

## Pola Asuh Orang Tua Terhadap Anak Dalam Mencegah Efek Negatif Kecanduan *Smartphone*

Amanda Putri Ramadhani T<sup>1</sup>, Syawaluddin Nasution<sup>2</sup>

Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara<sup>1</sup>

Jurusan Bimbingan Penyuluhan Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi  
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara<sup>2</sup>

Email : [amanda0102192050@uinsu.ac.id](mailto:amanda0102192050@uinsu.ac.id)<sup>1</sup>, [syawaludin69@gmail.com](mailto:syawaludin69@gmail.com)<sup>2</sup>

### Abstrak

Penelitian ini untuk mengeksplorasi berbagai pola asuh yang dapat mencegah efek negatif dari kecanduan *smartphone* pada anak. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif. Subjek penelitian adalah Orang Tua dan Anak usia 8-15 tahun. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik observasi, lapangan dan wawancara. Analisis data yang digunakan adalah analisis model Miles dan Huberman. Hasil penelitian menjelaskan bahwa pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang digunakan untuk membentuk karakter anak. Orang tua harus mengajarkan keterampilan manajemen waktu kepada anak-anak dengan waktu terbatas. Dengan mendampingi anak-anak mereka bermain *smartphone*, ayah dan ibu memberikan kesempatan kepada anak-anak mereka untuk menceritakan apa yang terjadi selama di rumah. Selain itu, orang tua memberikan kesempatan kepada anak-anak mereka untuk bermain dengan teman-teman mereka di rumah. Kesimpulannya bahwa komunikasi dan keterlibatan antar ayah, ibu dan anak merupakan kemampuan yang kuat dalam mengasuh anak. Efek negatif yang timbul ketika anak kecanduan *smartphone* yaitu : menghambat kemajuan anak.

**Kata kunci:** pola asuh orang tua, efek negatif, kecanduan *smartphone*

### Abstract

*This research is to explore various parenting styles that can prevent the negative effects of smartphone addiction in children. The method used is descriptive qualitative method. The research subjects were parents and children aged 8-15 years. Data collection techniques used are observation, field and interview techniques. The data analysis used is the analysis of the Miles and Huberman models. The results of the study explain that democratic parenting is a parenting style used to shape children's character. Parents must teach time management skills to children with limited time. By accompanying their children to play smartphones, fathers and mothers give their children the opportunity to tell what happened while at home. In addition, parents provide opportunities for their children to play with their friends at home. The conclusion is that communication and involvement between fathers, mothers and children is a strong ability in parenting. The negative effects that arise when a child is addicted to a smartphone are: hindering the child's progress.*

**Keywords:** parenting patterns, negative effects, smartphone addiction

### Info Artikel

Diterima Maret 2023, disetujui April 2023, diterbitkan Agustus 2023



## PENDAHULUAN

Orang tua merupakan inti dari sebuah keluarga. Keluarga tidak hanya sebagai sarana pemenuhan kebutuhan biologis seksual saja, namun lebih dari itu yaitu sebagai sarana pemenuhan kebutuhan rasa aman dan kasih sayang yang biasa disebut kebutuhan rohaniyah (Lubis, 2021)

Anak lahir dan diciptakan ke dunia ini sebagai suatu amanah dan kebanggaan untuk orang tua, perhiasan dunia bahkan sebagai penyejuk pandangan mata bagi yang melihatnya. Sebagaimana Allah berfirman dalam surah Al Kahfi ayat 46 yang artinya: "Harta dan anak-anak adalah perhiasan kehidupan dunia tetapi amal kebajikan yang terus menerus adalah lebih baik pahalanya di sisi Tuhanmu serta lebih baik untuk menjadi harapan".

Adapun Idris (2020) menjelaskan bahwa anak wajib dididik sebaik serta semaksimal mungkin agar kelak anak bisa mengenali dirinya sendiri dan takut kepada Allah. Anak sebuah karunia dari Allah yang wajib disyukuri dengan sepenuh hati dan apa adanya. Anak juga merupakan cikal bakal dan aset dari sebuah bangsa yang harus kita perjuangkan.. Masa depan bangsa akan lebih baik jika kepribadian anak berkembang dengan baik sekarang. Jika anak memiliki kepribadian negatif, maka kehidupan bangsa akan memburuk atau rusak dikemudian hari.

Menurut Ulfiah (2016) keluarga itu sebuah lembaga sosial yang sangat banyak fungsinya mulai dari membina hingga mengembangkan interaksi antar ayah, ibu dan anak. Selain itu, untuk menambah pengetahuan mengenai adat istiadat, nilai bahkan norma agama itu bakal dipelajari dari keluarga. Pada zaman sekarang ini, kebanyakan orang tidak bisa lepas dari alat yang super canggih yaitu *Smartphone* (Rahmandani et al., 2018). Tak bisa dipungkiri lagi, ketika memasak makanan, melihat televisi, mencuci pakaian, hingga berkomunikasi selalu berinteraksi dengan *smartphone*. Pada umumnya, masyarakat menggunakan *smartphone* guna membantu pekerjaan sehari-hari. Namun jarang sekali disadari bahwa dampak positif dan negative akan muncul kapan saja dengan kemajuan teknologi.

