

Upaya Orang tua dalam Pengasuhan mencegah dan menghadapi anak yang Kecanduan Gadget

Zulfahmi*¹
Dian Putriana²
Alfiza Fakhriya Haq³

^{1,2,3}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Indonesia
*e-mail: fahmiajah760@gmail.com¹

(Naskah masuk : 08 Agustus 2022, Revisi : 16 Agustus 2022, Publikasi : 25 Agustus 2022)

Abstrak

Gadget ialah suatu perangkat elektronik kecil yang mempunyai sebuah fungsi khusus. Dari waktu ke waktu perusahaan gadget selalu mendapatkan inovasi baru untuk menambah fitur maupun teknologi terbaru dari gadget mereka yang dapat membuat hidup manusia modern menjadi lebih nyaman dan praktis. Teknologi sendiri kerap kali mempengaruhi perkembangan dan perilaku seseorang, terlebih lagi pada anak-anak. Karena perangkat teknologi dapat menjadi sebuah sarana untuk mereka belajar dengan efektif. Penulisan ini bertujuan untuk dapat mengetahui peran dan upaya orang tua dalam mencegah dan menghadapi anak yang kecanduan gadget. Telaah literatur yang relevan digunakan dengan metode descriptive review. Artikel yang dijadikan sebagai acuan berasal dari data based pada google scholar. Kata kunci yang digunakan adalah parents' effort, children, gadget addiction dengan menggunakan Boolean "OR" dan "AND". Kriteria artikel yang digunakan adalah yang berasal dari Bahasa Inggris dan Bahasa Indonesia, selain itu juga kriterianya adalah artikel yang dipublikasikan 10 tahun terakhir (2012-2022). Hasil studi literatur menemukan 996 artikel, kemudian penulis melakukan pemilihan artikel dengan jumlah 10 dari yang berbahasa Inggris 4 artikel dan 6 berbahasa Indonesia karena sesuai dengan kriteria inklusi. Berdasarkan hasil telaah diketahui bahwa kontrol orang tua sangatlah penting, mengaplikasikan pola komunikasi yang tepat membuat anak memahami konsekuensi logis mengenai dampak negative dari gadget. Dari berbagai sumber menyebutkan pola asuh authoritative adalah yang dapat diaplikasikan pada anak usia dini yang sudah memiliki kecenderungan kecanduan gadget. Orang tua juga bisa melakukan berbagai aktivitas lain seperti bermain permainan tradisional sehingga anak akan terhindar dari kecanduan gadget.

Kata kunci: Anak-anak, Gadget, Peran Orang Tua.

Abstract

A gadget is a small electronic device that has a special function. From time to time, gadget companies always get new innovations to add the latest features and technology from their gadgets that can make modern human life more comfortable and practical. Technology itself often affects the development and behavior of children. Because technological devices are a means for them to learn very effectively. This writing aims to find out the role and efforts of parents in dealing with children who are addicted to gadgets. The relevant literature review was used with descriptive review method. The articles used as reference sources come from data based on Google Scholar. The keywords used are parents effort, children, gadget addiction using the Boolean "OR" and "AND". The criteria for articles used are those that come from English and Indonesian, besides that the criteria are articles published in the last 10 years (2012-2022). The results of the literature study found 996 articles, then the author selected 10 from 4 articles in English and 10 in Indonesian that match the inclusion criteria. Based on the results of the study, it is known that parental control is very important. Applying appropriate communication patterns makes children understand the logistical consequences of the negative impact of gadgets. From various sources, it is stated that authoritative parenting is one that can be applied at an early age who already has a tendency to be addicted to gadgets. Parents can also do various other activities such as playing traditional games so that children will avoid being addicted to gadgets.

