

## Pendekatan Dialogis & Edukasi E-safety Parenting Untuk Mereduksi Kecanduan Gadget di Kalimantan Barat

Anindita Imam Basri<sup>1\*</sup>, Arif Aulia<sup>2</sup>, Valsa Ayunda Tisya<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas PGRI Yogyakarta

\*Corresponding author, e-mail: [anindita@upy.ac.id](mailto:anindita@upy.ac.id).

### Abstract

In this disruptive era, internet and social media users in Indonesia are still showing an increasing trend until 2021. Teenagers are also among the most active internet users. Implicitly, excessive internet use will have a negative impact on adolescents' psychological and cognitive. Until now, many teenagers have been addicted to gadgets. This is experienced by teenagers in Desa Mubung, Kecamatan Hulu Gurung, Kapuas Hulu, Provinsi Kalimantan Barat, so it is very important to provide solutions to address the problems and needs of partners, namely: 1) Dialogic approach to parents in Mubung Village. 2) Socialization regarding e-safety parenting. 3) Training on how to use the e-safety parenting feature, or the target of the service, namely the parents of the children and youth of Desa Mubung. Based on the analysis of the partners' problems, community service activities generally aim to reduce the problem of gadget addiction and improve the quality of youth. The service method used is a dialogical approach, counselling, training, discussion, question and answer, and program evaluation through questionnaires. The results of the service show an increase in the percentage of knowledge and understanding of each indicator. In other words, the implementation of community service activities has succeeded in improving the quality of human resources in Desa Mubung, both parents and youth.

**Keywords:** Anak; E-Safety Parenting; Kecanduan Gadget; Remaja.

**How to Cite:** Basri, A.I., Aulia, A., & Tisya, V.A. (2022). Pendekatan Dialogis & Edukasi E-safety Parenting Untuk Mereduksi Kecanduan Gadget di Kalimantan Barat. *Abdi: Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 4(1), 60-68.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited under the same license as the original. ©2022 by author.

## Pendahuluan

Survei terbaru Hootsuite dan We Are Social melaporkan pengguna internet di seluruh dunia mencapai 4,66 juta jiwa, sedangkan di Indonesia telah mencapai 202,6 juta per Januari 2021. Angka ini meningkat sangat signifikan dari pengguna internet tahun lalu yaitu sebesar 15.5% atau setara dengan 27 juta orang lebih dalam satu tahun terakhir. Di samping itu, penduduk Indonesia berjumlah 274,9 juta jiwa, sehingga apabila sebesar 202,6 juta penduduk merupakan pengguna internet, maka artinya 73,7% dari populasi penduduk Indonesia telah menggunakan dunia maya. Selain tingginya tingkat penggunaan internet, kuantitas perangkat mobile terkoneksi di Indonesia juga meningkat drastis menjadi 345,3 juta dan pengguna aktif media sosial meningkat menjadi 170 juta. Perangkat internet di yang digunakan oleh kalangan usia 16-64 tahun didominasi oleh mobile phone sebesar 98,3%), posisi kedua dan ketiga berturut-turut yaitu perangkat smartphone sebesar 98,2% dan laptop/desktop sebesar 74.7%. Rata-rata pengguna internet menghabiskan waktu 8 jam 52 menit untuk akses internet, streaming selama 2 jam 50 menit, dan media sosial selama 3 jam 14 menit (We Are Social & Hootsuite, 2021). Fakta tersebut membuktikan bahwa intensitas penggunaan gawai atau gadget di kalangan masyarakat, baik dari sebagian Generasi X, Generasi Y atau Millennials, dan Generasi Z (dimulai usia 16 tahun) dapat dikatakan sangat tinggi.

Data-data aktual tersebut menunjukkan bahwa kalangan remaja juga termasuk dalam pengguna internet paling aktif. Tidak hanya internet, namun kalangan remaja juga merupakan user dominan dalam akses media sosial. Data yang mendukung adalah kepemilikan smartphone oleh kalangan remaja dari tingkat pendidikan SMP sebesar 59,89%, dan SMA sebesar 79,56% (Kominform, 2017). Semakin tingginya kalangan remaja aktif dalam dunia maya, maka semakin tinggi pula tingkat kebutuhan pengetahuan dan kewaspadaan dalam pemanfaatan internet dan media sosial. Remaja menggunakan berbagai macam gadget untuk

---

mengakses internet. Gadget adalah sebuah perangkat yang mempunyai sejumlah fungsional khusus (Hornby, 2002). Pada dasarnya, gadget memiliki beragam jenis, seperti smartphone, komputer, laptop, dan tablet (Haryani, 2019). Meskipun gadget memiliki sejumlah dampak positif, namun dampak negatif dari penggunaan gadget yang salah ataupun berlebihan patut dipertimbangkan dan diantisipasi sejak dini.