Pada masa sekarang begitu mudahnya mendapat akses informasi. Informasi terkait berbagai fenomena yang telah terjadi di belahan dunia begitu penting untuk diketahui. pada Era modern ini, segala informasi bisa di dapatkan pada hitungan detik saja, hanya dengan menggunakan seperangkat yang namanya *smartphone* (Djunu, 2016). *Smartphone* sebuah alat telepon cerdas yang kini sangat banyak yang menggunakannya untuk kegiatan apapun (Daeng et al., 2017). Jadi tak jarang masyarakat menggunakannya untuk media massa dan media komunikasi verbal.

*Personal Digital Assistant* (PDA) begitu membantu dan melengkapi *smartphone*, mulai dari menyediakan kalender, catatan, kalkulator dan aplikasi unggulan yang lainnya. Banyak sekali yang terjebak dalam menggunakan *smartphone* akibat kecanggihan serta kemudahan yang dimilikinya (Irfan et al., 2020). *Smartphone* sering kali digambarkan sebagai pisau bermata dua jika anak terus mengaksesnya (Zulfitriya, 2017).

Menurut Louis (Zaini & Soenarto, 2019) anak-anak dapat bersenang-senang dengan *smartphone* jika terlalu sering digunakan. *Smartphone* menawarkan komponen gerakan, variasi, suara, dan musik yang sinkron untuk berbicara, bermain-main, menonton rekaman, mendengarkan musik, dan membaca situs. Sejak tahun 2016, 42 (empat puluh dua) kasus anak kecanduan *smartphone* telah ditangani oleh Komnas Perlindungan Anak (Sumber: Kominfo, 2018).

Sebelum menjadi dewasa, seseorang memasuki masa remaja. Individu mengalami perubahan-perubahan yang tampak jelas pada dirinya, baik perubahan aktual maupun



perubahan mental perubahan psikis ketika fase remaja (Rudi et.al, 2004). Menurut data China memiliki pengguna *smartphone* terbanyak di dunia dengan presentasi 68.4 persen atau 974.690.000 pengguna aktif *smartphone* dunia, dan populasi pengguna online aktif dunia ada tahun lalu (Newzoo, 2022). Pada tahun 2022, perkiraan akan mencapai 3.9 miliar yang menggunakan *smartphone*.

Pada tahun 2022 dan 2023 menurut oleh APJII (*Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII)*, n.d.), jumlah orang yang menggunakan internet terus meningkat yaitu mencapai 78,19 persen pada tahun 2023 atau 215.626.156 dari total penduduk negara sebanyak 275.773.901 orang.

Inovasi & paksaan web yang dilakukan remaja dapat memengaruhi diri mereka sendiri dan keluarga mereka. Remaja dengan fiksasi inovasi dapat menghadapi masalah medis fisik dan mental (Aprilia et al., 2020). Faktanya, efek pada pikiran meliputi: Depresi; Kesendirian; Kecemasan; Agresi; Tidak adanya simpati; kecemasan sosial; juga, Tidak mampu mengendalikan kecenderungan untuk memanfaatkan Web/inovasi. Secara fisik, akibatnya antara lain: kebiasaan makan yang tidak sehat, yang dapat mengakibatkan obesitas atau kekurangan gizi; Kualitas istirahat yang kurang baik yang dapat memperlambat prestasi akademik; Gangguan pertumbuhan (Floencia, 2020).

Kesehatan emosional remaja dapat dirugikan karenaterlalu sering menggunakan *smartphone*. Hasil penelitian Ferry & Yuliani (2021), yang menunjukkan bahwa kecanduan *smartphone* berdampak signifikan terhadap emosi remaja. Remaja mengalami lebih banyak gangguan emosional ketika kecanduan *smartphone* mereka tinggi. Gangguan emosi pada remaja meningkatkan risiko obesitas, stres, tekanan darah tinggi, gangguan jiwa, dan penyakit jantung selain mempengaruhi kemampuan berpikir dan mengendalikan emosi (Komarudin, 2016).

Memberikan anak ruang bernafas berlebih dalam berhubungan dengan *smartphone* itu salah satu pengasuhan yg dapat memberikan kecanduan *smartphone* pada anak (Yanuar et al., 2023). Setiap keluarga memiliki pendekatan uniknya sendiri dalam membesarkan anak, yang biasanya diwarisi dari orang tua sebelum mereka. Pengasuhan adalah contoh kerja sama antara anak dan orangtua yang mencakup memenuhi kebutuhan actual & kebutuhan psikologis. Interaksi antar ayah, ibu dan anak dalam konteks mensosialisasikan akhlak itu termasuk pola pengasuhan yang dapat membuat hidup menjadi harmonis (Ngewa, 2019).

Jadi, apakah orang tua itu otoriter, demokratis, atau permisif, cara mereka membesarkan karakter anaknya sangatlah penting. Perkembangan kepribadian anak sebagai orang dewasa dipengaruhi oleh gaya pengasuhan. Akibatnya, cara ayah, ibu memperlakukan anak di tahun-tahun awal akan berpengaruh pada perkembangan sosial dan moral anaknya kelak.

Setiap anak memiliki gaya individual dan potensial kepribadian yang berbeda dalam setiap pengasuhan dan warna lingkungan. Perkembangan karakter anak dipengaruhi melalui apa yang diperolehnya pada masa *golden age* sekitar 0 sampai 6 tahun. Itulah yang diungkapkan Sigmund Freud dalam teori Psikoanalisa. Selain itu menurutnya, pendidikan dan pengasuhan dalam rentang usia tersebut itu sangat baik dan akan menghasilkan anak-anak yang memiliki karakter yang hebat sebagai orang dewasa (Azizah, 2019).

