

## PERAN ORANG TUA DALAM MENANGGULANGI KECANDUAN GADGET PADA ANAK DIMASA PANDEMI COVID 19

Dewi Kadar Manik<sup>1\*</sup>, Siti Istiningsih<sup>2</sup>, Nurwahidah<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Mataram, Indonesia

e-mail: dewikadarmanik22@gmail.com

**Abstrak:** Gadget memang memiliki pengaruh yang besar bagi kehidupan manusia, dengan gadget aktivitas manusia menjadi lebih mudah. Gadget memiliki banyak manfaat bagi kehidupan manusia apabila digunakan dengan baik dan tepat, tetapi gadget ini juga bisa berdampak negatif khususnya anak-anak apabila tidak diawasi oleh orang tua. Gadget memang memiliki daya tarik tersendiri di bandingkan yang lain karena di dalam gadget terdapat fitur-fitur dan aplikasi yang sangat menarik, sehingga bisa menambah daya tarik bagi orang-orang baik yang tua, remaja bahkan anak-anak. Penggunaan gadget pada anak harus diawasi terutama oleh orang tua karena jika anak di berikan kebebasan dalam bermain gadget maka anak akan mengalami kecanduan gadget. Artikel ini bertujuan untuk membahas dampak gadget bagi anak-anak (dampak positif dan negatif) dan juga peran orang tua dalam menanggulangi kecanduan gadget pada anak. Artikel ini merupakan kajian dari beberapa pustaka yang sudah dipublikasikan sebelumnya.

**Kata-kata Kunci:** anak; kecanduan gadget; peran orang tua; pandemi covid 19

### THE ROLE OF PARENTS IN OVERCOMING GADGET ADDICTION IN CHILDREN DURING THE COVID-19 PANDEMIC

**Abstract:** Gadgets do have a great influence on human life, with gadgets human activities become easier. Gadgets have many benefits for human life if used properly and appropriately, but these gadgets can also have a negative impact, especially on children if they are not supervised by their parents. Gadgets do have their own charm compared to others because in gadgets there are very interesting features and applications, so that they can add to the attraction for people, both old, teenagers and even children. The use of gadgets in children must be supervised especially by parents because if children are given the freedom to play gadgets, children will experience gadget addiction. This article aims to discuss the impact of gadgets on children (positive and negative impacts) and also the role of parents in overcoming gadget addiction in children. This article is a review of several previously published literatures.

**Keywords:** : child; gadget addiction; the role of parents; covid 19 pandemic

#### PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi dan informasi pada masa sekarang ini sangat pesat dan semakin canggih. Perkembangan tersebut di tandai dengan munculnya suatu alat salah satunya yaitu gadget yang dapat memudahkan aktivitas manusia misalnya dalam mencari informasi dengan cepat. Menurut (Ulya, 2019) Gadget adalah sebuah benda (alat atau barang elektronik) teknologi kecil yang memiliki fungsi khusus, namun sering disebut sebagai sebuah inovasi atau barang baru. Gadget pada awalnya hanya digunakan

oleh orang dewasa, dan digunakan oleh para pekerja maupun para pebisnis, namun sekarang ini gadget digunakan di semua kalangan termasuk anak-anak. Anggraeni & Hendrizal, (2018) menyatakan bahwa pengguna gadget tidak hanya berasal dari kalangan pekerja, tetapi sekarang hampir semua kalangan menggunakan gadget dalam kegiatan yang mereka lakukan setiap harinya. Pratiwi & Karneli, (2021) juga menyatakan bahwa penggunaan gadget hanya digunakan orang dewasa akan tetapi di zaman modern ini gadget banyak juga digunakan pada anak-anak. Dapat kita lihat dalam kehidupan di

masyarakat kita gadget ini sangat dipentingkan dan juga bahwa semua orang yang ada di dunia ini tentunya mempunyai gadget, bahkan setiap anggota di dalam keluarga masing-masing memiliki gadget. Dapat kita jumpai dan lihat gadget itu selalu di genggam dan dibawa kemana pun kita akan pergi dan memainkannya pun hampir sehari penuh. Adanya gadget membuat aktivitas manusia kebanyakan hampir dua puluh empat jam ada di dunia maya.