Menurut Lestari et al. (2015), fenomena yang terjadi adalah intensitas pemakaian gadget menjadi sulit dikontrol, baik dari tempat maupun waktu penggunaan. Dengan kata lain, kalangan remaja bertendensi untuk mengalami kecanduan gadget, karena tidak pernah ingin lepas dari gadgetnya. Selain itu, remaja memang membutuhkan internet sebagai kebutuhan dalam pendidikan, namun realitanya adalah internet lebih banyak digunakan sebagai sarana hiburan, media sosial, berbelanja, dan lain sebagainya. Adapun tujuan membuka media sosial yaitu untuk memenuhi rasa ingin tahu, mengikuti tren yang ada di time line ataupun news feed. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian terdahulu oleh Sherlyanita & Rakhmawati (2016) yang menunjukkan bahwa frekuensi siswa SMP dalam mengakses internet setiap hari memiliki persentase tertinggi, yaitu sebesar 39%. Selain itu, aktivitas media sosial siswa SMP paling banyak digunakan untuk membuka news feed yaitu sebesar 32%, yang diikuti dengan aktivitas media sosial tertinggi kedua dan ketiga yaitu mengunggah foto dan mengecek komentar. Terlebih lagi, kini semakin muncul berbagai platform media sosial yang meningkatkan daya tarik dan konsumsi bagi kalangan remaja, seperti kemunculan aplikasi Tiktok yang saat ini menambah euforia dunia maya dan banyak digunakan oleh para remaja. Di samping itu, platform game online pada gadget yaitu mobile legend juga merupakan salah satu faktor yang memicu remaja semakin tergantung terhadap gadget.

Dampak negatif lainnya adalah remaja sangat minim berinteraksi dengan lingkungan sosial dan sosialisasi, bahkan justru menjadikan remaja sebagai pribadi yang tertutup, termasuk dengan keluarganya sendiri. Bahkan, kecanduan gadget tanpa disadari telah menyebabkan para remaja hanya akan sibuk bermain dengan gadget masing-masing pada saat berkumpul bersama, sehingga justru tidak ada interaksi sosial di antara mereka sebagaimana mestinya. Selain itu, efek negatif dari kecanduan gadget adalah munculnya nomofobia syndrome yang berasal dari kata no-mobile-phone phobia. Syndrome ini bercirikan seseorang yang tidak bisa terlepas dari smartphone masing-masing selama 24 jam, bahkan merasa kesepian dan memilih bermain smartphone meskipun sedang berkumpul bersama orang lain, serta membawa smartphone ke tempat yang tidak wajar, seperti toilet. Tidak hanya itu saja, kecanduan gadget juga menyebabkan syndrome serius lainnya, yaitu carpal tunnel syndrome. Carpal tunnel syndrome adalah syndrome yang mengakibatkan gangguan otot dan tulang pergelangan tangan.

Tidak hanya remaja, namun saat ini kalangan anak-anak lebih melek terhadap teknologi dan mengetahui cara menggunakan smartphone. Faktor penyebab hal tersebut didukung oleh hasil penelitian Maulida et al. (2020) bahwa orang tua telah memperkenalkan gadget kepada anak saat masih berusia 2-4 tahun dan dominan masa penggunaan gadget paling sering juga pada rentang usia tersebut. Persentase anak-anak menonton film kartun yaitu sebesar 68,6% dan memainkan games sebesar 47,4%. Penggunaan gadget membawa dampak negatif bagi anak dengan merusak jalinan komunikasi antara anak dengan orang tua, sebab anak justru menjadi sukar dalam komunikasi, kepeduliannya berkurang, dan kurang respon terhadap orang tua. Dampak psikologis dipicu faktor bahwa anak-anak dapat bermain gadget hingga lebih dari satu jam (Indriyani et al., 2018).