Kualitas dan kuantitas terbaik untuk anak terletak pada orang tua. Mulai dari mencari sekolah yang terbaik, sampai memberikan kasih sayang dan cinta dengan selalu ada disetiap pertumbuhannya. Menenal diri sendiri dan lingkungan itulah sebuah misi dari orang tua yang hendak dicapai. Karena kepribadian termasuk aspek sosio-emosional



yang akan berkembang melalui kegiatan bermain. Menurut Wasinah (2015), ayah, ibu berkewajiban untuk menuntun anaknya agar ditahun-tahun mendatang akan melahirkan generasi-generasi yang mampu menyesuaikan diri dengan keadaannya dan memiliki kepribadian yang terhormat.

Beberapa masalah yang mungkin dapat dijadikan pertimbangan dalam penelitian yaitu apa efek negative kecanduan *smartphone* pada anak, seperti dampaknya pada kesehatan mental dan perilaku mereka? Bagaimana pola asuh orang tua dapat membantu mencegah efek negative kecanduan *smartphone* pada anak? Apa saja factor-factor yg memengaruhi pola asuh orang tua dalam mencegah efek negative kecanduan *smartphone* pada anak? Dan bagaimana cara ayah, ibu dapat memberikan bimbingan dan dukungan yang efektif bagi anaknya dalam menggunakan *smartphone* secara sehat dan bijak?

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan tujuan mengeksplorasi berbagai strategi pengasuhan yang dapat mencegah efek negatif kecanduan *smartphone* pada anak. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian kualitatif mengacu pada pengumpulan data yang bersifat deskriptif, yaitu pengumpulan data berupa gejala-gejala dalam wawancara atau observasi rahasia atau bentuk lain selama periode penelitian (seperti foto, dokumen, artefak dan catatan lapangan). Subjek penelitian adalah Orang Tua dan Anak usia 8-15 tahun.

Analisis data dalam penelitian kualitatif dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung dalam periode tertentu. Pada saat wawancara, peneliti sudah melakukan analisis terhadap jawaban yang di wawancarai. Analisis data yang digunakan oleh peneliti adalah analisis model Miles dan Huberman. Menurut Miles dan Huberman (Rusdiana, 2016) kegiatan dalam analisis data kualitatif dilakukan secara terus menerus dan interaktif hingga selesai dan datanya jenuh. Aktivitas dalam analisis data setelah pengumpulan data antara lain data *reduction* (reduksi data), data *display* (penyajian data) dan data *verification* (verifikasi data).

### Data Reduction (Reduksi Data)

Jumlah data yang terkumpul dari lapangan cukup besar, maka perlu dilakukan pencatatan secara cermat. Meringkas, memilih hal yang paling penting, berkonsentrasi pada hal yang penting, dan mencari tema dan pola merupakan bagian dari reduksi data. Hasil penelitian kualitatif ini menjadi tujuan utama. Oleh karena itu, kalau peneliti dalam melakukan eksplorasi, menemukan segala sesuatu yang asing, tidak jelas, perlu melakukan reduksi data.

### Data Display (Penyajian Data)

Setelah reduksi data, maka tahap selanjutnya adalah mendisplaykan data. Data ini dapat disajikan dengan menggunakan tabel, grafik, diagram lingkaran, pictogram, dan alat serupa lainnya dalam penelitian kuantitatif. Data diorganisasikan, disusun dalam pola hubungan, melalui penyajiannya, sehingga lebih mudah dipahami.

### Verification (Verifikasi data)

Langkah ke tiga dalam analisis data kualitatif yang ditunjukkan oleh Miles dan Huberman yaitu penarikan kesimpulan dan verifikasi. . Tujuan awal yang ditetapkan



masih bersifat sementara, dan akan berubah jika bukti kuat tidak ditemukan untuk mendukung tahap pengumpulan data berikutnya. Namun, ketika peneliti kembali ke lapangan untuk mengumpulkan data, kesimpulan yang ditarik dianggap kredibel jika didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten (Sugiyono, 2013)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Pola Asuh Orang Tua Kepada Anak

Pendidikan yang pertama dalam mengembangkan karakter kepribadian pada anak dilakukan oleh keluarga. Menjadi seorang pembimbing, pemelihara, pengasuh bahkan sebagai pendidik itu tak lain dan tak bukan merupakan tugas ayah dan ibu. Mungkin tidak, orang tua menginginkan manusia yg buruk? Pasti tidak mungkin, namun para ayah dan ibu umumnya berpendapat bahwa anak-anaknya harus menjadi pribadi yang terhormat. Disisi lain, terkadang orang tua mengabaikan bahkan tidak menyadari bahwa cara mendidik yang selama ini mereka terapkan pada anak, mengundang pemikiran-pemikiran anak, bahwa anak merasa terabaikan bahkan tidak disayang lagi oleh kedua orang tuanya.

Tumbuh kembang setiap anak unik, dan orang tua tidak boleh membuat perbandingan apapun diantara anak-anak mereka, menurut (Direktorat Guru dan Tenaga Kependidikan Pendidikan Anak Usia Dini, 2020). Usia seorang anak dibagi menjadi 3 (tiga) rentang berdasarkan fase pertumbuhan dan perkembangannya, yaitu berkisar antara (usia 0 sampai 6 tahun) masuk kategori anak usia dini, anak usia menengah (usia 7 sampai 11 tahun), dan anak usia remaja awal (usia 12 sampai 14 tahun) (Unicef, 2011).

