku kecanduan TikTok remaja.

a. Faktor Internal

Terdapat beberapa faktor internal remaja yang memengaruhi perilaku adiksi terhadap TikTok. Pertama, remaja belum memiliki kesadaran dan kemauan untuk membedakan hal baik dan buruk. Remaja cenderung akan memilih sesuatu yang membuatnya nyaman dan bahagia tanpa mpedulikan efek perilakunya.

“Kalau berdasarkan *si* anak itu memang pemahaman dirinya kurang. anak remaja lebih memilih mana yang membuat dia nyaman untuk berkorban itu sulit.” (TN66923:47)

“Karena anak cenderung tidak mengetahui *mana* jelek dan *mana* bagus.” (RD525923:10)

Kedua, mencari perhatian. Tiktok sebagai sosial media menawarkan perhatian yang tidak berujung bagi penggunanya. Hal inilah yang menjadi salah satu alasan perilaku adiksi pada TikTok. Anak cenderung menggunakan TikTok secara berlebihan untuk mendapatkan perhatian yang banyak di dunia maya. Temuan ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Brand dkk. (2019) yang menyebutkan bahwa remaja kesepian dan mencari perhatian cenderung rentan menggunakan aplikasi *online* secara berlebihan.

“Jadi *kalo* anak-anak biasanya karena kurangnya perhatian beberapa anak larinya ke TikTok untuk mencari perhatian.” (MR29923:11)

“...Atau mungkin juga faktor internal yang sifatnya *state* ya. Seperti orang yang punya ada persoalan *loneliness* yang mungkin berkepanjangan di anak.” (AR47923:3)

Terakhir, mengalihkan diri dari masalah. Sebagai media hiburan, TikTok dinilai menarik dan menyenangkan. Dengan berbagai macam bentuk konten yang telah disesuaikan dengan baik secara algoritma membuat anak menjadi terhibur dan lupa dengan masalah mereka, termasuk masalah dalam keluarga. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Huang dkk. (2022) yang menemukan bahwa remaja yang mengalami *stress* lebih rentan untuk mengonsumsi video pendek di TikTok secara berlebihan.

“Tapi kalau mereka sedang dalam negatif, ya kita secara refleks menjauhkan. Biar kita udah ngerasa hal yang negatif juga. Salah satu caranya Alice untuk menjauh dari reaksi negatif itu ya dengan TikTok kayak salah satu caranya.” (MA215923:18)

b. Faktor Eksternal

Selain karena faktor internal dari diri individu, perilaku kecanduan TikTok juga disebabkan oleh keberfungsian keluarga. Keluarga pastinya punya peran yang besar pada perilaku karena dari awal pertumbuhan anak sudah didampingi keluarga. Pendampingan orang tua yang sudah ada sejak dini ini menjadikan orang tua sebagai objek imitasi yang sangat berpengaruh bagi anak. Saat orang tua melakukan sesuatu, anak secara langsung maupun tidak langsung akan melakukan sesuatu yang sama, salah satunya berupa perilaku penggunaan TikTok yang berlebihan.

“Ketika dia mengimitasi bahwa keluarganya bisa jadi juga orang yang sangat *engaged* ya. Dan *excessive users* dari aplikasi apapun gitu ya. Kebetulan yang nemunya TikTok.” (AR47923:3)

Di luar proses imitasi, orang tua juga mempengaruhi perilaku kecanduan TikTok pada anak melalui metode *parenting* yang diberikan. Banyak dari orang tua yang mempraktikkan metode *parenting* yang menimbulkan perilaku kurang baik.