Keywords: Children, Gadget, Parents

1. PENDAHULUAN

Di era globalisasi seperti sekarang ini, perkembangan teknologi semakin canggih dan berkembang. Hal ini menimbulkan pengaruh yang berbeda terhadap cara hidup masyarakat,

baik dari segi pemikiran maupun perilaku. Salah satu perkembangan teknologi yang mempengaruhi pikiran manusia adalah gadget. Gadget sendiri merupakan media yang digunakan sebagai alat komunikasi modern. Gadget adalah sarana dimana seseorang dapat dengan mudah melakukan interaksi sosial, terutama untuk menjalin kontak sosial dan berkomunikasi satu sama lain, hanya dengan menggunakan gadget seseorang dapat berinteraksi tanpa harus bertatap muka secara langsung. Dalam berkomunikasi antar individu dapat menggunakan jaringan internet untuk terhubung misalnya dengan menggunakan sosial media, konten hiburan, layanan keuangan dan lain sebagainya.

Pengguna internet di Indonesia sampai dengan tahun 2021 adalah sebanyak 210 juta jiwa dari total 270 juta jiwa penduduk Indonesia. Dan berdasarkan data APJII (2022) terjadi peningkatan persentase penetrasi internet di Indonesia yaitu sebanyak 77,02% (APJII, 2022). Selain itu dalam hal waktu penggunaan internet tidak sedikit yang menggunakannya lebih dari 10 jam, sehingga dapat dikatakan bahwa banyak masyarakat di Indonesia banyak yang menggunakan Gadgetnya untuk berinternet lebih dari 10 Jam dan penggunaannya pun beragam termasuk anak-anak.

Kemudahan yang membawa banyak manfaat dan kebutuhan zaman, yang kini memaksa setiap orang untuk menggunakan gadget dalam aktivitas sehari-hari, membuat banyak orang tua memberikan anak-anak mereka perangkat gadget yang dapat mereka gunakan dengan nyaman sejak dini. Sementara itu, sebagian besar anak prasekolah sudah tidak asing lagi dengan penggunaan perangkat gadget. Anak-anak cenderung sering menggunakan perangkat gadget tersebut untuk menonton video, bermain game edukasi hingga game online.

Di saat setiap orang harus menguasai teknologi, ada baiknya mengenalkan gadget sejak dini karena gadget memiliki banyak sekali manfaat yang dapat membantu manusia dalam melakukan aktivitasnya. Namun, ada kecemasan dan kekhawatiran dengan pengenalan perangkat gadget terlalu dini dapat mempengaruhi perilaku anak-anak. Dampak dari penggunaan perangkat gadget dapat bersifat positif ataupun negatif dan dapat menimbulkan adiksi/ketergantungan. Hal ini di dukung oleh hasil penelitian Pebriana, (2017) bahwasannya pengaruh gadget dapat berdampak negatif terhadap interaksi sosial anak. Efek negatif yang dapat dirasakan anak ialah berdampak pada pengaruh interaksi sosial anak dengan lingkungan terdekatnya.

Dampak yang positif dari gadget dilaporkan dalam penelitian (Sari & Mitsalia, 2016) yang menyatakan bahwa penggunaan Gadget untuk belajar membaca dan menghafal al-quran lebih mudah dan membawa kemanfaatan bagi anak pra sekolah, selain itu gadget dapat dijadikan sebagai sarana hiburan bagi anak dengan adanya Batasan waktu penggunaannya. Dalam penelitian yang berkaitan dengan waktu penggunaan gadget dikemukakan oleh Delima et al., (2015) bahwasannya hampir seluruh orang tua (94%) menyatakan bahwa anak mereka biasa memakai perangkat gadget untuk bermain game. Dan sebagian banyak anak (63%) menghabiskan waktu mereka dalam bermain game setiap sekali bermain ialah 30 menit. Seterusnya 15% responden menyatakan bahwasannya anak ketika bermain sebuah game di perangkat gadget dapat menghabiskan waktu selama 30 hingga 60 menit dan sisanya bisa berinteraksi menggunakan sebuah game dan menghabiskan waktu sekitar satu jam lebih.