Orang tua dituntut untuk selalu berkomunikasi yang baik terhadap anak. Karena komunikasi orang tua sangat berhubungan secara signifikan terhadap manajemen pengasuhan orang tua dalam mencegah efek negative kecanduan *smartphone* pada anak. Menurut Lestari (2020) dalam hasil penelitian mengungkapkan bahwa aspek yang sangat penting dalam mendidik anak yaitu komunikasi. Anak akan merasa dihargai jika suatu komunikasi antar orang tua dan anak terjalin dengan efektif..

Melalui proses pembiasaan dalam kehidupan sehari-hari maka akan terbentuklah sebuah kepribadian atau karakter pada anak. Selain itu yang dapat mempengaruhi kepribadian atau karakter pada anak adalah *parenting style*. Oleh karena itu, ayah dan ibu perlu berkompromi mengenai gaya pengasuhan yang diterapkan kepada anak untuk mencapai sebuah tujuan yaitu berkembangnya anak menjadi lebih baik. Mengenai hal ini orang tua menyatukan visi misi agar tercapai tujuan tersebut.

Di dalam buku berjudul Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak (Daud & Novita, 2021), yang membahas berbagai metode pengasuhan anak dalam keluarga, yaitu sebagai berikut :

#### a. Pola Asuh Demokratis

Gaya Pengasuhan yang tidak segan-segan melakukan kontrol terhadap anak, selalu mengutamakan kepentingan anak di atas kepentingannya sendiri, dan selalu memberikan kebebasan kepada anak untuk menentukan langkah & proses kedepannya. Alhasil, kasih sayang sang ayah dan ibu terhadap anaknya pun terlihat jelas, tetapi kurang optimis terhadap kemampuan anaknya dan lebih rasional dan realistis terhadapnya. Sebagai sarana pendisiplinan anak, tipe ini mengajarkan mereka untuk bertanggung jawab dan mengendalikan perilaku mereka sendiri.

#### b. Pola Asuh Otoriter

Pola asuh yang memberlakukan aturan yang ketat, seringkali di bawah ancaman dan cenderung membatasi aspirasi anak. Anak-anak sering menerima hukuman mental dan fisik dengan alasan bahwa mereka terus tunduk, disiplin, dan menghormati ayah dan





ibu. Orang tua seperti ini tidak takut untuk menghukum anaknya jika anaknya tidak mau menuruti perintahnya. Selain itu, orang tua seperti ini lebih dikenal dengan istilah *One-Way Communication* dan *Uncompromising*.

c. Pola Asuh Permisif

Pola asuh yg dikenal dengan *I don't care*. Jadi anak diberikan otonomi seluas-luasnya oleh orang tua untuk mengatur dirinya sendiri. Orang tua sering memiliki terlalu banyak pekerjaan yang harus dilakukan. Akibatnya, pola asuh seperti ini disebabkan karena gagal mendidik dan membesarkan anak dengan baik.

d. Pola Asuh Penelantar

Satu bentuk pengasuhan pengabaian dimana orang tua tidak mau memikul tanggung jawab mengasuh anak. Selain itu, orang tua yang mengadopsi gaya pengasuhan ini percaya bahwa kehidupan mereka sendiri jauh lebih penting daripada kehidupan anak-anak mereka.

### Dampak Anak Kecanduan *Smartphone*

Pandangan Nasution (2020) bahwa perkembangan kebutuhan hidup dan kemajuan peradaban manusia mengharuskan adanya *smartphone*. Pola hidup manusia telah dibentuk ulang oleh kehadirannya. *Smartphone* memiliki dampak signifikan pada bagaimana masyarakat menjalani kehidupan. Istilah untuk ini dikenal dengan kemajuan zaman. Kehadirannya tak bisa dipungkiri lagi, senang atau tidak pesatnya perkembangan teknologi *smartphone* membawa dampak positif dan negative bagi para penggunanya.

Salah satu fenomena negatif penggunaan *smartphone* yang rentan terjadi pada usia anak adalah kecanduan *smartphone* (*smartphone addiction*) atau sering dikaitkan dengan salah satu penyimpangan dengan istilah *Nomophobia* (*No Mobile Phone Phobia*). Pada usia anak, manusia pada umumnya belum memahami secara komprehensif mengenai konsekuensi dari segala tindakan, termasuk dalam penggunaan *smartphone*. Pada berbagai kejadian, orang tua memberikan akses terhadap penggunaan *smartphone* tanpa pengawasan yang tepat, sehingga tidak menutup kemungkinan, akan banyak timbul efek negative yang akan dirasakan oleh anak.

Menurut Triantoro (2022) bahwa takut terputus dari *smartphonanya* juga dikenal sebagai *Nomophobia* atau *no mobile phone phobia,*”. Istilah *Nomophobia* juga berhubungan dengan perilaku dan gejala penggunaan *mobilephone*. *Nomophobia* adalah fobia situasional terkait dengan agoraphobia dan termasuk rasa takut jika sakit serta tidak terkoneksi dengan *smartphonanya*, sehingga tidak dapat menerima bantuan segera.

