

PERAN ORANG TUA DALAM MENCEGAH ANAK KECANDUAN BERMAIN GAME ONLINE DI ERA DIGITAL

Dheri Hermawan dan Wahid Abdul Kudus

Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Indonesia

Email: 2290180027@untirta.ac.id dan abdukkudus25@gmail.com

INFO ARTIKEL

Diterima

11 Mei 2021

Diterima dalam bentuk
review 15 Mei 2021

Diterima dalam bentuk
revisi 18 Mei 2021

ABSTRACT

Online games in general are a type of computer game that utilizes computer networks. The network that is usually used is the internet network and the like. In today's digital era, online games can be easily played via Android, Iphone and so on. Online games that are currently popular are Free Fire, Mobile Legend and PUBG. The three online games have very large users from children to adults. There are so many impacts that will arise when playing online games, especially for people who are addicted to playing online games in terms of health, finance and so on. Parents have a very important role in preventing their children from becoming addicted to playing online games. The purpose of this study is to find out how parents can prevent their children from becoming addicted to playing online games. So, it is hoped that this paper can be a useful article and can be used as a guide for parents in carrying out their role to prevent their children from becoming addicted to playing online games. The method used in this research is using qualitative methods of data collection techniques used are observation and interviews where the informants here are the parents of children who like to play online games. Based on the results of the study, the role of parents is very important for children's growth, so parents must do several things so that children are not addicted to gadgets and online games including: by means of mentoring, supervision and open communication.

Keywords:

online games, impact, the role of parents.

Kata kunci

game online, dampak, peran orang tua.

ABSTRAK

Game online pada umumnya adalah jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer. Jaringan yang biasanya digunakan adalah jaringan internet dan sejenisnya. Di era digital saat ini, game online dapat dengan mudah dimainkan melalui handphone berjenis Android, Iphone dan sebagainya. Game online yang saat ini sedang populer adalah Free Fire, Mobile Legend dan PUBG. Ketiga game online tersebut memiliki pengguna yang sangat banyak dari kalangan anak-anak hingga dewasa. Banyak sekali dampak yang akan timbul apabila bermain game online terutama bagi orang-orang yang kecanduan bermain game online baik dari segi kesehatan, keuangan dan sebagainya. Orang tua memiliki peran yang sangat penting untuk mencegah anak-anaknya kecanduan bermain game online.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana cara yang dilakukan orang tua dalam mencegah anak-anaknya kecanduan bermain *game online*. Sehingga, harapannya penelitian ini dapat menjadi tulisan yang bermanfaat dan bisa dijadikan sebagai pedoman bagi para orang tua dalam melaksanakan perannya untuk mencegah anak-anaknya kecanduan bermain *game online*. Metode yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara dimana yang menjadi narasumber disini adalah orang tua dari anak-anak yang gemar bermain *game online*. Berdasarkan hasil penelitian yaitu peran orang tua sangat penting untuk pertumbuhan anak untuk itu orang tua harus melakukan beberapa hal agar anak tidak kecanduan *gadget* dan *game online* diantaranya: dengan cara pendampingan, pengawasan dan komunikasi terbuka.

Pendahuluan

Seiring perkembangan zaman, tidak bisa terbantahkan bahwa perkembangan teknologi informasi dan komunikasi berlangsung semakin cepat dan pesat serta penggunaannya dapat dijangkau oleh berbagai lapisan kehidupan masyarakat dari segala bidang, usia dan tingkat pendidikan. Dahulu, *handphone* atau *gadget* hanya digunakan kalangan usia dewasa untuk berkomunikasi, urusan pekerjaan dan hanya orang-orang yang memiliki pendapatan tinggi yang bisa memiliki *handphone* tersebut karena harganya yang mahal. Sekarang, tidak hanya pada kalangan dewasa, akan tetapi usia dini seperti anak TK atau usia prasekolahpun sudah mengenal dan menggunakan *handphone* dikarenakan orang tua yang bekerja dan *handphone* yang semakin murah dalam seiring perkembangan zaman juga akibat persaingan dipasaran. Pada tahap perkembangannya, telepon genggam (*gadget*) dimulai sejak dekade pertama di abad ke-20, tahun 1910 dimana Lars Magnus Ericsson menemukan tunas pertama sebuah telepon genggam ([Seni Yasser](#), 2017). Mereka menggunakan telepon genggam ini hanya untuk kebutuhan komunikasi, tetapi saat ini perkembangan *gadget* sangat cepat, sehingga fungsi yang didapatkan bisa beragam, salah satunya yang sedang *trend* kalangan muda, *gadget* digunakan untuk bermain *game online*.