Menurut Canadian Pediatric Society/CPS (2017), orang tua harus tegas dan konsisten untuk tidak mengizinkan anak usia 2 tahun menggunakan gadget. Usia anak usia dini 3-5 tahun dibatasi satu jam per hari dan dua jam untuk 6-18 tahun (Novianti & Garzia, 2020). Berdasarkan penelitian yang didapat oleh Fahriantini, (2016) bahwasannya orang tua memiliki cara-cara tersendiri untuk membiarkan anak menggunakan gadget dengan berbagai alasan, yaitu memberikan gadget pada anak sesuai dengan keperluannya anak, membuat anak berfikir tentang kegunaan gadget dan memiliki waktu penggunaan internet yang sepakati bersama dengan cara berdialog.

Pada pembahasan ini mempertimbangkan literatur dengan topik upaya yang dilakukan orang tua mengenai kecanduan gadget dengan pencarian terstruktur. Tujuan dari penulisan ini adalah untuk mengetahui upaya yang dilakukan oleh orang tua mengenai cara mengantisipasi kecanduan gadget pada anak.

2. METODE

Metode yang digunakan adalah literatur review. Telaah literatur yang relevan digunakan dengan metode *descriptive review*. Artikel yang dijadikan sebagai sumber acuan berasal dari *data based* pada *google scholar*. Kata kunci yang digunakan adalah *parents' effort, children, gadget addiction* dengan menggunakan Boolean "OR" dan "AND". Kriteria artikel yang digunakan adalah yang berasal dari Bahasa Inggris dan artikel yang berbahasa Indonesia, selain itu juga kriterianya adalah artikel yang dipublikasikan 10 tahun terakhir (2012-2022). Kriteria inklusi digunakan untuk memilih artikel yang berfokus pada orang tua, pengasuhan dan upaya yang dilakukan oleh orang tua dalam proses pengasuhan dalam mencegah dan menghadapi kecanduan gadget pada anak. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah artikel yang tidak memiliki naskah lengkap atau hanya terdapat abstraknya saja.

Penarikan data menggunakan *publish and perish 8*, data yang ditemukan adalah 996 artikel, artikel yang diambil sebanyak 204 karena adanya duplikasi dan berbahasa selain Bahasa Indonesia dan Inggris dan buka artikel jurnal misalnya e-buku atau makalah, sehingga tidak dapat diambil sebagai bahan review. 130 artikel dikurangi karena subjek maupun kajian bukan berasal dari negara Indonesia. Kemudian dipilih sebanyak 74 artikel yang memiliki naskah lengkap untuk ditelusuri, hingga akhirnya dipilih 10 naskah yang sesuai dengan kajian gadget dan upaya yang dilakukan oleh orang tua baik itu berbahasa Inggris maupun yang berbahasa Indonesia dapat dilihat pada Gambar 1.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Fokus yang dikaji dalam penelitian ini adalah upaya orang tua yang dapat mencegah dan cara antisipasi kecanduan gadget pada anak. Untuk memperjelas proses review dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar. 1 Proses Pencarian Artikel

Gambar 1 adalah alur dalam pemilihan 10 artikel yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan oleh peneliti sebelumnya. Responden dalam penelitian yang digunakan berasal dari negara Indonesia, hal ini dikarenakan penulis ingin fokus pada kajian di Indonesia. Subjek dari 10 artikel yang direview yaitu orang tua yang memiliki anak dengan beragam usia, yaitu dari 0-9

tahun. Selain orang tua responden lainnya adalah anak-anak. Dua artikel adalah studi literatur dengan beragam karakteristik subjek. Pendekatan penelitian yang digunakan dalam artikel penelitian yang diambil adalah pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan eksperimen. Pendekatan penelitian yang beragam dapat membuat pembahasan menjadi lebih menarik.