Berdasarkan hasil observasi oleh peneliti, ada beberapa dampak positif dan negatif dari *Smartphone*. Adapun dampak positifnya terdiri dari berikut ini:

1. Menambah pengetahuan dalam keahlian perkembangan teknologi
2. Meningkatkan kreativitas yang tinggi
3. Mempermudah komunikasi
4. Memperluas jejaring sosial dan jaringan konektivitas
5. Melakukan transaksi dan berbisnis online

Namun *smartphone* bisa menjadi efek negatif bagi anak-anak, diantaranya sebagai berikut :

1. Menghambat kemajuan anak
2. Membuang waktu dengan percuma
3. Lebih boros akan paket data
4. Berkurangnya rasa solidaritas (*introvert*)
5. Merusak Kesehatan salahsatunya Kesehatan Mata



6. Merusak pola tidur
7. Menurunnya minat belajar

Kecemasan, depresi, dan gangguan perilaku seperti agresi dan menyakiti diri sendiri telah dikaitkan dengan kecanduan *smartphone* pada anak-anak. Melalui gaya pengasuhan demokrasi, komunikasi antar ayah dan ibu merupakan peran penting dalam tumbuh kembang anak dalam pencegahan kecanduan *smartphone* (Amalia & Hamid, 2020).

Faktor internal, situasional, eksternal dan sosial merupakan factor yang memengaruhi dampak negative adiksi *smartphone*, sebagai berikut (Agusta, 2016) :

a. Faktor Internal

Faktor yang mempengaruhi dan menggambarkan karakteristik individu. Faktor ini memiliki 3 (tiga) faktor penyebab yaitu ketenangan, rasa percaya diri yang rendah, dan keinginan yang kuat akan sensasi.

b. Faktor Situasional

Faktor yang menggambarkan situasi psikologis seseorang disebut faktor situasional. Hal yang digarisbawahi di sini adalah penggunaan *smartphone* akan membuat anak muda merasa nyaman, hebat secara mental.

c. Faktor Eksternal

Ketika datang untuk membeli *smartphone*, individu dipengaruhi oleh faktor eksternal. Kecanduan anak-anak terhadap *smartphone* dan layanan yang mereka berikan dijelaskan oleh faktor ini, yang merupakan akibat dari pengaruh signifikan media dalam memasarkannya.

d. Faktor Sosial

Faktor penentu keputusan pembelian *smartphone* berdasarkan hubungan dengan teman, keluarga, dan orang tua.

Menurut sebuah penelitian yang dilakukan oleh Janet (Bibelia & Hidayati, 2021), bahwa 49% anak yang kecanduan *smartphone* dengan niat menggunakannya untuk bermain game memiliki ayah, ibu yg memiliki gaya pengasuhan demokratis, 28% gaya pengasuhan permisif, dan 25% gaya pengasuhan otoriter. Anak-anak lebih cenderung terlibat dalam aktivitas berulang dan merasa lebih nyaman saat diizinkan menggunakan perangkat elektronik.

### **Manajemen Pengasuhan Orang Tua Untuk Mencegah Efek Negatif Kecanduan *Smartphone* di Dusun IX Desa Laut Dendang**

Gaya dan Manajemen Pengasuhan orang tua sangat berhubungan secara signifikan terhadap upaya mencegah efek negatif kecanduan *smartphone*. Aspek yang penting dalam mengasuh anak yaitu ketercapainnya tujuan pengasuhan serta mampu mengaplikasikan dalam kehidupam sehari-hari. Tujuan pengasuhan tak lain dan tak bukan yaitu adanya harapan yang realistis. Orang tua dituntut harus mampu untuk mengatur anak agar anak memiliki perilaku disiplin dan perilaku lainnya yang di harapkan untuk mencegah terjadinya kecanduan *smartphone*.

Penelitian yang dilakukan di Dusun IX Desa Laut Dendang yang melibatkan 6 (sepuluh) orang ayah dan ibu serta 10 anak usia 8-15 tahun. Berdasarkan hasil wawancara dengan ayah dan ibu serta anak yang menggunakan *smartphone*. Pendampingan yang disampaikan dari ayah dan ibu kepada anak sudah cukup baik mulai dari menggambarkan dan mengarahkan anak agar anak memahami dampak baik dan buruk jika menggunakan *smartphone* secara berlebihan. Jadi *before* terjadi efek-efek negatif, lebih baik dari sejak dini kita sebagai orang tua mengenali dan menceritakan ke anak tentang penggunaannya.



Berdasarkan hasil penelitian, bahwa yang paling kecanduan itu ada 3 orang, 7 orang yg lain itu tidak terlalu kecanduan *smartphone*. Para orangtua mereka rata-rata menggunakan pola asuh demokratis dalam mendidik anaknya dirumah. Hanya 2 orangtua saja yang menggunakan pola asuh otoriter. Ayah, ibu mengasuh anak yang kecanduan itu lebih kepada membatasi. Seperti *smartphone-Nya* langsung diambil lalu disimpan ditempat yang anak tidak mengetahuinya.

Berdasarkan penelitian bahwa setelah orang tua menerapkan pola asuh demokratis, awalnya kecanduan *smartphone*, namun seiring waktu kecanduan terhadap *smartphone* menjadi berkurang. Namun masih ditemukan kondisi anak yang kecanduan *smartphone*, seperti ketika memegang *smartphone*, terus pas disuruh orangtuanya menjadi malas bergerak bahkan terkadang marah gitu sama orang tuanya. Ada 2 orang anak yang kecanduan, sampai hilang niat belajarnya dan akhirnya putus sekolah.