Seluruh dunia sekarang sedang mengalami musibah, dimana terjadi sebuah peristiwa yang mewabahnya sebuah virus yaitu virus corona atau covid 19. Indonesia juga termasuk dalam negara yang terkena oleh virus corona atau covid 19 ini. Virus corona ini adalah virus yang tidak bisa terlihat oleh mata manusia dan sangat berbahaya karena orang yang terinfeksi oleh virus ini akan mengalami sesak nafas hingga menyebabkan kematian. Pada masa pandemi covid 19 yang melanda sekarang ini telah membawa dampak yang begitu besar terhadap berbagai sektor salah satunya di dunia pendidikan. Pembelajaran yang biasanya dilakukan dengan tatap muka sekarang ini dilakukan secara daring. Dengan penerapan system pembelajaran secara daring tentunya gadget sangat berperan penting dalam proses pelaksanaan pembelajaran daring ini (Prayuda et al., 2020). Sehingga dengan diterapkannya pembelajaran secara daring anak lebih banyak berinteraksi dengan gadgetnya.

Penggunaan gadget pada anak di masa pandemic covid 19 di samping ada pengaruh positifnya seperti bisa membantu dalam menyelesaikan tugas sekolah, mencari materi pembelajaran dengan sangat mudah dan bisa berkomunikasi dengan temannya tanpa harus pergi ke rumahnya dan lain sebagainya, namun tidak dipungkiri penggunaan gadget ini juga berpengaruh negatif seperti anak sering menghabiskan waktunya dengan bermain gadget di bandingkan bermain dan berinteraksi dengan teman-temannya (Widodo & Wartoyo, 2020). Vitrianiingsih et al., (2018) menyatakan bahwa gadget dapat menurunkan kemampuan anak untuk berinteraksi dengan orang lain. Anak akan menjadi lebih individual dengan zona nyamannya bersama gadget sehingga kurang memiliki sikap peduli terhadap teman atau

orang lain. Dampak yang lebih parah lagi jika anak tidak di awasi dan orang tua membebaskan anaknya dalam bermain gadget maka anak akan mengalami kecanduan gadget (Iswinarti & Firdiyanti, 2019). Maka peran orang tua sangatlah penting dalam menunjang perkembangan anak-anaknya. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang bagaimana peran orang tua dalam menanggulangi kecanduan gadget pada anak.

## METODE PENELITIAN

Kajian pustaka ini dilakukan dengan cara menelusuri artikel-artikel penelitian sebelumnya yang meneliti tentang peran orang tua dalam menanggulangi kecanduan gadget pada anak melalui laman google scholar dengan mengetikkan kata kunci “*peran orang tua dalam menanggulangi kecanduan gadget pada anak*”.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Kecanduan Gadget

Gadget memiliki pengaruh besar terhadap kehidupan manusia, demikian pula terhadap anak-anak. Dari segi psikologis, masa kanak-kanak adalah masa keemasan dimana anak-anak belajar mengetahui apa yang belum diketahuinya. Jika masa kanak-kanak sudah mencandu dan terkena dampak negatif oleh gadget, maka perkembangan anakpun akan terhambat, karena pengalaman masa kecil mempunyai pengaruh yang kuat terhadap perkembangan berikutnya (Rahmawati & Latifah, 2019).

Kata kecanduan berasal dari kata dasar “candu” yang terdapat dalam KBBI memiliki arti sebagai kejangkitan suatu kegemaran hingga lupa hal-hal yang lain. Sedangkan gadget adalah sebuah istilah yang berasal dari bahasa Inggris, yang artinya perangkat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus. Dalam bahasa Indonesia, gadget disebut sebagai “acang”. Salah satu hal yang membedakan gadget dengan perangkat elektronik lainnya adalah unsur “kebaruan”. Artinya, dari hari ke hari gadget selalu muncul dengan menyajikan teknologi terbaru yang membuat hidup manusia menjadi lebih praktis.