Tabel 1. Rangkuman Hasil Literatur Review

No	Penulis	Judul	Tujuan	Jenis Penelitian	Responden	Hasil
1	Nurhidayah, I., et al. 2021	Peran Orangtua Dalam Pencegahan Terhadap Kejadian Adiksi Gadget Pada Anak: Literatur Review	Melakukan kajian literatur mengenai peran orangtua dalam pencegahan adiksi gadget pada anak	Studi Literatur	-	Sebagai orangtua, terdapat beberapa peran khusus yang dapat mencegah anak kecanduan gadget yaitu: peran memberikan pendampingan, pengawasan dan komunikasi yang tepat.
2	Munawar, M., Nisfah, N.L., 2019	The Effect of Assertive Discipline on Early-Aged Children's Gadget Addiction	Mengetahui seberapa besar pengaruh penerapan disiplin asertif terhadap kecanduan gadget pada anak usia dini di salah satu TK di Kota Semarang	Kuantitatif	60 siswa dan 60 orangtua	Terdapat pengaruh secara signifikan antara disiplin asertif terhadap kecanduan gadget anak usia dini. Hasil penelitian juga diketahui bahwa 83,8% pengaruh disiplin asertif terhadap kecanduan gadget. Sementara 16,2% dari kecanduan gadget dipengaruhi oleh faktor lainnya. Terlihat bahwa disiplin asertif memiliki pengaruh yang sangat dominan terhadap kecanduan gadget
3	Sisbintari, K. D., Setiawati, F.A (2021)	Digital Parenting sebagai Upaya Mencegah Kecanduan Gadget pada Anak	Menganalisis peran orang tua dalam menerapkan digital parenting sebagai upaya dalam mencegah kecanduan gadget pada	Kualitatif	Orang tua yang memiliki anak rentang usia 4-6 tahun	Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran orang tua dalam menerapkan digital parenting selama pandemi covid-19 sebagai upaya pencegahan kecanduan gadget pada anak usia dini adalah manajemen

		Usia Dini saat Pandemi Covid-19	anak usia dini selama pandemic covid-19			waktu penggunaan gadget, mendampingi anak saat menggunakan gadget, memanfaatkan aplikasi youtube kids, memantau aktivitas browsing yang digunakan, tidak mengenalkan game pada anak, dan menerapkan screen time. Digital parenting menjadi salah satu metode yang dapat dijadikan sebagai usaha dalam mencegah kecanduan gadget pada anak usia dini.
4	Noviant i, et. Al. 2019	The Role of Parents in Assisting the Use of Gadget in Alpha Generati on	Mengetahui informasi tentang seberapa besar peran orang tua dalam mendampingi penggunaan gadged pada anak generasi alpha	Kuantitatif	250 orang tua yang memiliki anak usia 0- 9 tahun	Hasil menunjukkan bahwa 86% orang tua mendampingi anaknya dalam menggunakan gadget dengan 81% nya menerapkan aturan pada anaknya. Orang tua menemukan banyak efek negatif dari penggunaan yang berlebihan pada gadget, 37% berasal dari sosial media. Selain itu 45% orang tua melihat gadget menjadi sumber informasi yang penting untuk anak. Orang tua tidak bisa menjauhkan anak dari gadget, yang bisa mereka lakukan hanyalah menerapkan aturan dan pendampingan agar anak menggunakan gadget dengan lebih positif.
5	Eklesia, R. C. 2020	Peran komunik asi orang tua dalam	Mengetahui peran komunikasi orang tua dalam	Kuantitatif	5 keluarga (10 orang)	Hasil penelitian adalah peran orang tua sangat penting dalam proses tumbuh kembang anak. Di