Kehidupan masyarakat pada satu dekade terakhir sangat dipengaruhi oleh perkembangan teknologi informasi, dalam segala aspek, baik dalam hal ekonomi, aktivitas organisasi, pendidikan, maupun untuk kepentingan pribadi, seperti kegiatan mengisi waktu luang. Pengaruh ini memunculkan sebuah istilah baru yaitu dunia virtual atau dunia maya. Bukan hanya itu, bahkan ada pula komunitas yang terbentuk dikarenakan interaksi melalui dunia virtual. Salah satu fenomena yang mewabah pada kalangan anak-anak, remaja hingga dewasa, khususnya laki-laki yaitu bermain *game online*.

Game online adalah *game* yang dimainkan oleh sekelompok orang dengan menggunakan personal *computer* masing-masing. Kondisi ini memungkinkan situasi munculnya komunitas *game online* yang disebut dengan *Massive Multiplayer Online Role Playing Games* (MMORPG) ([Andriyas & Himawan, 2019](#)). *Game online* merupakan aktivitas yang mengandung unsur hiburan (*enjoyment*) ketika aktivitas ini dilakukan untuk memenuhi kebutuhan mengisi waktu luang dan sifatnya adalah menghibur ([Ariati, 2017](#)). *Game online* mulai menjadi masalah, ketika pelakunya mulai mengalami kecanduan.

Menurut ([Arifin, 2015](#)) adiksi *gadget* merupakan perilaku ketergantungan pada *gadget* yang memungkinkan timbulnya masalah sosial seperti enggan bersosialisasi dan kesulitan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Menurut ([Setianingsih, 2018](#)), mengemukakan terdapat empat faktor penyebab munculnya adiksi *gadget* pada anak, yaitu: faktor internal, faktor situasional, faktor sosial dan faktor eksternal. Faktor internal misalnya kontrol diri yang rendah, rasa bosan; faktor situasional yaitu menggunakan *gadget* apabila menghadapi situasi yang kurang nyaman, merasa kesepian dan mengalami kejenuhan; faktor sosial karena pengaruh lingkungan anak; dan faktor eksternal yang bukan berasal dari diri individu, terkait dengan paparan media tentang *gadget* dan berbagai fasilitasnya.

Game online pada umumnya adalah jenis permainan komputer yang memanfaatkan jaringan komputer. Jaringan yang biasanya digunakan adalah jaringan internet dan sejenisnya. Di era digital saat ini, *game online* mengalami perkembangan yang sangat pesat, yang dulu hanya dapat dimainkan melalui komputer, sekarang *game online* dapat dengan mudah dimainkan hanya dengan melalui *handphone* saja baik itu *handphone* berjenis *android*, *iphone* dan sebagainya. Di era saat ini, *game online* sudah menjadi gaya hidup baru bagi beberapa orang, banyak sekali jenis *game online* yang dapat dimainkan akan tetapi yang paling populer di era saat ini adalah *Free Fire*, *Mobile Legend* dan *PUBG*. Ketiga *game online* tersebut memiliki pengguna yang sangat banyak diberbagai kalangan baik itu dari kalangan anak-anak, remaja hingga dewasa.

Dengan adanya *game online* yang mudah sekali di akses oleh anak pada era digital ini, muncul beberapa kebiasaan yang seharusnya tidak dilakukan anak yaitu waktu yang seharusnya untuk belajar mereka gunakan untuk bermain *game*, waktu yang seharusnya mereka gunakan untuk makan, istirahat tetapi sebaliknya mereka gunakan untuk bermain *gadget* yang didalamnya berisi aplikasi-aplikasi *game online* yang membuat mereka susah untuk belajar, bermain bersama anak-anak lain, berkumpul bersama para orang tua dan keluarganya, sehingga hal tersebut menjadi permasalahan yang berdampak pada masa depan anak.

Kecanduan *game online* disini merupakan suatu gangguan yang sifatnya kumat-kumatan atau kronis, ditandai dengan perbuatan kompulsif yang dilakukan seseorang secara berulang-ulang untuk mendapatkan kepuasan pada aktivitas tertentu. Istilah kecanduan juga digunakan untuk menyebut ketergantungan pada permasalahan sosial. Kecanduan sebagai kondisi yang dihasilkan dengan mengkonsumsi zat alami atau zat sintesis yang berulang-ulang sehingga menjadi tergantung secara fisik atau secara

psikologis. Ketergantungan psikologis berkembang melalui proses belajar dengan penggunaan yang berulang-ulang. Ketergantungan secara psikologis adalah keadaan individu yang merasa terdorong menggunakan sesuatu untuk mendapatkan efek menyenangkan yang dihasilkannya.