Kecanduan gadget adalah kondisi

seseorang mengalami kehilangan kontrol terhadap apa yang dia lakukan disebabkan karena keinginan kuat atau kegemaran dan menghabiskan waktu yang cukup banyak terhadap gadget. Menurut (Rismanjar, 2018) Kecanduan gadget diartikan sebagai tingkah laku kompulsif, kurang tertarik dengan aktifitas lain dan menghabiskan waktu yang cukup banyak dalam menggunakan gadget. Di masa pandemic sekarang aktivitas kita di luar rumah sangat di batasi sebagai upaya untuk mencegah penularan covid 19, sehingga anak akan merasa bosan dan untuk menghilangkan rasa bosan tersebut mereka melarikannya dengan bermain gadget. Pembelajaran yang di lakukan secara daring di masa pandemic covid 19 telah membawa dampak yang begitu besar terhadap anak, meskipun sekarang pembelajaran sudah di lakukan secara tatap muka lagi namun anak masih tidak bisa terlepas dengan gadget karena gadget ini memiliki ketertarikan tersendiri dimana anak bisa mengakses segala hal dan juga banyak sekali fitur-fitur dan aplikasi yang menarik seperti you tube, tik tok, facebook, Instagram, bahkan game online dan masih banyak lagi. Biasanya anak yang kecanduan gadget itu terjadi karena lingkungan yang tidak mendukung dirinya seperti dari lingkungan keluarga yang tidak memperhatikannya. Banyak Orang tua yang memberikan gadget ini kepada anaknya tanpa pengawasan. Sejalan dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh (Rohayani, 2020) bahwa selama pandemic covid 19 anak banyak mengalami perubahan, perubahan positif dan juga negatif, baik sikap maupun emosi. Pada awalnya, anak masih mau menuruti ajaran orang tua untuk tetap berada di rumah saja, hal ini juga karena sejak awal orang tua telah memberi pemahaman tentang bagaimana bahayanya covid-19. Akan tetapi, semakin hari anak merasa bosan dan tidak betah berada di rumah, hal ini tidak hanya dirasakan oleh anak, tetapi juga orang tua. Hal ini dikarenakan beberapa hal, yakni ada orangtua yang kesulitan menciptakan suasana menyenangkan di dalam rumah, orang tua yang acuh terhadap anak dan hanya bergantung pada gadget dan elektronik, kurangnya kehangatan dan keharmonisan dalam keluarga, sehingga anak akan mencari pelarian di luar rumah dan masih ada orang tua yang kesulitan untuk menyikapi

kebosanan dan perubahan sikap anak. Keluarga terutama orang tua harus memperhatikan anaknya dalam memainkan gadget ini dan orang tua perlu mengenali ciri-ciri atau gejala anak yang kecanduan gadget sehingga bisa segera di atasi.

Adapun tanda atau gejala anak yang kecanduan gadget menurut (Setiaputri, 2021) yaitu:

- Keasyikan bermain gadget dan lupa waktu.
- Menunjukkan kegelisahan ketika tidak bermain gadget.
- Semakin lama durasi bermain gadgetnya semakin bertambah.
- Gagal untuk mengurangi atau berhenti bermain dengan gadget.
- Kehilangan ketertarikan dengan dunia luar.
- Tetap menggunakan gadget meskipun mengetahui konsekuensi negatif yang akan didapatkan.
- Berbohong mengenai lama penggunaan gadget ke orang tua.
- Pakai gadget untuk mengalihkan perasaan.

### **Dampak Penggunaan Gadget**

Gadget diciptakan dengan tujuan untuk memudahkan aktivitas manusia, selain memiliki manfaat yang positif gadget ini juga memiliki dampak negatif bagi penggunaannya.