		mencega h kecandua n gadget pada anak usia dini di keluraha n Karomba san Utara	mencegah kecanduan gadget pada anak usia dini di kelurahan Karombasan Utara				dalam memberikan didikan dan nasihat pada anak mengenai penggunaan gadget, orang tua harus memahami peran mereka sebagai orang tua yang mendidik dan membesarkan anak. Orang tua perlu mendidik anak terkait penggunaan gadget serta memberi tahu dampak positif dan negatifnya.
6	Ardiyani, I.D., et al. 2021	Educational For Parents Of Children With Gadget Addiction	Memahami pendidikan yang dapat diberikan pada orang tua yang memiliki anak kecanduan gadget, beserta cara orang tua memilih mainan dan permainan alternatif untuk anak-anak untuk mengurangi kecanduan gadget.	Studi Literatur	-		Terdapat beberapa strategi yang dapat diaplikasikan untuk memenej penggunaan gadget pada anak. Pada orang tua tipe authoritative, hubungan anak dan orang tua yang baik, kelekatan orang tua dan anak, dan kondisi lingkungan keluarga sangat berefek pada penggunaan serta dampak penggunaan gadget tersebut pada anak. Orang tua dapat memanfaatkan mainan dan games yang sesuai dengan usia anak untuk mengembangkan kemampuan dan kebutuhan anak.
7	Suherman, R. N., 2021	The Relationship Between Parenting Style and Gadget Addiction Among Preschoolers	Mengetahui hubungan antara gaya pengasuhan dengan level kecanduan gadget pada anak usia dini	Korelasi	104	Orang tua	Terdapat hubungan yang signifikan antara gaya pengasuhan dengan kecanduan gadget pada anak usia dini. Gaya pengasuhan berkontribusi pada kecanduan gadget. Orang tua seharusnya menggunakan gaya pengasuhan authoritative untuk mencegah kecanduan gadget pada anak.

8.	Iswinar ti & Firdiya nti, R. 2018	Children using Learning Gadget Addiction , Can Tradition al Games With "Berlian" Method as a Solution Increase the Social Skill?	Menguji apakah permainan tradisional mampu meningkatkan social skill pada anak- anak yang kecanduan gadget	Experimen tal Study	10 orang anak usia sekolah dengan karakteristi k kecanduan gadget kategori sedang hingga berat	Ada peningkatan social skill yang cukup signifikan dari sebelum dan sesudah eksperimen. Metode permainan tradisional dipercaya dapat meningkatkan social skill dan menangani kecanduan gadget pada anak
9.	Wahyu ningtya s, et. Al. 2022	Impacts of Gadget on Early Childhood Development: How to Solve the Addiction Gadget?	Mendeskrpsi kan penggunaan gadget dan solusinya bagi kecanduan gadget pada usia kanak- kanak	Kualitatif	10 Orang anak-anak	Hasil penelitian menunjukkan bahwa gadget memiliki dampak negatif bagi anak-anak, yaitu menurunkan konsentrasi, lemahnya control emosi, dan permasalahan Kesehatan. Penggunaan pola komunikasi yang baik antara orang tua dengan anak mampu menurunkan kecanduan gadget pada anak.
10.	(Kusum aningty as et al., 2019)	Gestalt- Prophetic : The Parentin g Method for Early Childhood with Gadgets Addiction	Mengukur metode gestalt- prophetic dalam meningkatkan kesadaran orang tua dalam menghindari kecanduan gadget pada anak.	Quasi- Eksperime n	74 Orang tua	Terdapat perbedaan antara sebelum diberikan tritmen dengan setelah diberikan tritmen. Metode Gestalt- Prophetic efektif dalam meningkatkan kesadaran orang tua mengenai kecanduan gadget pada anak- anak.

Tabel 1 menjelaskan mengenai hasil rangkuman dari 10 artikel yang diteliti oleh peneliti. Berdasarkan tabel 1 dapat diuraikan sebagai berikut: tingkat prevalensi kecanduan internet

atau gadget di negara-negara berkembang sudah cukup memprihatinkan yaitu seperti di Tunisia sekitar 54% dari 556 total responden. Di India sebanyak 66 orang atau sekitar 47,4% dari 140 responden mengalami kecanduan internet. Kesadaran masyarakat mengenai bahaya dari kecanduan gadget perlu disosialisasikan ke masyarakat luas, terutama pada orang tua yang memiliki anak-anak di usia sekolah. Pada negara maju kesadaran akan bahaya kecanduan gadget sudah dipahami banyak orang tua sehingga terdapat perbedaan persentasi kecanduan gadget (Rini & Huriyah, 2020).