“Sejak dari kecil sebagai bagian dari *escape of parenting*. Jadi bisa jadi itu peran keluarganya *gede* karena dari awal memang sudah searah. Ketika kemudian *ngasih gadget* itu sebagai *larian* dari tugas dan tanggung jawab. Bisa jadi keluarga juga *ngasih* pelarian, *parenting* gitu ya dari kecil. Ketika kecil kemudian parentingnya agak pelarian. Jadi ketika sedikit-sedikit dikasih *gadget*, sedikit-sedikit dikasih *gadget* gitu ya.” (AR47923:9)

Bentuk *parenting* yang cenderung mengabaikan dan menjadikan *gadget* pelarian ini merupakan salah satu contoh perilaku tidak memenuhi hak-hak anak. Saat anak tidak terpenuhi haknya, maka anak akan mencari hak yang ia butuhkan ke perilaku lain yang besar potensinya bermasalah. Padahal, hak anak yang perlu dipenuhi adalah hak untuk tumbuh kembang, bebas berpendapat, dan sikap tidak diskriminatif. Hal ini sesuai dengan temuan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wang dan Lei (2022) yang menemukan bahwa perilaku pengabaian orang tua untuk bermain *smartphone* (*phubbing*) berkontribusi pada kecanduan video singkat (*short form video*) pada anak mereka.

“Kalau anak sampai hari ke kecanduan TikTok atau kecanduan apapun itu. Ada hak anak yang tidak terpenuhi. Anak *kan* punya hak yang harus dipenuhi seperti tumbuh kembang, bebas berpendapat, dan sikap tidak diskriminatif.” (RD525923:6)

Dalam kehidupan perkembangan anak, pasti ada faktor diluar individu dan keluarga yang memengaruhi. Faktor-faktor eksternal yang memengaruhi perilaku menonton TikTok secara berlebihan selain keluarga adalah teman sebaya dan teknologi gawai. Temuan ini memiliki kesesuaian dengan penelitian oleh Zhang dkk. (2019) yang menemukan bahwa lingkungan sosial remaja berpengaruh besar terhadap kecanduan mereka

terhadap *short-form video*.

“Dia lari ke teman-temannya. Kalau teman-temannya, baik ia akan menjadi baik. *Nah*, fatalnya kebanyakan mereka, teman-teman ini yang salah yang mengarahkan sesuatu yang buruk.” (TN66923:27)

“Bisa jadi anak itu memulai ini karena faktor kelompok ya istilahnya. Teman sebaya yang dia punya, *peer group* yang dia punya.” (AR47923:3)

c. Faktor Aplikasi

Perilaku kecanduan pada *gadget* juga dipengaruhi oleh model aplikasi TikTok yang memicu penggunaan berlebih. Model aplikasi TikTok yang berisi video pendek membuat orang mudah puas dan tidak perlu menghabiskan banyak tenaga untuk berpikir. Hal ini yang membuat memainkan aplikasi tiktok menjadi pengalaman yang menyenangkan dan berpotensi menyebabkan kecanduan. Temuan ini selaras dengan penelitian oleh Tian dkk. (2023) yang menemukan bahwa fitur video singkat melibatkan penguatan positif dan negatif guna mempertahankan emosi positif atau mengurangi emosi negatif sehingga secara tidak sadar pengguna menjadi kecanduan.

“Karena yang pendek itu memunculkan *immediate gratification*. Orang akan lebih cepat merasa puas untuk mendapatkan informasi apa yang dia inginkan. Semakin itu pendek.” (AR47923:5)

“Semakin panjang. Berarti *kan* dia butuh *cognitive effort* yang besar. Butuh *spend* konsentrasi yang besar buat dia dapat inti dari kontennya apa.” (AR47923:5)

2. Dampak Penggunaan TikTok

a. Dampak Negatif

Tentu saja, penggunaan TikTok memiliki dampak buruk tersendiri. Penggunaan TikTok pada membuka peluang besar bagi anak berperilaku menyimpang. Hal ini dikarenakan jenis konten di TikTok yang beragam dan seringkali tidak sesuai umur anak. Apalagi anak-anak dan remaja berada pada fase yang suka meniru apa yang dia lihat.

“Tapi *kalo* dilihat dari kasus sekeliling kita sendiri pasti ada. Apalagi anak yang menggunakan TikTok dan mengikuti hal-hal viral yang tidak sesuai umurnya.” (MR29923:5)

Apalagi, kalau penggunaannya masuk dalam kategori adiksi atau kecanduan. Penggunaan TikTok yang berlebihan akan menyebabkan munculnya perilaku atau *trait* maladaptif dan malfungsi. Hal ini mengakibatkan perilaku dan kebiasaan yang tidak sesuai dengan seharusnya hingga tidak produktif.