Selain itu, banyak kasus anak-anak yang justru lebih sering bermain dengan gadget, sehingga interaksi sosial sangat minim. Anak-anak akan merasa lebih asyik bermain dengan game yang ada di gadget dibandingkan berkumpul dan bermain bersama teman-temannya. Fenomena kalangan anak-anak yang kini telah menggunakan internet semakin memprihatinkan dan berimplikasi negatif terhadap proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Secara psikologis, anak-anak menjadi lebih emosional, membentuk karakter pemberontak karena keinginan tidak ingin diganggu pada saat bermain gadget, menjadi pemalas dan enggan belajar (Ariston & Frahasini, 2018). Fenomena unik lainnya adalah anak-anak usia dini lebih melek teknologi dan anak-anak sudah menganggap dirinya mengenal cinta. Dengan kemudahan akses internet dan kurangnya pembatasan penggunaan gadget bagi anak, kini bahkan anak-anak sekolah dasar sudah mengenal Tiktok dan Instagram. Hal tersebut merupakan cerminan dampak negatif dari kecanduan gadget pada kalangan anak-anak usia dini yang disebabkan oleh pola asuh orang tua yang salah.

Bertolak dari berbagai pemaparan di atas, dapat diketahui poin penting bahwa pertama kalangan anak-anak dan remaja sangat riskan terhadap bahaya gadget, dan kedua adalah pentingnya peran orang tua dalam mendidik dan mengawasi penggunaan gadget. Sebab, orang tua memiliki peran vital dalam pembangunan karakter dan tumbuh kembang anak, sehingga seharusnya orang tua memiliki prinsip dalam memberikan aturan dan batasan yang jelas kepada anak dalam penggunaan gadget. Membangun sebuah komunikasi dengan anak mengenai manfaat dan dampak positif maupun negatif dari penggunaan gadget

---

sangat penting untuk dilakukan (Zulfitria, 2019). Dengan kata lain, digital parenting para orang yang masih kurang tua di Indonesia sangat perlu ditingkatkan.

Berbagai fenomena kecanduan gadget yang dialami oleh kalangan anak-anak dan remaja mengerucut pada suatu fakta pentingnya suatu edukasi berupa pengetahuan, wawasan, dan sikap bagi kalangan orang tua agar dapat memberikan pendidikan dan pengawasan yang tepat dalam penggunaan gadget. Oleh karena itu, pengabdian tertarik dan berinisiatif untuk melakukan suatu kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Mubung, Kecamatan Hulu Gurung, Kapuas Hulu, Provinsi Kalimantan Barat.

Hal ini dikarenakan berdasarkan hasil observasi dan wawancara, ditemui beberapa permasalahan relevan di Desa Mubung, Kecamatan Hulu Gurung, Kapuas Hulu, Provinsi Kalimantan Barat, yaitu antara lain:

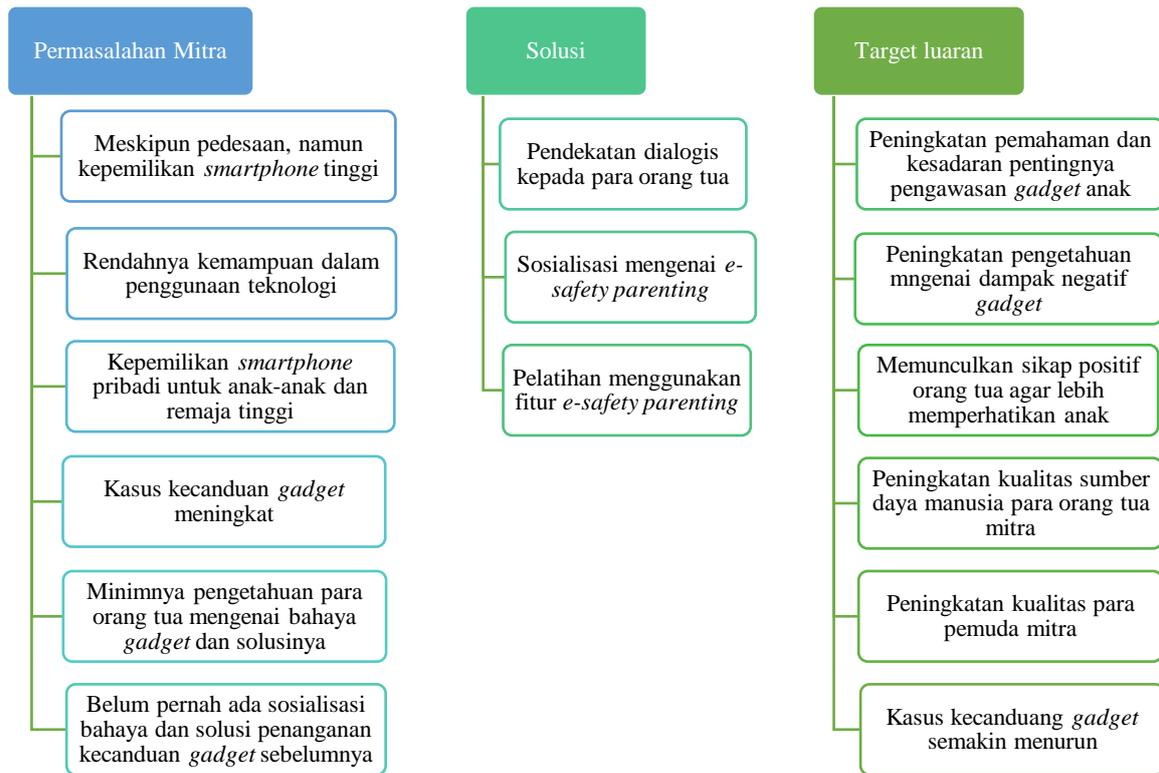
1. Desa Mubung masih tergolong wilayah pedesaan, namun hampir seluruh warga telah memiliki smartphone.
2. Banyak kalangan orang tua yang masih kurang melek teknologi, termasuk dalam penggunaan handphone ataupun smartphone.
3. Mayoritas anak-anak dan remaja telah memiliki smartphone sendiri.
4. Banyak anak-anak dan remaja yang semakin menunjukkan perilaku kecanduan gadget yang terlihat dari intensitas penggunaan gadget dan perilaku anak-anak maupun remaja.
5. Masih minimnya pengetahuan para orang tua mengenai bahaya penggunaan gadget dan cara menghadapinya. Solusi yang ditawarkan adalah pengadaan penyuluhan atau sosialisasi mengenai digital parenting dalam menanggulangi permasalahan kecanduan gadget pada anak-anak dan remaja.

Adapun subjek atau sasaran dari pengabdian yaitu para orang tua dari kalangan anak-anak dan remaja. Alasan yang mendasari bahwa masa anak-anak merupakan masa yang riskan atau sensitif, karena proses tumbuh kembang anak akan menentukan perkembangan anak di masa depan (Rakhmawati et al., 2020). Dengan demikian, anak usia dini perlu mendapatkan pola asuh yang baik sejak usia sedini mungkin. Alasan kedua adalah remaja merupakan generasi penerus bangsa yang diharapkan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas unggul dan berdaya saing, sehingga sangat penting untuk tetap menanggulangi permasalahan kecanduan gadget yang tinggi pada kalangan remaja. Tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, yaitu antara lain: 1) Menumbuhkan kesadaran bagi orang tua mengenai bahaya penggunaan gadget bagi anak, 2) Meningkatkan kemampuan atau kapabilitas orang tua dalam mengatasi kecanduan gadget pada anak, 3) Memotivasi para orang tua agar lebih bersikap pro aktif dalam menjaga proses tumbuh kembang anak, 4) Berkontribusi dalam upaya mempersiapkan dan membentuk calon para penerus generasi bangsa yang cerdas, berakhlak, berwawasan dan bijaksana.

Berdasarkan analisis situasi secara umum dan khusus, maka solusi permasalahan yang ditawarkan, yaitu antara lain:

1. Pendekatan dialogis kepada para orang tua Desa Mubung, agar para orang tua dapat mengetahui bahaya kecanduan gadget anak dan pentingnya pengawasan, kontrol, serta bimbingan orang tua dalam penggunaan gadget.
2. Sosialisasi mengenai e-safety parenting. Kegiatan pengabdian masyarakat ini ditujukan untuk membantu para orang tua Desa Mubung agar lebih melek teknologi, terutama dalam upaya mencegah atau meminimalisasi kasus kecanduan gadget pada anak-anak dan remaja.
3. Pelatihan atau praktik secara langsung terkait cara menggunakan fitur e-safety parenting. Edukasi berbasis keterlibatan peserta ini diharapkan dapat meningkatkan taraf pengawasan maupun pengendalian orang tua terhadap penggunaan gadget anak maupun remaja.

Tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, yaitu: 1) Menumbuhkan kesadaran orang tua mengenai bahaya penggunaan gadget bagi anak, 2) Meningkatkan kapabilitas orang tua dalam mengatasi kecanduan gadget pada anak, 3) Memotivasi para orang tua agar lebih bersikap pro aktif dalam menjaga proses tumbuh kembang anak, 4) Berkontribusi dalam membentuk calon para penerus generasi bangsa yang cerdas, berakhlak, berwawasan dan bijaksana. Tim pengabdian juga telah merancang skema konseptual kegiatan pengabdian yang dapat dilihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Skema Konseptual Kegiatan Pengabdian Masyarakat

### Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 25 Februari 2021 di Desa Mubung, Kecamatan Hulu Gurung, Kapuas Hulu, Provinsi Kalimantan Barat, dengan target sasaran para kalangan orang tua berjumlah 16 orang. Metode pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini bertumpu pada beberapa alur tahapan, yaitu antara lain: 1) Tahap Persiapan, 2) Tahap Pelaksanaan, 3) Tahap Evaluasi Program, 4) Tahap Pelaporan. Secara rinci, tahapan kegiatan program pengabdian masyarakat ini disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Tahapan Kegiatan Program Pengabdian Kepada Masyarakat

Tahap Persiapan	
Pra-Survei	Identifikasi permasalahan & kebutuhan mitra melalui observasi, wawancara, dan <i>focus group discussion</i>
Pembentukan Tim PKM	Pembentukan Tim untuk menyelesaikan permasalahan mitra
Pembuatan Proposal	Pembuatan proposal untuk menawarkan solusi permasalahan & penyediaan dana dalam pelaksanaan solusi bagi Mitra
Koordinasi Tim dan Mitra	Perencanaan pelaksanaan program secara konseptual, operasional dan <i>job descriptions</i> dari tim dan mitra
Persiapan Materi	Pembelian dan penyewaan alat serta pembuatan materi kegiatan
Tahap Pelaksanaan (Kegiatan Dilaksanakan di Lokasi Mitra)	
Pelaksanaan pendekatan dialogis mengenai bahaya <i>gadget</i>	Kegiatan dilaksanakan melalui pemaparan materi dan diskusi (90 menit)
Pelatihan <i>e-safety parenting</i>	Kegiatan dilaksanakan melalui praktik (15 menit)
Tanya jawab dan diskusi	Kegiatan dilaksanakan setelah pemaparan materi (20)
Evaluasi Program	
Dilakukan dengan membandingkan kondisi mitra sebelum dan sesudah pelaksanaan program melalui kuesioner <i>pre-test</i> dan <i>pra test</i> dengan durasi masing-masing 10 menit	
Pelaporan	
Penyusunan laporan dilakukan sebagai bentuk pertanggung jawaban atas pelaksanaan program untuk kemudian dilakukan publikasi.	

Adapun tahap persiapan kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi: (1) Identifikasi permasalahan Desa Mubung ini secara keseluruhan, (2) Identifikasi permasalahan mitra, (3) Identifikasi solusi relevan yang didasarkan hasil pertimbangan identifikasi permasalahan desa dan identifikasi permasalahan mitra. Hal ini ditujukan untuk mendapatkan solusi yang sesuai dengan permasalahan ataupun kebutuhan mitra. Untuk tahap pelaksanaan, pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan menggunakan beberapa metode, yaitu: 1) Pendekatan dialogis, sebagai metode pendekatan dengan mitra yang bersifat terbuka dan komunikatif, sehingga akan mempermudah penerimaan materi yang disampaikan, 2) Penyuluhan, digunakan untuk menyampaikan pengetahuan dan wawasan secara umum dan khusus tentang kegunaan, bahaya, sampai pada pengetahuan pemanfaatan gadget untuk mereduksi maraknya kasus kecanduan gadget, 3). Tanya jawab, ditujukan untuk melengkapi hal-hal yang belum terakomodasi, 4) Pelatihan, dengan maksud untuk merealisasikan ilmu yang telah disampaikan melalui praktik langsung, sehingga metode ini dapat benar-benar membantu para orang tua dalam penerapan e-safety parenting. Untuk evaluasi program, pengabdian menggunakan instrument kuesioner.