Dampak negatif yang dialami oleh anak-anak dengan kecanduan gadget adalah munculnya resiko gangguan emosi seperti gangguan ADHD, anak akan cepat bosan dan sering ngamuk atau tantrum. Selain itu anak juga akan muncul sikap kearah egosentris sehingga berdampak pada lingkungan sosialnya. Penggunaan gadget yang terlalu lama akan membuat anak tidak peduli pada diri sendiri maupun pada lingkungannya. Kurangnya empati juga dilaporkan menjadi akibat dari kecanduan gadget karena anak terlalu asyik dengan dirinya sendiri (Wulandari & Hermiati, 2019). Hasil penelitian Wahyuningtyas et al., (2022) menunjukkan bahwa gadget memiliki dampak negatif bagi anak-anak, yaitu menurunkan konsentrasi, lemahnya kontrol emosi, dan permasalahan Kesehatan.

Penanganan kecanduan internet yang perlu dilakukan secara massif mendorong para peneliti untuk menemukan metode yang tepat untuk mengatasi kecanduan gadget. Diawali dengan pencegahan terjadinya kecanduan internet dengan cara Pendidikan, pendampingan, pengawasan dan komunikasi (Nurhidayah et al., 2021). Bermanfaat atau tidaknya gadget bagi anak dipengaruhi oleh bagaimana orang tua dalam mengenalkan serta mengawasi anak saat menggunakan/bermain gadget. Pemakaian gadget pada anak-anak perlu adanya pengawasan dari orang tua sehingga anak dapat memahami konten yang terdapat di dalamnya. Oleh karena itu, harus ada pendampingan dari orang tua agar penggunaan gadget sesuai dengan tahap perkembangan anak. Bentuk pendampingan yang dilakukan yaitu dengan memberi batasan dalam penggunaan gadget, dengan memberi batasan/mengurangi waktu untuk menggunakan gadget. Metode lain yang dapat digunakan adalah memanfaatkan aplikasi youtube kids karena sesuai dengan tingkatan usia anak, memantau aktivitas browsing yang digunakan oleh anak, orang tua tidak mengenalkan game pada anak yang masih berada di usia 1-5 tahun, dan menerapkan screen time atau adanya waktu khusus untuk anak menggunakan gadget. Digital parenting menjadi salah satu metode yang dapat dijadikan sebagai usaha dalam mencegah kecanduan gadget pada anak usia dini (Nurhidayah et al., 2021; Sisbintari & Setiawati, 2021).

Pola asuh orang tua terhadap anak juga mampu berdampak pada kecenderungan anak kecanduan gadget, Hasil penelitian (Suherman et al., 2021) menunjukkan bahwa sebanyak 11 responden (10,6%) menerapkan pola asuh permisif. Orang tua yang menggunakan pola asuh permisif biasanya bersikap hangat terhadap anaknya, artinya pola asuh ini disukai. Namun kehangatan tersebut cenderung mengarahkan pada memanjakan anak-anak. Hal ini dapat menyebabkan anak menjadi agresif, tidak patuh kepada orang tua, merasa berkuasa, dan kurang mampu mengendalikan diri. Anak dengan pola asuh yang melibatkan kebebasan tanpa syarat berarti anak memilih untuk berbuat apapun yang ingin mereka lakukan. Orang tua tidak memiliki kendali atas anak-anak mereka. Orang tua yang menggunakan pola asuh permisif memberikan kebebasan kepada anaknya untuk menentukan aktivitas dan perilakunya. Orang tua biasanya memberikan kelonggaran ketika mengawasi dan anak-anak mereka diberi kesempatan untuk melakukan sesuatu dengan hanya sedikit pengawasan. Anak akan cenderung melakukan hal-hal yang disukainya karena merasa akan ditinggal sendirian oleh orang tuanya. Hal ini dapat berdampak pada perilaku anak-anak karena mereka cenderung menjadi egois dan kurang menghormati orang tua mereka, sehingga pola asuh yg permisif sangat beresiko terhadap adanya kecanduan gadget pada anak. Menanamkan kedisiplinan pada anak juga diikuti dengan kedisiplinan dalam menggunakan gadget salah satunya dengan disiplin asertif yaitu dengan mengajak anak berdiskusi mengenai peraturan yang berlaku di rumah atau di sekolah, anak diberikan instruksi yang sesuai dengan tahap perkembangannya secara logis mengapa ia tidak diperbolehkan memainkan gadget dan segala konsekuensi yang didapatkan anak jika melanggar peraturan tersebut (Munawar & Nisfah, 2020).