Seharusnya orang tua mau mengontrol anak apa yang anak lihat di *smartphone* ketika anak belum baliq. Namun ketika anak sudah baliq atau sudah mens dan mimpi basah, orang tua dilarang atau kepo terhadap anaknya dikurangi, justru anak uda semakin dewasa, orang tua diminta untuk memikirkan hubungan bagaimana bisa dekat selalu dengan anak untuk anak ngobrol bukan kita yang cek gawai atau *smartphonena* anak, tapi malah anaknya sendiri yang cerita. Anak ketika sudah baligh memiliki hak untuk berprivasi Orang tua harus memahami anak, agar anak bisa lebih leluasa untuk cerita. Sebagaimana berdasarkan hasil penelitian, bahwa peneliti menemukan ada 1 anak, walaupun kecanduan *smartphone*, namun orangtuanya mengontrolnya sehingga *smartphone* tersebut dijadikan ajang menggali kreativitasnya, sehingga telah membuat hal menarik dan unik sehingga diupload ke sosial media youtube. Juga ada 2 orang anak bisa dikatakan kecanduan *smartphone*, tapi tetap bisa berprestasi bahkan sampai keluar negeri.

Orang tua wajib membekali anak dengan keahlian dan pengawasan yang ketat saat menggunakan *smartphone*, dimulai dengan mengingatkan agar tidak melupakan segala sesuatu, termasuk waktu belajar dan waktu lainnya. Hal ini dilakukan untuk menjaga keamanan anak-anak, apalagi sekarang mereka sudah begitu terbiasa menggunakan *smartphone*. Secara alami, orang tua mengkhawatirkan keselamatan anak-anak mereka dalam situasi apa pun.

Kemudian hasil wawancara dengan anak pengguna *smartphone*, menunjukkan bahwa ada sekitar 7 anak yang tidak terlalu tergantung pada *smartphone*. Hal itu tentunya tidak terlepas dari *parenting style* atau pola asuh atau arahan dari ayah dan ibu yang setia selalu ada dalam mendampingi anak-anak saat menggunakan *smartphone*, itu sangat bagus untuk perkembangan anak. Oleh karena itu, pola asuh atau *parenting style* bisa sangat bermanfaat bagi anak untuk menjaga kesehatan dan keselamatan.

Ada 3 (tiga) macam komunikasi yaitu interpersonal, verbal, dan nonverbal. Komunikasi antarpribadi bersifat dialogis dan akan mendapat tanggapan segera, maka komunikasi antarpribadi ini mempunyai keinginan psikologis yang menyenangkan. Komunikasi interpersonal yang terjadi antar keluarga individu dapat memenuhi keinginan mental yg pada hakekatnya manusia ingin dimengerti dengan manusia lain guna terpenuhikeinginan psikologisnya. Menurut peneliti, komunikasi antarpribadi ini efektif dalam mengubah sikap, penilaian, dan perilaku anak karena bersifat dialogis dan akan mendapat tanggapan segera. Kemampuan kita untuk meningkatkan kesadaran diri dengan baik dapat dilatih melalui komunikasi interpersonal. Keunggulan diri selalu dilihat dan ditingkatkan melalui komunikasi interpersonal sehingga dapat diperoleh secara efektif melalui orang lain. memelihara dan meningkatkan hubungan(Sari et al., 2020).





Untuk mengetahui informasi yang kita cari dari orang lain, kita dapat menggunakan ciri-ciri komunikasi interpersonal keluarga. Keterbukaan, empati, dan simpati adalah komponen penting dari komunikasi interpersonal, selain pengaruh, untuk memastikan bahwa keluarga secara keseluruhan puas, komunikasi efektif, dan masalah dapat diselesaikan dengan tepat.

Maka pada tanggal 29 maret 2023, hasil observasi dilapangan, peneliti menemukan ada 2 (dua) macam yang berpengaruh kepada kepribadian atau karakter pada anak yaitu pendidikan orang tua dan lingkungan-Nya. Mengapa? Karena pendidikan orang tua dan lingkungan itu ibarat sebuah informasi yang mungkin akan diserap dan akan didengar oleh anak pertama kali dalam setiap perkembangannya. Peneliti menyarankan kepada orang tua yang anaknya menjadi objek penelitian, bahwa efek negatif dari *smartphone* bisa diatasi salah satunya dengan *Parenting*.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa pembatasan merupakan salah satu cara mencegah bahaya adiksi *smartphone* pada anak. Anak akan cenderung melakukan hal yg menurut anak lucu dan membuat tertawa sehingga anak-anak sering bersenang-senang ditempat yang salah. Mendengarkan dengan penuh perhatian sangat erat kaitannya dengan *parenting managemet* dalam upaya menyelematkan anak dari dari kecanduan *smartphone*.

Hasil penelitian yang peneliti dapatkan di lapangan juga membuktikan bahwa salah satu bentuk yang diinginkan oleh anak yaitu perhatian. Aspek yang mendukung untuk melakukan perubahan pada perilaku anak yaitu nasehat, petunjuk dan saran dari orang tua. Sebuah penghargaan dan pengharapan dari seorang anak yaitu kesadaran dan perhatian dari orang tua dengan memanfaatkan waktu luang (disiplin waktu), berdiskusi, dan memberikan contoh aktivitas yang positif pada anak. Fase remaja awal merupakan fase yang sangat berpengaruh signifikan terhadap anak, sebab difase ini anak sering mengalami kebingungan dan pastinya sangat membutuhkan nasehat, arahan dan petunjuk sebagai jalan dalam menyelesaikan sebuah *problem*.