Dampak positif dari penggunaan gadget menurut (Saniyyah et al., 2021) yaitu mendapat pengetahuan luas dengan mencari informasi melalui google, mempermudah berkomunikasi dengan orang lain, bisa bermain permainan yang mengasah otak anak. Sedangkan menurut (Chusna, 2017) dalam penelitiannya manfaat gadget yaitu:

- Mempermudah komunikasi  
Dalam hal ini Gadget dapat mempermudah komunikasi dengan orang lain yang berada jauh dari kita dengan cara sms, telepon, atau dengan semua aplikasi yang dimiliki dalam gadget kita.
- Menambah pengetahuan Dalam hal pengetahuan kita dapat dengan mudah meng akses atau mencari situs tentang pengetahuan dengan menggunakan aplikasi yang berada di dalam gadget kita Contoh aplikasi: Detik. Kompas.com. dll.
- Menambah Teman Dengan banyaknya jejaring sosial yang bermunculan akhir-akhir ini kita dapat dengan mudah

menambah teman melalui jejaring sosial yang ada melalui gadget yang kita miliki.

- Munculnya metode-metode pembelajaran yang baru

Dengan adanya metode pembelajaran ini, dapat memudahkan siswa dan guru dalam proses pembelajaran.

Dampak negatif penggunaan gadget adalah:

Gadget banyak memiliki dampak negatif bagi para pengguna terutama pada anak-anak, seperti contoh sebagai berikut:

- Merusak Mata

Jika anda pernah merasakan lelah dan perih saat melihat ponsel tidak mengherankan sebenarnya. Karena ketika mata diajak terus-menerus fokus pada benda kecil mata akan kering dan ditingkat paling ekstrim bisa memberi infeksi

- Mengubah Postur Tubuh

Kristen Lord seorang ahli fisioterapi mengungkapkan bahwa tubuh bereaksi akan kebiasaan yang dilakukan sehari-hari. Ketika melihat ponsel leher dan pundak turut terkena efeknya.

- Sulit Konsentrasi Pada Dunia Nyata

Rasa kecanduan atau adiksi pada gadget akan membuat anak mudah bosan, gelisah dan marah ketika dia dipisahkan dengan gadget kesukaannya. Ketika akan merasa nyaman bermain dengan memainkan gadget tersebut. Akibatnya anak akan mengalami kesulitan berinteraksi dengan dunia nyata berteman dan bermain dengan teman sebaya.

- Terganggunya Fungsi PFC

Kecanduan teknologi selanjutnya dapat mempengaruhi perkembangan otak anak. PFC Pre Frontal Cortex adalah bagian didalam otak yang mengontrol emosi, kontrol diri, tanggung jawab, pengambilan keputusan dan nilai-nilai moral lainnya. Anak yang kecanduan teknologi seperti games online otaknya akan memproduksi hormon dopamine secara berlebihan yang mengakibatkan fungsi PFC terganggu.

- Introvert

Ketergantungan terhadap gadget pada anak-anak membuat mereka menganggap bahwa gadget itu adalah segala-galanya bagi mereka. Mereka akan galau dan gelisah jika dipisahkan dengan gadget tersebut. Sebagian besar waktu mereka habis untuk bermain dengan gadget.

akibatnya tidak hanya kurangnya kedekatan antara orangtua dan anak-anak juga cenderung menjadi introvert (Istiqomah, 2019)

### **Peran Orang Tua dalam Menanggulangi Kecanduan Gadget pada Anak**

Orang tua merupakan keluarga pertama dari anak, dimana orang tua memiliki tanggung jawab yang besar untuk mendidik anaknya dengan sebaik-baiknya. Orang tua memiliki tanggung jawab yakni membimbing, membina, mengasuh, dan mendidik anak-anaknya untuk tercapainya pertumbuhan dan perkembangan anak secara maksimal sehingga anak bisa siap untuk terjun ke lingkungan masyarakat. Namun kebanyakan di situasi covid-19 ini dimana kita dibatasi untuk beraktivitas diluar rumah sehingga membuat anak menjadi bosan dan jenuh sehingga untuk menghilangkan rasa bosan dan jenuh kebanyakan dari orang tua memberikan dan menggunakan gadget untuk mendiamkan anaknya dan menghilangkan rasa bosan si anak. Perilaku orang tua yang seperti ini tidak di benarkan karena lambat laun anak akan merasakan lebih senang bermain gadget ketimbang dia bermain dengan teman-temannya dan juga sifat sosial anak akan menjadi berubah (Siwi et al., 2019). Seperti yang kita lihat juga anak-anak sekarang sudah memiliki akun sosial pribadi seperti facebook, Instagram dll. sehingga ia juga bisa menggunakannya untuk menghilangkan rasa bosan. Cenderung dalam memberikan gadget ini orang tua bisanya tidak mengawasi anaknya dalam bermain gadget sehingga akan menimbulkan kecanduan bermain gadget pada anak. Gadget ini bagaikan dua mata pisau, apabila kita menggunakannya dengan bijak maka akan mendatangkan hal yang positif bagi penggunaanya namun juga sebaliknya (Prayuda et al., 2020).