Pola asuh yang disarankan dan dapat menghindari kecanduan gadget anak adalah pola asuh autoritatif, yaitu pola asuh ini dapat membantu anak belajar tentang bersosialisasi. Alasan lainnya adalah karena anak-anak ini hidup dalam keluarga yang selalu mendukung mereka. Orang tua adalah tempat cinta, kehangatan dan interaksi yang harmonis. Pola asuh yang dianut dapat membentuk anak agar dapat melakukan penyesuaian sosial yang lebih baik dan menjalani proses tumbuh kembang yang optimal kelekatan orang tua dan anak, dan kondisi lingkungan keluarga sangat berefek pada penggunaan serta dampak penggunaan gadget tersebut pada anak. Orang tua dapat memanfaatkan mainan dan games yang sesuai dengan usia anak untuk mengembangkan kemampuan dan kebutuhan anak (Ardiyani et al., 2021; Suherman et al., 2021). Pola komunikasi antara orang tua dengan anak membantu anak untuk memahami dampak baik dan buruknya gadget karena orang tua mampu menyampaikan dampak-dampak tersebut kepada anak (Eklesia et al., 2020).

Terdapat metode tertentu berkaitan dengan kecanduan gadget yang ditemukan dalam proses penelusuran literatur dalam penelitian ini. Metode permainan tradisional dilaporkan efektif dalam menurangi kecanduan gadget pada anak. Permainan seperti *cublak-cublak suweng*, bentengan, batu taba, dan Tokyo diajarkan pada anak-anak dalam penelitian eksperimen yang dilakukan Iswinarti et al., (2019). Melalui permainan tradisional anak-anak yang terindikasi kecanduan gadget belajar mengenai interaksi sosial, selain itu orang tua juga dapat melatih anak untuk saling berdiskusi, memberikan *reinforcement* dan memberikan contoh yang baik. Permainan tradisional juga mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar dan motorik halus anak-anak, sehingga dapat mengurangi penggunaan gadget pada anak-anak.

4. KESIMPULAN

Peran orang tua sangatlah penting dalam mencegah dan menanggulangi masalah kecanduan gadget pada anak, banyak cara atau upaya yang dapat dilakukan oleh orang tua diantaranya adalah mengaplikasikan pola komunikasi yang tepat dengan anak sehingga anak mampu memahami konsekuensi logis mengenai dampak negative dari gadget. Pola asuh yang tepat sangat disarankan, sehingga membuat anak merasa nyaman berinteraksi dengan orang tua maupun lingkungan sekitarnya. Dari berbagai sumber menyebutkan pola asuh authoritative adalah yang dapat diaplikasikan pada anak usia dini yang sudah memiliki kecenderungan kecanduan gadget. Orang tua juga bisa melakukan berbagai aktivitas lain seperti bermain permainan tradisional sehingga anak akan terhindar dari kecanduan gadget.