“Kalau adiksi ya, kalau sudah dihubungkan dengan adiksi, *kan* pastinya jadinya maladaptif ya, pasti maladaptif. Karena sudah adiksi ya sudah jelas itu pasti maladaptif, pasti malfungsi, pasti tidak

produktif.“ (AR47923:1)

Temuan dampak-dampak negatif tersebut sesuai dengan penelitian oleh Malimbe dkk. (2021) yang menemukan bahwa TikTok menyebabkan individu menjadi tidak produktif dan rentan mengakses video-video yang berbau negatif baik sengaja maupun tidak disengaja.

b. Dampak Positif

TikTok merupakan media yang luas sehingga tidak dapat dipungkiri dampaknya juga beragam. Penggunaan TikTok juga memiliki dampak positif bagi individu atau sekitarnya. Hal ini yang dapat dimaksimalkan. Adapun, dampak positif ini perlu diselaraskan dengan penggunaan yang tidak berlebihan. TikTok menyediakan ruang berekspresi dan berinteraksi sehingga remaja bisa mengembangkan potensi dan mengeksplorasi bakat yang mereka miliki.

“Tapi kalau yang ditanyakan positifnya ya ada. Beberapa untuk referensi-referensi anak-anak kami yang *dance*. Itu sangat cepat sekali Untuk referensi gerakan-gerakan hip-hop mereka, dan modernnya lalu juga aktivitas-aktivitas seni, contohnya bermain musik dan lain sebagainya juga. Dia terkadang mencari sesuatu yang TikTok *kan* durasi videonya singkat” (TN66923:11)

Dampak-dampak positif yang ditemukan ini selaras dengan penelitian terdahulu oleh Rosdiana dan Nurazmi (2021) yang menemukan bahwa melalui video TikTok dapat menjadi wadah untuk berkembang dan belajar.

3. Peran Berbagai Pihak dalam Mencegah Kecanduan Tiktok

a. Peran Orang Tua

Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam membentuk perilaku anak, tak terkecuali perilaku kecanduan TikTok. Peran orang tua yang harus dipenuhi untuk mencegah perilaku kecanduan TikTok adalah menjadi contoh. Pastinya orang tua perlu memberikan contoh perilaku yang baik agar anak menirunya. Orang tua perlu mempraktekkan hal-hal positif sehingga perilaku yang terbentuk pada anak adalah perilaku positif, bukan kecanduan TikTok.

“Keluarga itu kan nggak cuma mendidik, tapi memberi contoh juga. Kalau orang tuanya juga kemudian nggak bisa memberikan contoh bagaimana dia punya kontrol. Dalam menggunakan apapun termasuk *gadget*. Ya anak kan pasti akan *niru*.” (AR47923:9)

Sebagai wali anak, orang tua punya sifat kontrol. Orang tua perlu berpartisipasi aktif membatasi anak dalam penggunaan TikTok agar tidak berlebihan. Jika orang tua tidak melarang, maka besar kemungkinan anak akan kecanduan.

“Tentu saja, dia pasti tertarik. Teman-temannya banyak yang menggunakan handphone, terutama untuk TikTok. Namun, karena kami membatasi penggunaannya, dia hanya menggunakannya ketika benar-benar diperlukan,

seperti untuk tugas sekolah.” (ST19923:22)

Secara garis besar peran orang tua adalah mengingatkan, memantau, dan merespon. Hal ini dikarenakan jika keluarga tidak berfungsi dengan baik (disfungsional) dan penuh dengan konflik maka anak lebih rentan mengalami kecanduan (Wu dkk., 2016).

b. Peran Pemerintah

Pemerintah memiliki peran pemangku kebijakan untuk mencegah dan mengatasi. Beberapa hal yang dapat dilakukan pemerintah adalah meningkatkan literasi masyarakat, mengatur peraturan terkait hak anak berselancar di internet dengan aman, dan mendirikan program-program yang mendukung perkembangan anak.