Hal - hal yang bisa dilakukan oleh orang tua dalam mengatasi dan mencegah anak yang kecanduan gadget dapat melakukan berbagai solusi sebagai berikut:

Pertama, memberikan batasan waktu kepada anak dalam bermain gadget, misalnya orang tua memberikan aturan yang tegas bahwa dalam sehari itu anak dalam bermain gadget maksimal harus 2 jam atau di waktu-waktu tertentu. Hal ini juga bisa

mendisiplinkan anak.

Kedua, orang tua harus memberikan pengawasan terhadap anak dalam hal bermain gadget karena dikhawatirkan anak nanti akan membuka fitur-fitur yang salah.

Ketiga, orang tua bisa mengajarkan pelajaran sekolah anak-anaknya di rumah sehingga anak bisa mengembangkan bakatnya dan orang tua juga bisa mengetahui bakat apa saja yang dimiliki oleh anaknya dengan begitu orang tua bisa menunjang si anak dalam hal mengembangkan bakat dan potensi anaknya.

Keempat, orang tua lebih sering bermain dengan anak. Karena jika anak lebih sering diajak bermain maka anak akan lebih dekat dengan orang tuannya dan melupakan gadgetnya dan akan lebih mempererat hubungan anak dengan orang tuannya. Misalnya orang tua mengajak anaknya untuk keluar bermain dengan teman-temannya, saudaranya dan keluarga supaya anak tidak menjadi pribadi yang tertutup dan mudah bersosialisasi dengan orang lain.

Kelima, orang tua bisa mengajak anaknya untuk pergi berlibur atau rekreasi tetapi harus dengan memperhatikan protokol kesehatan untuk menghilangkan rasa bosan anak, seperti membawa anak ketempat bermain seperti taman, kebun binatang, kolam renang sehingga anak akan merasa senang dan juga bisa sambil belajar dengan begitu anak akan melupakan gadgetnya.

Keenam, melibatkan anak dalam berbagai aktivitas di rumah, misalnya menyuruh anak untuk membersihkan rumah seperti menyapu, mencuci, dan memasak. Kegiatan seperti ini dapat melatih anak untuk bergerak tidak hanya duduk dan berbaring sambil memainkan gadgetnya.

Ketujuh, akun sosial pribadi yang dimiliki oleh anak hendaknya selalu dipantau oleh orang tua guna melindungi anak dari hal-hal negative dari sosial media. Orang tua juga seharusnya menjadi teladan bagi si anak yaitu dengan tidak menunjukkan penggunaan yang tinggi terhadap gadget dan juga orang tua dalam hal mengetahui anaknya telah terpapar konten yang negative di dunia maya seperti pornografi hendaknya orang tua tidak memarahi anaknya dengan membabi buta dan memukul si anak, sebaiknya orang tua bisa menasehatinya dengan baik dan bijak supaya tidak mengulangi dan mengaksesnya

lagi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Sisbintari & Setiawati, 2021) untuk menanggulangi kecanduan gadget pada anak para orang tua bisa menggunakan pola digital parenting yaitu sebagai berikut:

- Manajemen waktu penggunaan gadget

Ada berbagai cara yang dilakukan oleh orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak. Salah satu manajemen waktu yang digunakan adalah dengan melakukan pemberian jatah waktu penggunaan gadget. Selain itu, ada juga orang tua yang menerapkan manajemen waktu dengan cara membuat jadwal penggunaan gadget untuk anak. manajemen waktu penggunaan gadget ini dapat digunakan sebagai salah satu cara digital parenting yang baik untuk digunakan untuk mencegah kecanduan gadget pada anak.