Dapat disimpulkan bahwa kecanduan adalah keadaan bergantung terhadap sesuatu dan dilakukan secara terus-menerus atau berulang-ulang seperti contoh: zat alami atau zat sintesis baik secara psikologis maupun secara fisik. Sehingga pada saat sekarang ini kecanduan tidak hanya bersifat alkohol atau obat-obatan lainnya, akan tetapi seiring kemajuan zaman kecanduan juga dapat terjadi pada pengguna *game online*.

Menurut ([Nurhidayah et al.](#), 2021) pentingnya peran orang tua dalam mengawasi anak dalam bermain *gadget* di era digital ini agar anak tidak melakukan hal yang seharusnya tidak dilakukan. Remaja saat ini dapat disebut generasi *post millenials*. Salah satu cirinya yaitu tumbuh dengan teknologi yang sangat mudah untuk diaksesnya, sehingga hal tersebut membuat remaja saat ini dapat juga dikatakan sebagai generasi yang paling memahami teknologi ([Adriansyah et al.](#), 2017).

Kemudahan akses ini akan dapat berdampak buruk jika tidak disikapi dengan baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja merupakan kelompok usia terbanyak yang mengalami permasalahan dengan penggunaan teknologi, seperti internet. Permasalahan yang terkait dengan penggunaan *game online* telah mendapat banyak perhatian dari masyarakat luas. *Game online* adalah permainan yang dapat dimainkan oleh banyak orang pada waktu bersamaan melalui jaringan internet ([Syahrani](#), 2015)

Remaja dianggap lebih sering dan lebih rentan terhadap kecanduan *game online* daripada orang dewasa. Masa remaja yang berada pada periode ketidakstabilan, cenderung lebih mudah terjerumus terhadap percobaan hal-hal baru (Jordan & Andersen, 2016). Kecanduan *game online* dapat memberikan dampak buruk terhadap anak. Sehingga diperlukan upaya agar anak dapat terhindar dari kecanduan *game online*. Telah banyak penelitian yang dilakukan tentang kecanduan *game online*. Namun dari banyaknya penelitian tersebut, masih sedikit sekali penelitian yang lebih fokus terhadap upaya pencegahan kecanduan *game online* dan peran orang tua dalam mencegah anak dalam penggunaan *game online* di era digital ini. Dalam artikel ini, penulis mencoba meninjau peran apa saja yang seharusnya orang tua lakukan untuk mencegah kecanduan bermain *game online* di era digital.

Tujuan penelitian ini dilakukan untuk memotivasi pembaca tentang pentingnya peran orang tua dalam mencegah seorang anak kecanduan *game online*.

Metode Penelitian

Metode yang dilakukan dalam penelitian yaitu menggunakan metode kualitatif dimana peneliti mencari tahu dan mewawancarai langsung dengan yang bersangkutan, dengan peran orang tua yang mendidik anak dalam penggunaan *gadget* di era digital ini. Mencari arti benda-benda, mencatat keterangan, pola-pola, penjelasan, konfigurasi, dan alur sebab akibat. Kesimpulan-kesimpulan senantiasa diuji kebenarannya,

kekompakannya dan kecocokannya yang merupakan validitasnya sehingga akan memperoleh kesimpulan yang jelas kebenarannya. Pada proses ini peneliti melakukan data-data hasil penelitian wawancara mendalam dengan informasi-informasi serta pengamatan mendalam melalui observasi kepada anak-anak. Data-data tersebut dianalisis lebih lanjut sehingga mendapatkan gambaran mengenai hal-hal yang berkaitan dengan penggunaan *gadget* dan kecanduan *game online* pada anak. Tahapan selanjutnya adalah melakukan interpretasi data secara keseluruhan yang didalamnya mencakup keseluruhan hasil penelitian dan kesimpulan yang didapatkan.

Hasil dan Pembahasan

Saat ini banyak anak-anak yang sudah mengenal apa itu permainan *online*, mereka bermain menggunakan *gadget* yang mereka miliki, *game online* merupakan permainan yang populer dikalangan anak-anak, remaja, hingga dewasa. Tidak bisa dielakan lagi apabila anak-anak di zaman sekarang lebih asik bermain dengan *gadget*nya dibanding dengan teman sebaya. Mereka mungkin juga tidak mengetahui bagaimana permainan di zaman dahulu, karena di zaman sekarang ini, anak-anak malas untuk melakukan permainan seperti yang dilakukan anak zaman dahulu.