Kehadiran sosok orang tua yang cerdas dalam kehidupan seorang anak memiliki peran yang sangat krusial. Selain itu, reputasi diri dengan tidak menghakimi anak sangat terkait dengan gaya pengasuhan orang tua dalam upaya menyelamatkan anak dari *smartphone addiction*. Salah satu faktor yang paling dominan yang menggambarkan pengasuhan penuh kesadaran yaitu penerimaan diri dengan tidak menghakimi. Tidak menghakimi anak adalah salah satu bentuk pengasuhan demokratis dimana anak diberi batasan tanpa tekanan dan penilaian. *Self acceptance* dan tidak menghakimi anak adalah pola asuh secara sadar, yaitu dengan pertukaran komunikasi verbal yang baik antar ayah, ibu dan anak. Sebab dukungan informasi, penilaian, instrumental dan emosional sangat berkaitan dengan berkembangnya anak (Hidayanti, 2016).

Jadi orang tua mulai dari sekarang hendaknya sudah membekali pola asuh yang tepat dengan mengamati dan mendampingi anak saat anak bermain *smartphone*. Tetapi kekurangannya hanya satu yaitu tidak semua orang memahami dan memberikan pengetahuan kepada anak tentang penggunaan *smartphone* itu sendiri, tetapi orang tua telah berusaha semaksimal mungkin setiap proses pengasuhan dalam mewujudkan dan mencegah efek negatif maupun kecanduan *smartphone* pada anak.

## KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini bahwa komunikasi dan keterlibatan antar ayah, ibu dan anak merupakan kemampuan yg kuat dalam mengasuh anak. Efek negatif yang timbul ketika anak kecanduan *smartphone* yaitu: menghambat kemajuan anak,



membuang waktu dengan percuma, lebih boros akan paket data, berkurangnya rasa solidaritas (*introvert*), merusak kesehatan salah satunya kesehatan mata, merusak pola tidur dan menurunnya minat belajar pada anak. Selain itu adiksi *smartphone* pada anak berkaitan dengan kesehatan mental yaitu kecemasan, depresi, dan gangguan perilaku (agresif dan perilaku mencederai diri).

Namun tidak perlu khawatir, efek negatif dari *smartphone* bisa diatasi, salah satunya dengan *parenting style* atau pola asuh. Gaya Pengasuhan dapat digambarkan sebagai cara merawat, membimbing dan memimpin seorang anak dalam lingkungan keluarga. Selain itu ayah dan ibu juga dituntut untuk memberikan pengetahuan khusus tentang cara penggunaan *smartphone* dan cara membatasinya.

Pola asuh dilakukan terhadap keluarga yang merupakan pendidikan pertama yang dapat dipelajari anak dalam kehidupannya, pola asuh ini akan dapat memenuhi keinginan anak. Orang tua dapat dibagi menjadi empat jenis berdasarkan cara ayah dan ibu membesarkan anak-anaknya : demokratis, otoriter, permisif, dan penelantar. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pola asuh demokratis merupakan pola asuh yang digunakan untuk membentuk karakter anak. Orang tua harus mengajarkan keterampilan manajemen waktu kepada anak-anak dengan waktu terbatas. Dengan mendampingi anak-anak mereka bermain *smartphone*, ayah dan ibu memberikan kesempatan kepada anak-anak mereka untuk menceritakan apa yang terjadi selama di rumah. Selain itu, orang tua memberikan kesempatan kepada anak-anak mereka untuk bermain dengan teman-teman mereka di rumah. Selain itu, sudah menjadi kewajiban orang tua untuk memberikan contoh yang baik kepada anaknya dengan menggunakan *smartphone* hanya pada saat benar-benar diperlukan atau saat anaknya sedang tidur.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agusta, D. (2016). Faktor-Faktor Resiko Kecanduan Menggunakan Smartphone pada Siswa di SMK Negeri 1 Kalasan Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(3), 86–96. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/1021>
- Amalia, R. F., & Hamid, A. Y. S. (2020). ADIKSI SMARTPHONE, KESEHATAN MENTAL ANAK, DAN PERANAN POLA ASUH. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 3.
- Aprilia, R., Hendrawati, S., & Sriati, A. (2020). Tingkat Kecanduan Media Sosial pada Remaja. *Journal of Nursing Care*, 3(1), 41–53. <https://jurnal.unpad.ac.id/jnc/article/view/26928>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (n.d.). <https://www.apjii.or.id/>
- Azizah, I, N.,. (2019). Pengaruh Pola Asuh Demokratis Orang Tua terhadap Cara Bergaul Anak: Studi di Desa Derik, Susukan, Banjarnegara. *Yinyang : Jurnal Studi Islam, Gender Dan Anak*, 14.
- Bibelia, J, I., Hidayati, N, O., & I. S. (2021). Pola asuh orang tua pada remaja dengan kecanduan internet. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 15.
- Daud, M., Novita, D, N. M. (2021). *Buku Ajar Psikologi Perkembangan Anak*. Penerbit Kencana.
- Daeng, I. T. M., Mewengkang, N. ., & Kalesaran, E. R. (2017). Penggunaan Smartphone Dalam Menunjang Aktivitas Perkuliahan Oleh Mahasiswa Fispol Unsrat Manado. *E-Journal "Acta Diurna,"* 6(1), 1–15. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/actadiurnakomunikasi/article/view/15482>
- Direktorat Guru dan Tenaga Kependidikan Pendidikan Anak Usia Dini. (2020). *Modul 2*