“Pemerintah juga punya bidang khusus PPA (*parenting*) - program sosialisasi dinamika keluarga di tingkat SD-SMP. Pemerintah juga secara meningkatkan, membuat orang punya, bukan buat orang ya, mendidik orang kemudian untuk *literate* secara digital dari dini, dari usia dini.” (AR47923:21)

“Pemerintah punya program untuk membangun kota layak anak. aktif melakukan sosialisasi terkait *bullying*, internet positif, kesehatan reproduksi, dan NAPZA. TikTok termasuk dalam fokus internet positif.” (RD525923:8)

c. Peran Pendidik

Tenaga pendidik juga memiliki peran yang sangat penting dalam perilaku kecanduan TikTok. Sebagai rumah kedua selain keluarga, sekolah perlu mengetahui kondisi anak dan menjadi tempat yang nyaman. Harapannya, saat anak merasa tidak nyaman di rumah, ia memiliki sekolah sebagai tempat nyamannya sehingga tidak terjerumus hal negatif. Untuk mencapai hal ini, pertama pendidik perlu tahu kondisi anak melalui komunikasi seperti konseling.

“Pertama yang jelas mencari tahu apa. Perilaku itu kan terjadi karena yang tidak rasional saya ingin mengarahkan ke rasional. Ya kekuatan *counseling*. Biasanya cuma lewat komunikasi. Jadi biasanya saya arahkan ke situ, tapi disitu pun juga ada batasannya.” (TN66923:23)

Kesimpulan

Coping strategy ditemukan memiliki peran mediasi penuh dalam pengaruh *family functionality* terhadap *short-form video addiction* dan mediasi parsial dari *coping strategy* di dalam pengaruh *family conflict* terhadap *short-form video addiction*. Selain itu, ditemukan bahwa kecanduan TikTok disebabkan oleh tiga faktor, yakni faktor internal, eksternal, dan aplikasi. Selain itu, TikTok memiliki dampak positif sebagai ruang belajar dan berkembang yang fleksibel bagi remaja, serta dampak negatif yaitu rentannya adaptasi perilaku penggunaan TikTok berlebihan yang mendorong remaja untuk tidak produktif dan munculnya perilaku maladaptif. Orang tua, pemerintah, dan pendidik memiliki peran penting dalam

mengatasi kecanduan Tik Tok. Orang tua berperan sebagai *role model*, pengontrol, dan penjaga komunikasi serta fungsionalitas keluarga. Pemerintah berperan sebagai wadah untuk munculnya program yang dapat meningkatkan literasi masyarakat dan peraturan hak anak berselancar di internet. Sedangkan, bagi tenaga pendidik berperan sebagai pemerhati kondisi remaja di sekolah dan menjadikan sekolah sebagai tempat yang nyaman.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh murid SMP, pihak sekolah, dan narasumber wawancara yang telah berpartisipasi di dalam penelitian ini. Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Universitas Airlangga yang telah mendukung seluruh proses penelitian dari awal hingga akhir. Tak kalah penting, penulis juga mengucapkan terimakasih kepada Direktorat Pembelajaran dan Kemahasiswaan (Belmawa) Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi dalam Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) tahun 2023 yang telah memberikan kesempatan dan pendanaan penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. 2020. Laporan Survei Internet APJII 2019–2020. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. URL: <https://apjii.or.id/survei>. Diakses tanggal 20 Januari 2022.
- Bogdan, Robert C. & Biklen, Sari Knopp. 1982. *Qualitative Research For Education: An Intoduction to Theory and Method*. Allynand Bacon, Inc.
- Brand, M., Wegmann, E., Stark, R., Müller, A., Wölfling, K., Robbins, T.W., & Potenza, M.N. 2019. The Interaction of Person-Affect-Cognition-Execution (I-PACE) Model for Addictive Behaviors: Update, Generalization to Addictive Behaviors beyond Internet-Use Disorders, and Specification of the Process Character of Addictive Behaviors. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. 104:1-10.
- BPS Provinsi Jawa Timur. 2019. Jumlah Sekolah, Guru, dan Murid Sekolah Menengah Pertama (SMP) di bawah Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Timur, 2018/2019. URL: <https://jatim.bps.go.id/statictable/2019/10/09/1647/-jumlah-sekolah-guru-dan-murid-sekolah-menengah-pertama-smp-di-bawah-kementerian-pendidikan-dan-kebudayaan-menurut-kabupaten-kota-di-provinsi-jawa-timur-2018-2019>. Diakses tanggal 28 Juli 2023.
- Carver, C. S. 1997. You Want To Measure Coping But Your Protocol's Too Long: Consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine*. 4:92-100.
- Chen, H.C., Wang, J.Y., Lin, Y.L., & Yang, S.Y. 2020. Association of internet addiction with family functionality, depression, self-efficacy and self-esteem