Perilaku kecanduan game (*gaming addiction*) pada siswa/anak terjadi karena adanya faktor eksternal yaitu pengaruh teman sebaya. Ajakan teman untuk bermain *game online* sulit untuk ditolak. Selain itu kepemilikan *gadget* secara individu juga merupakan faktor esensial yang menyuburkan *gaming addiction*. Oleh karena itu diperlukan penanganan yang tidak hanya berfokus pada siswa, melainkan juga institusi dan orang dewasa yang terkait dengan siswa yaitu guru dan orangtua, sehingga guru dan orangtua dapat berperan aktif dalam mengenali dan menanggulangi dampak negatif dari bermain *game*. Berdasarkan kebutuhan pemecahan terhadap sejumlah masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dipilihlah *Gaming Addiction Awareness Programme* (GAME), yaitu sebuah program integratif sebagai upaya penanggulangan *gaming addiction* dengan melibatkan siswa, guru, dan orangtua. Bentuk kegiatan yang ditawarkan adalah kegiatan pengenalan gejala dan bahaya *gaming addiction* serta pembuatan media sosialisasi pengenalan dan bahaya *gaming addiction* tersebut. Kegiatan ini merupakan pelatihan yang diberikan kepada siswa dengan rincian materi sebagai berikut:

1. Pengetahuan tentang *digital culture* pada transfer informasi mengenai *digital culture* meliputi definisi, ciri-ciri *digital culture*, dampak positif dan negatif dari *digital culture*, terutama pada bidang pendidikan.
2. Pengetahuan tentang *gaming behavior* dan *gaming addiction* Transfer informasi mengenai *gaming behavior* dan *gaming addiction* meliputi definisi dari masing-masing istilah tersebut, tanda-tanda *gaming addiction*, dan jenis-jenis *gaming addiction*, serta penyebab dari *gaming addiction*.
3. Strategi mengantisipasi dan menanggulangi *gaming addiction* bagi siswa dan guru Pada luaran ini ditargetkan terjadi transfer informasi terhadap siswa dan guru cara-cara menghindari *gaming addiction*. Selain itu, ketika telah terjadi *gaming addiction*, diharapkan siswa dan guru tahu cara mengatasinya.

Dari beberapa narasumber yang didapatkan, disini terdapat orang tua yang menjelaskan bahwasanya, kecanduan terhadap *game online* ini memang sangat meresahkan bagi orang tua, karena ketika seorang anak menjadi kecanduan pada *game online*, maka anak tersebut susah untuk diatur, mereka terus sibuk pada layar di *gadget*nya, dan bahkan ketika anak tersebut sedang asyik bermain *game online*, mereka sampai lupa waktu, dan berakibat pada segala hal, mereka jadi lupa makan, lupa belajar, lupa waktu sholat, dan lain sebagainya, sehingga orang tua, terutama ibu, itu sangat jengkel jika melihat anaknya bermain *game online*. Maka dari itu perlu adanya peranan dari orang tua sejak dini, dimana anak di didik agar bisa mengatur waktunya, dan tidak selalu di hadapkan dengan *gadget*.

Pandangan dari orang tua lain mengatakan "*bahwasanya yang kecanduan game online ini kebanyakan anak yang sudah memasuki usia remaja, dimana harusnya mereka lebih giat dalam belajar, tetapi saat ini malah sibuk dengan bermain game di hp nya, sehingga anak-anak yang seperti ini akan jauh lebih susah untuk diatur oleh orang tuanya sendiri, sehingga mereka jadi kecanduan terhadap game online*".

Menurut ([Novrialdy](#), 2019) menjelaskan bahwa pada awalnya kecanduan hanya berkaitan dengan zat adiktif (contohnya alkohol, tembakau, dan obat-obatan terlarang) yang masuk melewati darah dan menuju ke otak dan dapat mengubah komposisi kimia otak. Namun, saat ini konsep kecanduan telah berkembang ([Wiguna & Herdiyanto](#), 2018). Istilah kecanduan berkembang seiring dengan perkembangan kehidupan masyarakat, sehingga istilah kecanduan tidak hanya melekat pada obat-obatan tetapi dapat juga melekat pada kegiatan atau suatu hal tertentu yang dapat membuat seseorang ketergantungan, baik secara fisik atau psikologis.