- Mendampingi anak saat penggunaan gadget

Cara pendampingan penggunaan gadget yang digunakan oleh para orang tua bervariasi, mulai dari ikut mendampingi anak dalam mengakses internet saat menggunakan gadget, memberi contoh dan mengajari anak agar bijak dalam menggunakan gadget, hingga berusaha mengalihkan perhatian anak dari gadget dengan membagi waktu khusus untuk menemani anak bermain.

- Pemanfaatan Aplikasi Youtube Kids

Pemanfaatan aplikasi-aplikasi dari berbagai platform menjadi bagian dari pola digital parenting yang digunakan oleh para orang tua juga kepada anaknya. Hal ini dilakukan untuk mencegah anak-anaknya mengakses atau mengonsumsi konten-konten yang tidak baik dari Dunia maya. Alasan penggunaan aplikasi Youtube Kids ini dikarenakan aplikasi ini menyajikan konten-konten yang layak untuk anak, mulai dari lagu-lagu anak, serial film anak, dan konten lainnya. Selain itu, penggunaan aplikasi ini juga membantu pengembangan pengetahuan, sikap, dan keterampilan anak-anak mereka melalui konten yang ada pada aplikasi Youtube Kids tersebut.

- Memantau aktivitas browsing anak

Upaya selanjutnya yang digunakan oleh orang tua dalam mencegah terjadinya kecanduan penggunaan gadget pada anak adalah dengan memantau aktivitas atau riwayat browsing anak saat menggunakan

gadget. Lebih dari itu, berdasarkan informasi yang diperoleh, informan menyatakan bahwa pengawasan terhadap aktivitas atau riwayat browsing yang diakses oleh anak saat menggunakan gadget adalah untuk meminimalisir terjadinya kesalahan konten yang dikonsumsi oleh anak. Dengan memantau aktivitas atau riwayat browsing yang diakses membiasakan anak untuk lebih bijak dalam menggunakan gadget.

- Tidak mengenalkan game pada anak

Maraknya game yang beredar membuat orang tua menjadi cemas terhadap anak-anak mereka yang secara potensial berpotensi besar untuk kecanduan bermain game di gadget. Terlebih game-game tersebut dapat diakses dengan mudah dan gratis melalui platform-platform tertentu. Para informan menyatakan bahwa mereka sejak awal berupaya untuk tidak mengenalkan game kepada anak. Mereka lebih menyukai untuk mengenalkan permainan fisik di luar rumah yang bertujuan untuk melatih aktivitas fisik anak sehingga anak tersebut dapat berkembang dengan baik.

- Membuat Screen Time

Upaya selanjutnya yang digunakan oleh orang tua adalah dengan membuat Screen time pada gadget. Berdasarkan informasi yang diperoleh, cara tersebut digunakan karena terkadang anak menangis saat gadget yang dipakai diambil, jadi jika layar gadget yang mereka gunakan mati maka mereka akan meninggalkan gadget tersebut dan menuju aktivitas lainnya. Di saat fokus mereka beralih dari gadget, para orang tua lebih mudah untuk mengarahkannya ke aktivitas fisik yang lebih produktif untuk perkembangan anak.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan dari beberapa kajian kepustakaan dapat ditarik kesimpulan bahwa penggunaan gadget pada anak perlu pengawasan dan pendampingan dari orang tua karena selain gadget ini berdampak positif pada anak, gadget ini juga berdampak negatif bagi perkembangan anak. Ketika anak tidak diberikan pengawasan dan pendampingan dalam hal memainkan gadget maka anak lambat laun akan mengalami yang namanya kecanduan gadget. Maka untuk