DAFTAR PUSTAKA

- APJJI. (2022). Profil Internet Indonesia 2022. *Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJJI)*, June. [http://apji.or.id/v2/upload/Laporan/Profil Internet Indonesia 2012 %28INDONESIA%29.pdf](http://apji.or.id/v2/upload/Laporan/Profil%20Internet%20Indonesia%2022%28INDONESIA%29.pdf)
- Ardiyani, I. D., Setiawati, Y., & Hsieh, Y.-T. (2021). Education for Parents of Children with Gadget Addiction. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 9(3), 221. <https://doi.org/10.20473/jbe.v9i32021.221-230>
- Delima, R., Kurnia Arianti, N., & Pramudyawardani, B. (2015). Identifikasi Kebutuhan Pengguna Untuk Aplikasi Permainan Edukasi Bagi Anak Usia 4 sampai 6 Tahun. *Jurnal Teknik Informatika Dan Sistem Informasi*, 1(1), 40–47.
- Eklesia, R. C., Mingkid, E., & Londa, J. . (2020). Peran Komunikasi Orangtua Dalam Mencegah Kecanduan Gadget Pada Anak Usia Dini Dikelurahan Karombasan Utara. *Acta Diurna Komunikasi*, 2(3), 1–16.
- Fahriantini, E. (2016). Peranan Orang Tua Dalam Pengawasan Anak Pada Penggunaan Blackberry Messenger Di Al Azhar Syifa Budi Samarinda. *EJournal Ilmu Komunikasi*, 4(4), 44–55. [https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/?p=2707#:~:text=Hasil penelitian diperoleh gambaran bahwa,berfikir%2C pemberian batas waktu dalam](https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/?p=2707#:~:text=Hasil%20penelitian%20diperoleh%20gambaran%20bahwa,berfikir%2C%20pemberian%20batas%20waktu%20dalam)
- Iswinarti, -, Iswinarti, -, & Firdiyanti, R. (2019). *Children using Learning Gadget Addiction, Can*

- Traditional Games With "Berlian" Method as a Solution Increase the Social Skill? 304*(Acpch 2018), 368–371. <https://doi.org/10.2991/acpch-18.2019.89>
- Kusumaningtyas, W., Ikhwan Aziz, Q., Laili, N., & Hartati, S. (2019). Gestalt-prophetic: The parenting method for early childhood with gadgets addiction. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, 2(2), 66–76. <https://doi.org/10.25217/igcj.v2i2.391>
- Munawar, M., & Nisfah, N. L. (2020). The Effect of Assertive Discipline on Early-Aged Children's Gadget Addiction. *Journal of Early Childhood Care and Education*, 2(2), 64. <https://doi.org/10.26555/jecce.v2i2.1002>
- Novianti, R., & Garzia, M. (2020). Penggunaan Gadget pada Anak; Tantangan Baru Orang Tua Milenial. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 1000–1010. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.490>
- Nurhidayah, I., Ramadhan, J. G., Amira, I., & Lukman, M. (2021). Peran Orangtua Dalam Pencegahan Terhadap Kejadian Adiksi Gadget Pada Anak: Literatur Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(9), 12. <https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>
- Pebriana, P. H. (2017). Analisis Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan Interaksi Sosial pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 1–11. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v1i1.26>
- Rini, M. K., & Huriah, T. (2020). Prevalensi dan Dampak Kecanduan Gadget Pada Remaja: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 185–194. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.4609>
- Sari, T. P., & Mitsalia, A. A. (2016). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Personal Sosial Anak Usia Pra Sekolah Di Tkit Al Mukmin. *Profesi*, 13(2), 72–78. <https://ejournal.stikespku.ac.id/index.php/mpp/article/view/124>
- Sisbintari, K. D., & Setiawati, F. A. (2021). Digital Parenting sebagai Upaya Mencegah Kecanduan Gadget pada Anak Usia Dini saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1562–1575. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1781>
- Suherman, R. N., Saidah, Q., Nurhayati, C., Susanto, T., & Huda, N. (2021). The relationship between parenting style and gadget addiction among preschoolers. *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences*, 17(June), 117–122.
- Wahyuningtyas, R., Rochanah, & Izatovna, T. S. (2022). Impacts of Gadget on Early Childhood Development: How to Solve the Addiction Gadget? Risa. *Bulletin of Early Childhood*, 1(1), 58–67.
- Wulandari, D., & Hermiati, D. (2019). Deteksi Dini Gangguan Mental dan Emosional pada Anak yang Mengalami Kecanduan Gadget. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 382–392. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.843>