## Hasil dan Pembahasan

Kegiatan sosialisasi dilakukan pada tanggal 25 Februari 2021 di Desa Mubung, Kecamatan Hulu Gurung, Kapuas Hulu, Provinsi Kalimantan Barat, pada pukul 09.00 WIB. Peserta sosialisasi yaitu para orang tua Desa Mubung. Jumlah peserta yang hadir yaitu sebanyak 16 orang, yang terdiri dari 9 perempuan dan 7 laki-laki. Total durasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah 135 menit.

### Sosialisasi Bahaya Gadget

Sebelum sosialisasi, para peserta diberikan waktu selama 10 menit untuk kuesioner untuk mengetahui seberapa besar pengetahuan dan pemahaman mengenai bahaya dan cara mengatasi kecanduan gadget pada anak dan remaja. Setelah itu, agenda selanjutnya adalah pemaparan sosialisasi dengan bantuan LCD proyektor untuk menampilkan video edukasi dan power point, serta peserta juga diberikan handout yang berisikan materi sosialisasi. Para peserta terlihat sangat antusias dan menyimak dikarenakan belum ada program sosialisasi mengenai bahaya dan solusi penanganan kecanduan gadget sebelumnya.

Sebagai prolog, pengabdian memberikan informasi berbasis data bahwa kini pengguna internet di Indonesia lebih dari setengah populasi penduduk yang ada di Indonesia tepatnya 73,7% dari total 274,9 juta jiwa merupakan pengguna aktif internet. Selain itu, sebuah laporan berjudul *Digital 2021: The Latest Insights into The State of Digital* memuat informasi bahwa penetrasi media sosial di Indonesia telah mencapai 61,8%. Artinya 170 juta dari populasi penduduk Indonesia yaitu 274,9 juta penduduk merupakan pengguna aktif media sosial ([We Are Social & Hootsuite, 2021](#)). Hal menariknya adalah tingginya persentase tersebut berasal dari kalangan remaja (12-21 tahun) bahkan anak-anak (7-11 tahun). Pengabdian mengutarakan bahwa kondisi tersebut merupakan sinyal urgensi bagi para orang tua untuk lebih bersifat hati-hati dan menerapkan kedisiplinan yang bijak kepada anak usia dini mungkin.

**Tabel 2. Hasil Pencapaian Sosialisasi Bahaya Gadget**

No.	Indikator	Pre-test		Post-test	
		n	%	n	%
1.	Mengetahui dan memahami fitur-fitur yang ada pada <i>gadget</i>	6	37,5%	16	100%
2.	Mengetahui dan memahami bahaya penggunaan <i>gadget</i> bagi kalangan anak-anak dan remaja	4	25%	16	100%
3.	Mengetahui dan memahami pentingnya pengawasan, kontrol, dan bimbingan orang tua dalam penggunaan <i>gadget</i>	10	62,5%	15	93,75%
4.	Mengetahui dan memahami cara meminimalisasi risiko kecanduan <i>gadget</i> pada anak-anak dan remaja	7	43,75%	15	93,75%

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan hasil evaluasi program, hanya sebesar 37,5% peserta yang mengetahui sebagian fitur dan media sosial dalam gadget. Peserta mengakui penggunaan digunakan sebagai media komunikasi, serta sebagian orang tua lainnya mengaku bahwa fungsi gadget yang kedua yaitu untuk mengakses media sosial yaitu Facebook. Secara implisit, dapat dikatakan bahwa kecanduan gadget pada anak dan remaja dapat dipicu oleh faktor ini, yaitu sebagian besar orang tua masih kurang melek teknologi. Hingga pada saat pemaparan materi berlangsung, para peserta diberikan pemahaman mengenai macam-macam fitur dan media sosial yang dapat digunakan dalam gadget. Para peserta pun menyimak dengan sangat baik dan sangat antusias pada setiap pemaparan materi.