Menurut ([Apriani et al.](#), 2020) mendefinisikan kecanduan *game online* sebagai gangguan mental yang dimasukkan ke dalam *international Classification of Diseases* (ICD-11). Hal ini ditandai dengan gangguan kontrol atas game dengan meningkatnya prioritas yang diberikan pada game lebih dari kegiatan lain. Perilaku tersebut terus dilanjutkan walaupun memberikan konsekuensi negatif pada dirinya.

Menurut ([Syahrani](#), 2015) menjelaskan ada masalah yang timbul dari aktivitas bermain *game online* yang berlebihan, diantaranya kurang peduli terhadap kegiatan sosial, kehilangan kontrol atas waktu, menurunnya prestasi akademik, relasi sosial, finansial, kesehatan, dan fungsi kehidupan lain yang penting. Bahaya utama yang ditimbulkan akibat kecanduan *game online* adalah investasi waktu ekstrem dalam bermain. Menurut ([Piyeke et al.](#), 2014) penggunaan waktu yang berlebihan untuk bermain *game online* membuat terganggunya kehidupan sehari-hari. Gangguan ini secara nyata mengubah prioritas remaja, yang menghasilkan minat sangat rendah terhadap sesuatu yang tidak terkait *game*. Anak yang kecanduan *game online* semakin tidak mampu untuk mengatur waktu bermain. Akibatnya, anak mengabaikan dunia nyata dan peran di dalamnya.

Peran orang tua dalam pertumbuhan anak sangatlah penting agar anak tumbuh dengan didikan yang benar, bisa membagi waktu antara belajar, bermain dan menggunakan waktu untuk hal lainnya. Sehingga anak punya batasan waktu untuk menggunakan *gadget* dan juga untuk mencegah kecanduan menggunakan *gadget* yang dialaminya berisi *game-game online* yang membuat anak tertarik sehingga tinggal didalamnya dan tidak bisa dilepaskan. Dengan didikan dan peran orang tua sejak awal mengenalkan *gadget*, menggunakan pembagian waktu dengan sebaik mungkin akan meminimalisir kecanduan dalam bermain *gadget* yang berisi *game online* tersebut.

Peran orang tua yang dibutuhkan dalam hal ini bukan hanya untuk bisa membagi waktu atau membatasi waktu bermain *gadget* dengan hal lainnya, tetapi disini peran penting orang tua yang paling utama adalah bagaimana untuk bisa mendidik seorang anak dengan cara yang benar, dimana didikan ini mengarah kepada kegiatan langsung, bukan dengan menggunakan *gadget* sebagai penenang anak tersebut agar nurut kepada orang tuanya.

Karena saat ini kebanyakan anak-anak kecil saja sudah diberikan *gadget* agar bisa bermain sendiri, sedangkan orang tuanya sibuk dengan urusan lain, seperti bekerja, beres-beres, dan lain sebagainya, sehingga seorang anak ini pasti setiap saat membutuhkan *gadget* itu untuk teman bermainnya dikala orang tua sedang sibuk. Padahal hal ini merupakan kesalahan yang fatal, karena ada dampak yang ditimbulkannya, dimana nantinya seorang anak tersebut akan kecanduan *gadget*, dan mereka tentunya akan mencari permainan yang bisa mereka mainkan di *gadget* tersebut, sehingga anak ini akan menjadi kecanduan terhadap *game online* yang ada di *gadgetnya*.

Terdapat banyak dampak negatif yang ditimbulkan akibat dari adiksi penggunaan *gadget* pada anak. Dampak negatif tersebut diartinya adalah rusaknya jaringan neuron dan otak, menurunkan daya aktif anak, dan menurunkan minat anak dalam berinteraksi dengan orang lain. Selain itu, (Utami, 2019) mengungkapkan akibat dari adiksi *gadget* pada anak, dapat menimbulkan rasa keinginan untuk terus menerus menggunakan *gadget*, apabila tidak diberikan *gadget* anak akan menangis, anak sukar bermain di luar rumah, dan anak merasa malas untuk beraktivitas. Adapun peran orangtua dalam pencegahan adiksi *gadget* pada anak diantaranya pendidikan, pendampingan, pengawasan dan komunikasi (Khotimah et al., 2021).