menanggulangi anak supaya tidak kecanduan gadget maka orang tua bisa melakukan hal-hal ini seperti memberikan anak batasan waktu dalam bermain gadget, memberikan pengawasan pada anak dalam hal bermain gadget, sering mengajak anak-anaknya bermain, berlibur dan menegerjakan suatu pekerjaan yang bermanfaat bagi anak, selalu memantau dan mengecek aktivitas anak di media social.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, A., & Hendrizal, H. (2018). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Kehidupan Sosial Para Siswa SMA. *Pelita Bangsa Pelestari Pancasila*, 13(1), 64-76.
- Chusna, P. A. (2017). Pengaruh media gadget pada perkembangan karakter anak. *Media Komunikasi Penelitian Sosial Keagamaan*, 17(2), 14-23.
- Iswinarti, I., & Firdiyanti, R. (2019). Children using Learning Gadget Addiction, Can Traditional Games With "Berlian" Method as a Solution Increase the Social Skill? *Proceedings of the 4th ASEAN Conference on Psychology, Counselling, and Humanities (ACPCH 2018)*, 304(Acpch 2018), 368-371. <https://doi.org/10.2991/acpch-18.2019.89>
- Pratiwi, R., & Karneli, Y. (2021). Counseling with Self-Management Techniques to Improve Learning Motivations. *Jurnal Neo Konseling*, 3(3), 1-4.
- Prayuda, R. A., Munir, Z., & Siam, W. N. (2020). Pengaruh Pemakaian Gadget Terhadap Perilaku Sosial Siswa di Sekolah Dasar Negeri Taal 01 Kecamatan Tapen Kab. Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 8(1), 1-9. <https://ejournal.unuja.ac.id/index.php/jkp/article/download/1020/pdf>
- Rahmawati, M., & Latifah, M. (2019). The Effect of Mother-Child Interaction and Maternal Gadget Use on Child's Gadget Addiction in Preschool Children. In M. Simanjuntak & B. I. Rahmaniah (Eds.), *The 2nd International Seminar on Family and Consumer Issues in Asia Pacific: "Challenging Family in Digital Era"* (pp. 70-78). IPB University. Maternal Gadget Use on Child's Gadget Addiction in Preschool Children
- Rismanjar. (2018). *Aplikasi Layanan Bimbingan*

- Kelompok Dalam Mengatasi Kecanduan Gadget di MAN 3 Medan*. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Rohayani, F. (2020). Menjawab Problematika yang Dihadapi Anak Usia Dini di Masa Pandemi Covid-19. *Qawwam*, 14(1), 29–50.
- Saniyyah, L., Setiawan, D., & Ismaya, E. A. (2021). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perilaku Sosial Anak di Desa Jekulo Kudus. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 3(4), 2132–2140.
- Setiaputri, K. A. (2021). *Kenali Tanda-Tanda dan Cara Mengatasi Anak Kecanduan Gadget*.
- Sisbintari, & Setiawati. (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.
- Siwi, I. N., Krisnawati, M., Sulistyowati, N., & Safitri, O. R. (2019). The Prevention Of Gadget Addiction And Temper In Children Through Consistency Of Parenting Patterns. *ABDIMAS Madani*, 1(1), 46–50. <http://abdiasmadani.ac.id/index.php/abdimas/article/view/19/12>
- Ulya, S. I. (2019). Analisis Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Dan Komunikasi Pada Anak Usia Dini. *Seminar Nasional PAUD*, 89–96.
- Vitriarningsih, V., Khadijah, S., & Ceria, I. (2018). hubungan peran orang tua dan durasi penggunaan gadget dengan perkembangan anak pra sekolah di TK gugus IX kecamatan Depok Sleman Yogyakarta. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah) Kesmas Respati*, 3(2), 101. <https://doi.org/10.35842/formil.v3i2.178>
- Widodo, A., & Wartoyo, F. X. (2020). Lockdown and Gadget Addicted Phenomenon. *Proceedings of the 4th International Conference on Learning Innovation and Quality Education*, 1–8. <https://doi.org/10.1145/3452144.3452163>