- among early adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 17 (23):8820.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. 2017. Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches. Sage publications.
- Elhai, J.D., Dvorak, R.D., Levine, J.C. and Hall, B.J. 2017. Problematic smartphone use: A conceptual overview and systematic review of relations with anxiety and depression psychopathology. *Journal of affective disorders*. 207:251-259.
- Fok, C.C.T., Allen, J., dan Henry, D. The Brief Family Relationship Scale: A Brief Measure of the Relationship Dimension in Family Functioning. *Assessment*. 21(1): 67-72.
- Gani, A.G. 2020. Sejarah dan Perkembangan Internet di Indonesia. *Jurnal Mitra Manajemen*. 5 (2).
- Huang, Q., Hu, M. and Chen, H. 2022. Exploring stress and problematic use of short-form video applications among middle-aged Chinese adults: the mediating roles of duration of use and flow experience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 19 (1):132.
- Ibda, H. 2022. Ekologi Perkembangan Anak, Ekologi Keluarga, Ekologi Sekolah dan Pembelajaran. *ASNA: Jurnal Kependidikan Islam dan Keagamaan*. 4 (2):75-93.
- Kemp, S. 2022. Digital 2022: FIndonesia. Kepios.
- Malimbe, A., Waani, F., & Suwu, E.A. 2021. Dampak Penggunaan Aplikasi Online Tiktok (Douyin) Terhadap Minat Belajar di Kalangan Mahasiswa Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal ilmiah society*. 1(1).
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. 1984. Drawing valid meaning from qualitative data: Toward a shared craft. *Educational researcher*. 13 (5):20-30
- Montag, C., Yang, H. and Elhai, J.D. 2021. On the psychology of TikTok use: A first glimpse from empirical findings. *Frontiers in public health*. 9: 641673.
- Qin, Y., Omar, B., & Musetti, A. 2022. The addiction behavior of short-form video app TikTok: The information quality and system quality perspective. *Frontiers in Psychology*. 1
- Setyawan, D. 2015. *Dinamika Keluarga, Academia.edu*. URL: https://www.academia.edu/16563760/dinamika_keluarga. Diakses tanggal 8 Februari 2023.
- Smilkstein, G. & Ashworth, C. 1982. Validity and Reliability of the Family APGAR as a Test of Family Function. *The Journal of Family Practice*. 15 (2): 303-311
- Tian, X., Bi, X. and Chen, H. 2023. How short-form video features influence addiction behavior? Empirical research from the opponent process theory perspective. *Information Technology & People*. 36 (1):387-408.
- Wang, H., & Lei, L. 2022. The Relationship Between Parental Phubbing and Short-

- Form Videos Addiction Among Chinese Adolescents. *Journal of Research on Adolescence*. 32 (4): 1580-1591.
- Weimann, G. and Masri, N. 2020. Research note: Spreading hate on TikTok. *Studies in conflict & terrorism*. 1-14.
- Wu, C. S. T., Wong, H. T., Yu, K. F., Fok, K. W., Yeung, S. M., Lam, C. H., & Liu, K. M. 2016. Parenting approaches, family functionality, and internet addiction among Hong Kong adolescents. *BMC pediatrics*. 16 (1):1-10.
- Yang, S.Q.; Liu, Y.; Wei, J. 2016. Social Capital on Mobile SNS Addiction: A Perspective from Online and Offline Channel Integrations. *Internet Res*. 26: 982–1000
- Zhang, X., Wu, Y., & Liu, S. 2019. Exploring short-form video application addiction: Socio-technical and attachment perspectives. *Telematics and Informatics*. 42.