Keluarga ialah satu kumpulan manusia yang dihubungkan dan dipertemukan melalui pertalian/hubungan darah, perkawinan atau melalui adopsi (pengambilan) anak angkat. Di Barat (negara-negara industri Eropa dan Amerika Utara) yang masyarakatnya hidup dan bekerja di bidang industri maka keluarga didefinisikan sebagai satu satuan sosial terkecil yang mempunyai hubungan darah atau memiliki pertalian hubungan sah melalui perkawinan, pengambilan anak angkat dan sebagainya. Secara umum, keluarga inti yang kita kenal, memiliki komposisi unsur yang terdiri atas ayah, ibu, dan anak-anak. Hubungan-hubungan sosial keluarga berlangsung intim berdasarkan ikatan perasaan dan batin yang kuat, di mana orang tua berperan mengawasi serta memotivasi untuk mengembangkan tanggung jawab sosial dalam keluarga dan masyarakat (soemanto).

Keberhasilan atau kegagalan keluarga menjalankan fungsi dapat kita pahami dari realitas atau kenyataan sosial yang terjadi. Kenyataan itu merupakan wujud dan hasil dari tindakan sosial individu-individu (unsur) keluarga. Hal-hal tersebut berupa nilai sosial, kepercayaan, sikap, dan tujuan, yang semuanya itu menjadi penuntun tindakan seorang individu atas nama dirinya sendiri maupun keluarga dalam mewujudkan cita-cita atau sebaliknya gagal mencapai yang diinginkan (soemanto).

pada kenyataannya, dari hasil yang didapatkan baik dari teori maupun kajian lain mengenai peran orang tua, terdapat pada bagaimana orang tua tersebut bisa mengajarkan serta menerapkan agar anaknya tidak berada pada hal yang salah. sehingga keberhasilan seorang anak juga tergantung dari bagaimana orang tua itu memberikan perhatian, pengawasan, serta komunikasi yang baik terhadap anaknya, hal ini juga membawa kita untuk berpikir, bahwa peran orang tua dalam mencegah kecanduan bermain *game online* ini sangat penting, karena dengan adanya pendampingan serta perhatian dari orang tua lah anak bisa terawasi, serta bisa terkontrol agar bisa menghindari terjadinya dampak negatif bagi anaknya.

A. Pendampingan

Berdasarkan hasil penelitian ([Febrino, 2017](#)) dijelaskan bahwa jumlah anak-anak yang menggunakan *gadget* mengalami peningkatan hampir dua kali lipat dari 38% menjadi 72%. Masalah ini muncul akibat dari orang tua yang memberikan kebebasan kepada anak tanpa adanya pendampingan. Oleh karena itu perlu adanya pendampingan dialogis dari orang tua terhadap anak, untuk meminimalisir pengaruh negatif penggunaan *gadget* bagi anak. Dampak negatif yang ditimbulkan dari *gadget* dapat berpengaruh pada perkembangan psikologis anak, terutama aspek pertumbuhan emosi dan perkembangan moral.

Adapun pendampingan yang dikemukakan oleh ([Hertinjung et al., 2021](#)) adalah dengan cara orang tua mendampingi anaknya yang sedang menggunakan *gadget*, mengarahkan anak untuk membuka hal-hal yang sesuai dengan tahap perkembangannya. Pendampingan yang dimaksud yaitu orang tua tidak hanya melihat anaknya ketika bermain *gadget* atau *game online*, tetapi orang tua juga mampu menjadi guru bagi anaknya. Orang tua juga harus memberi batasan waktu untuk anak dalam menggunakan *gadget*, misalnya sehari anak hanya diperbolehkan bermain *gadget* selama satu jam dengan fitur-fitur yang mendukung perkembangannya.

B. Pengawasan

Berdasarkan hasil penelitian ([Fauzan, 2021](#)) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara peran keluarga dalam menghindari dampak negatif penggunaan *gadget* pada anak dengan perilaku anak dalam penggunaan *gadget*. Hal itu dapat dilihat bahwa semakin baik peran keluarga maka akan semakin baik perilaku anak dalam penggunaan *gadget*. Peran yang dapat diberikan keluarga untuk anak dalam penggunaan *gadget* yaitu dengan adanya pengawasan dan bimbingan penuh. Orang tua mengawasi penggunaan *gadget* dari waktu pemakaian, fitur, aplikasi serta media

yang digunakan. Sejalan dengan hasil penelitian ([Novitasari, 2019](#)), peran orangtua yang diberikan kepada anak dalam menanggulangi adiksi *gadget* adalah dengan tidak memberikan anak *gadget* pribadi dan tidak membiarkan anak menggunakan *gadget* tanpa adanya pengawasan dari orang tua. Pengawasan terhadap penggunaan *gadget* anak memiliki pengaruh penting dalam proses belajar dan interaksi anak dengan lingkungannya. Orang tua dapat memberikan beberapa peraturan kepada anak dalam penggunaan *gadget*, sebagai bentuk pengawasan penggunaan *gadget* tersebut.