- Perkembangan Anak Usia Dini.*  
[http://simdiklat.gtkpaud.kemendikbud.go.id/upload/modul\\_materi/3\\_Modul\\_Diklat\\_Dasar\\_2020\\_Perkembangan\\_Anak\\_Usia\\_Dini.pdf](http://simdiklat.gtkpaud.kemendikbud.go.id/upload/modul_materi/3_Modul_Diklat_Dasar_2020_Perkembangan_Anak_Usia_Dini.pdf)
- Djunu, A. (2016). Pemanfaatan Fitur Internet Pada Smartphone Oleh Masyarakat (Studi Pada Ibu-ibu Rumah Tangga Kelurahan Tidore Kecamatan Tahuna Timur). *Jurnal Acta Diurna*, *V*(5), 1–15.
- Ferry, S., & Yuliani, W. (2021). Literature review hubungan kecanduan smartphone dengan gangguan emosional remaja. *Borneo Student Research*, *3*(1), 2021.
- Florencia, G. (2020). *Ketahui Dampak Gadget pada Psikologis Remaja*.
- Hidayanti, Y. (2016). *Peranan Pola Asuh Orang Tua Terhadap Kemandirian Anak Di Kelompok B1 Raudhatul Athfal Al Ikhlash Palu*. 1–11.
- Idris, I. (2020). Anak Sebagai Amanah Dari Allah. *Musawa: Journal for Gender Studies*, *11*(2), 289–318. <https://doi.org/10.24239/msw.v11i2.476>
- Irfan, I., Aswar, A., & Erviana, E. (2020). Hubungan Smartphone Dengan Kualitas Tidur Remaja Di Sma Negeri 2 Majene. *Journal of Islamic Nursing*, *5*(2), 95. <https://doi.org/10.24252/join.v5i2.15828>
- Komarudin. (2016). Membentuk Kematangan Emosi dan Kekuatan Berpikir Positif pada Remaja Melalui Pendidikan Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, *12*(2), 67–75.
- Kuswadi, R, S, M. (2004). *Bimbingan Pribadi, Sosial, Belajar dan Karies*. Penerbit PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Lestari, D, E. (2020). aktor-Faktor yang Berhubungan dengan Manajemen Pengasuhan Anak dalam Pencegahan Kecanduan Smartphone di Kabupaten Jember. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, *2*.
- Lubis. (2021). *Konseling dan Terapi Islami*. Penerbit Perdana Publishing.
- Nasution, L, A, A. (2020). *Revitalisasi Cinta Tanah Air (Tantangan Bangsa Indonesia dalam Menghadapi Era Society 5.0)*. Penerbit Samudra Baru.
- Newzoo. (2022). *Top Countries by Smartphone Users*. <https://newzoo.com/resources/rankings/top-countries-by-smartphone-penetration-and-users>
- Ngewa. (2019). Peran Orangtua dalam Pengasuhan Anak. *Ya Bunayya*, *1*.
- Rahmandani, F., Tinus, A., & Ibrahim, M. M. (2018). Analisis Dampak Penggunaan Gadget (Smartphone) Terhadap Kepribadian Dan Karakter (Kekar) Peserta Didik Di Sma Negeri 9 Malang. *Jurnal Civic Hukum*, *3*(1), 18. <https://doi.org/10.22219/jch.v3i1.7726>
- Rusdiana, N. (2016). *Sistem Informasi Manajemen Pendidikan Tinggi*. Penerbit Pustaka Tresna Bhakti Press Bandung.
- Sari, I. P., Wardhani, R. W. K., & Amal, A. S. (2020). Peran Orang Tua Mencegah Dampak Negatif Gadget Melalui Pendekatan Komunikasi dan Psikologi. *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology*, *2*(2), 267–289. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i2.267-289>
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*.
- Triantoro, N, D. P. (2022). *NOMOPHOBIA (Riset Teori dan Pengukurannya)*. Penerbit UAD PRESS.
- Ulfiah. (2016). *Psikologi Keluarga (Pemahaman Hakikat Keluarga dan Penanganan Problematika Rumah Tangga)*. Penerbit Ghalia Indonesia.
- Unicef. (2011). *THE STATE OF THE WORLD'S CHILDREN*.
- Wasinah, W. (2015). Peran Pola Asuh Otoritatif Orang Tua, Pendidikan Orang Tua dan



- Jumlah Saudara Terhadap Kemandirian Anak. *PSIKOPEDAGOGIA Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 104.  
<https://doi.org/10.12928/psikopedagogia.v4i2.4481>
- Yanuar, A., Pamungkas, F., Indriani, N., Wulandari, T., Rachmawan, I., & Banyuwangi, K. (2023). *Peran pola asuh dengan kecanduan gadget pada anak pra sekolah*. 11(1), 97–102.
- Zaini, M., & Soenarto, S. (2019). Persepsi Orangtua Terhadap Hadirnya Era Teknologi Digital di Kalangan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 254. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i1.127>
- Zulfitria, Z. (2017). Pola Asuh Orang Tua Dalam Penggunaan Smartphone Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Holistika*, 1(2), 95–102.  
[https://scholar.google.co.id/citations?view\\_op=view\\_citation&hl=id&user=FRKISUwAAAAJ&citation\\_for\\_view=FRKISUwAAAAJ:9yKSN-GCB0IC](https://scholar.google.co.id/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=FRKISUwAAAAJ&citation_for_view=FRKISUwAAAAJ:9yKSN-GCB0IC)