Pengawasan ini bisa memberikan dampak yang positif untuk anaknya, dimana seorang anak nantinya akan merasa lebih aman, dan merasa lebih diperhatikan oleh orang tuanya, sehingga dalam pertumbuhannya, anak ini akan menjadi anak yang baik, karena mereka melihat dari bagaimana pengawasan serta kepedulian keluarganya terhadap dirinya.

Selain itu juga, jika orang tua mampu mengawasi lebih untuk anaknya, maka seorang anak tersebut bisa menjadikan hal yang dipandang buruk oleh masyarakat, menjadi hal yang baik, dimana ketika anak bermain *game online*, dan disitu sudah atas pengawasan dari orang tuanya, anak tersebut bisa bermain *game online*, untuk menggali potensi sehingga bisa mendapatkan *benefit* untuk anak tersebut. Seperti untuk diperlombakan, tetapi tetap dengan pengawasan dari pihak keluarga, agar mereka tidak menjadi kecanduan.

C. Komunikasi

Berdasarkan penelitian ([Munawar & Nisfah, 2020](#)) berpendapat bahwa terhadap 60 siswa dan 60 orang tua diperoleh hasil adanya pengaruh secara signifikan antara disiplin asertif terhadap kecanduan *gadget* dan *game online* pada anak usia dini. Orangtua dapat mengatasi kecanduan *gadget* dan *game online* dengan menerapkan disiplin asertif, dengan membangun komitmen untuk menjaga komunikasi yang baik dengan anak-anak. Sejalan dengan hasil ([Viandari & Susilawati, 2019](#)) yang menunjukkan bahwa interaksi yang kurang antara ibu dan anak memiliki efek negatif pada kecanduan *gadget* anak. Orang tua harus menggunakan *gadget* dengan bijak dan meningkatkan mediasi orang tua untuk mengontrol penggunaan *gadget* pada anak. Orang tua juga harus bisa meningkatkan interaksi mereka dengan anak-anak untuk membuat anak lebih terlibat dengan orang tua daripada *gadget*.

Komunikasi interpersonal dalam keluarga yang dilakukan antara orang tua dengan anak merupakan salah satu faktor penting dalam menentukan perkembangan anak. Komunikasi yang diharapkan adalah komunikasi yang efektif, karena dapat memunculkan rasa pengertian, kesenangan, pengaruh pada sikap, dan hubungan yang semakin baik. Sehingga dengan dilakukannya komunikasi yang efektif yang terjalin antara orang tua dengan anak akan timbulnya hubungan harmonis sehingga anak akan senantiasa mendengarkan dan mengikuti perintah orang tuanya termasuk dalam hal penggunaan *gadget*.

Kesimpulan

Peran orang tua sangat penting untuk pertumbuhan anak untuk itu orang tua harus melakukan beberapa hal agar anak tidak kecanduan *gadget* dan *game online*

diantaranya: dengan cara pendampingan, pengawasan dan komunikasi terbuka. Upaya untuk menghindari penggunaan *gadget* dan *game online* didalamnya yaitu dengan cara setiap orang tua harus mengambil beberapa tindakan atau langkah pencegahan untuk meminimalkan penggunaan ponsel pada anak, dengan membatasi waktu, membuat komitmen dari awal dengan anak sehingga dalam diri anak akan ada rasa tanggung jawab dan berpikir mempunyai janji dengan orang tuanya yang tidak boleh mereka ingkari.

Bibliografi

- Adriansyah, M. A., Munawarah, R., Aini, N., Purwati, P., & Muhliansyah, M. (2017). Pendekatan Transpersonal Sebagai Tindakan Preventif “Domino Effect” Dari Gejala Fomo (Fear Of Missing Out) Pada Remaja Milenial. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 6(1), 33–40. <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v6i1.2361>
- Andriyas, H., & Himawan, G. H. (2019). Analisa Persepsi Konsumen Atas Kualitas Pelayanan Elektronik Terhadap Niat Komplain Konsumen Massively Multiplayer Online Role-Playing Games. *Jurnal Akuntansi*, 11(2), 248–261. <https://doi.org/10.28932/jam.v11i2.1911>
- Apriani, R., Probawati, D., Indreswari, H., & Simon, I. M. (2020). Social Intelligence, Love, Self-Regulation Pada Remaja yang Adiksi *Game online* Jenis Agresif dan Non-Agresif. *Ilmu Pendidikan: Jurnal Kajian Teori Dan Praktik Kependidikan*, 5(1), 35–42. <http://dx.doi.org/10.17977/um027v5i12020p035>
- Ariati, J. A. J. (2017). [Antisipasi Kecanduan Game online Bagi Siswa SMK dengan Gaming Addiction Awareness Programme \(Game\)](#). *Info*, 17(1), 29–44.
- Arifin, Z. (2015). Perilaku Remaja Pengguna *Gadget*; Analisis Teori Sosiologi Pendidikan. *Tribakti: Jurnal Pemikiran Keislaman*, 26(2), 287–316. <https://doi.org/10.33367/tribakti.v26i2.219>
- Fauzan, M. R. (2021). Hubungan Peran Keluarga Dalam Menghindari Dampak Negatif Penggunaan *Gadget* Pada Kesehatan Mental Anak Usia Sekolah di Desa Dulongan Kecamatan Lolak. *Pharmed: Journal of Pharmaceutical Science and Medical Research*, 4(1), 11–19. <http://doi.org/10.25273/pharmed.v4i1.8350>
- Febrino, F. (2017). Tindakan Preventif Pengaruh Negatif *Gadget* Terhadap Anak. *Noura: Jurnal Kajian Gender Dan Anak*, 1(1), 1–21. <https://doi.org/10.32923/nou.v1i1.81>
- Hertinjung, W. S., Septianingrum, A. R. D., & Putri, Y. P. S. (2021). Peningkatan Kompetensi Orang Tua dalam Mendampingi Anak dalam Mengakses *Gadget*. *Warta LPM*, 24(2), 187–195. [10.23917/warta.v24i2.11291](https://doi.org/10.23917/warta.v24i2.11291)
- Khotimah, K., Saputra, A., Khair, B. N., & Rahayu, S. (2021). Pendidikan Geosista Sebagai Upaya Meminimalkan Penggunaan *Gadget* pada Anak: Seminar-Workshop untuk Guru dan Orang Tua. *Jurnal Komunitas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 60–65. <https://doi.org/10.31334/jks.v3i2.1264>
- Munawar, M., & Nisfah, N. L. (2020). [The Effect of Assertive Discipline on Early-Aged Children's Gadget Addiction](#). *Jecce (Journal Of Early Childhood Care And Education)*, 2(2), 64–70.

- Novitasari, N. (2019). Strategi Pendampingan Orang Tua Terhadap Intensitas Penggunaan *Gadget* Pada Anak. *Al-Hikmah: Indonesian Journal of Early Childhood Islamic Education*, 3(2), 167–188. [10.35896/ijecie.v3i1.53](https://doi.org/10.35896/ijecie.v3i1.53)
- Novrialdy, E. (2019). Kecanduan *Game online* Pada Remaja: Dampak dan Pencegahannya. *Buletin Psikologi*, 27(2), 148–158. [10.22146/buletinpsikologi.47402](https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.47402)
- 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(1), 129–140. <https://doi.org/10.32584/jikj.v4i1.787>
- Piyeke, P. J., Bidjuni, H., & Wowiling, F. (2014). [Hubungan Tingkat Stres dengan Durasi Waktu Bermain Game online pada Remaja di Manado](#). *Jurnal Keperawatan*, 2(2).
- Setianingsih, S. (2018). Dampak penggunaan *gadget* pada anak usia prasekolah dapat meningkatkan resiko gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas. *Gaster*, 16(2), 191–205. <https://doi.org/10.30787/gaster.v16i2.297>
- Seni Yasser. (2017). telepon seluler: sejarah, tuntutan, kebutuhan komunikasi, hingga prestise. *Jurnal Alhadharah Ilmu Dakwah*, 15(30):1, 7-8. <http://dx.doi.org/10.18592/alhadharah.v15i30.1222>
- Syahrar, R. (2015). Ketergantungan online game dan penanganannya. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 1(1), 84–92. <https://doi.org/10.26858/jpkk.v1i1.1537>
- Utami, A. N. (2019). Dampak negatif adiksi penggunaan smartphone terhadap aspek-aspek akademik personal remaja. *Perspektif Ilmu Pendidikan*, 33(1), 1–14. <https://doi.org/10.21009/PIP.331.1>
- Viandari, K. D., & Susilawati, K. P. A. (2019). [Peran Pola Asuh Orangtua dan Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Anak Prasekolah](#). *Jurnal Psikologi Udayana*, 6(1), 76–87.
- Wiguna, G. Y., & Herdiyanto, Y. K. (2018). [Coping pada Remaja yang Kecanduan Bermain Game online](#). *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(2), 450–459.