Pemaparan kedua yaitu mengenai bahaya penggunaan gadget bagi kalangan anak-anak dan remaja. Hasil kuesioner menunjukkan bahwa hanya sebesar 25% atau sama dengan 4 peserta yang mengetahui dampak negatif penggunaan gadget. Hal ini menunjukkan bahwa para orang tua Desa Mubung juga masih rendah dalam pengetahuan bahaya gadget dan hal ini membahayakan bagi perkembangan anak ke depan. Kecanduan gadget merupakan suatu sikap penggunaan atau pemanfaatan gadget yang melebihi batas normal. Semakin tinggi frekuensi dan intensitas anak dan remaja dalam penggunaan internet maupun media sosial, maka akan semakin tinggi pula tingkat kecanduan gadget yang ditimbulkan. Selain itu, pengabdian menjelaskan bahwa kecanduan gadget berimplikasi negatif terhadap pendidikan anak, karena menyebabkan anak malas untuk belajar dan lebih merasa asyik bermain smartphone. [Suparman & Putriyani \(2020\)](#) juga memaparkan bahwa dampak negatif penggunaan gadget, yaitu: 1) Menyebabkan gangguan kesehatan, 2) Konsentrasi belajar menurun, 3) Kemampuan bersosialisasi menjadi minim, 4) Malas membaca dan menulis, 5) terhambatnya perkembangan kognitif, 6) Mempengaruhi perilaku anak, 7) Kemampuan berbahasa menjadi terhambat. [Ariston & Frahasini \(2018\)](#) turut mengemukakan argumen bahwa luasnya akses internet dapat memperlihatkan berbagai hal yang tidak seharusnya dan belum waktunya untuk dilihat. Dari segi keperilakuan, gadget juga menyebabkan perilaku individualis, sukar bergaul, dan sukar dikontrol yang menyebabkan perkembangan otak anak menjadi terhambat ([Saputri & Pambudi, 2018](#)). Di samping itu, fenomena bahaya gadget semakin parah dengan adanya kasus terkini mengenai kasus seorang anak yang tega menganiaya orang tuanya karena dinasihati pada saat bermain gadget ([Suparman & Putriyani, 2020](#)).

Selanjutnya dilanjutkan dengan pemaparan tentang pentingnya pengawasan, kontrol, dan bimbingan orang tua dalam penggunaan gadget. Berdasarkan hasil kuesioner dan wawancara, sebanyak 10 peserta atau 62,5% mengetahui bahwa pentingnya pengawasan dan pengontrolan orang tua hanya sebatas agar anak tidak memiliki ketergantungan yang tinggi. Dapat disimpulkan bahwa pada realitanya para orang tua belum menyadari seberapa penting pentingnya pengawasan, kontrol, dan bimbingan orang tua dalam penggunaan gadget secara menyeluruh. Sebab, peserta yang berhasil menjawab dengan benar hanya sebesar 37,5% atau sama dengan 6 peserta. Meninjau hal tersebut, sosialisasi ini sangat cocok mengingat tingkat pengetahuan orang tua mengenai bahaya gadget masih sangat rendah ([Suparman & Putriyani, 2020](#)). Terlebih lagi, sebagian besar ibu tidak mengawasi anak pada saat menggunakan gadget, termasuk dalam menggunakan internet ([Widiyastuti, 2017](#)). Padahal, orang tua merupakan lingkungan primer atau pertama yang akan menentukan hasil dari terbentuknya norma-norma sosial, frame of reference, keperilakuan, dan lain sebagainya ([Lestari et al., 2015](#)).

Terdapat dua faktor psikologis yang menguatkan asumsi bahwa pentingnya pengetahuan orang tua mengenai bahaya gadget bagi kalangan anak dan remaja sangat vital. Pertama, anak-anak usia dini yaitu berusia 1-5 tahun merupakan masa emas bagi anak-anak, yang biasanya dikenal dengan istilah the golden age. Pada usia ini, anak-anak akan mengalami perkembangan yang luar biasa oleh berbagai aspek perkembangan kecerdasan, baik dalam hal kecerdasan spiritual, emosi, dan intelektual, yang sekaligus berdampak pada proses tumbuh kembang anak di masa yang akan datang. Anak-anak dalam masa usia golden age dipercayai akan lebih tanggap dengan cepat, lebih cerdas, lebih pintar, serta akan cepat menirukan segala sesuatu hal yang ia terima dan hal tersebut menjadi basis pembentukan kepribadian, karakter, dan kapabilitas kognitif anak ([Asro & Sidik, 2020](#)). Oleh karena itu, apabila kini orang tua sudah terbiasa memberikan gadget kepada anak-anak usia dini agar tidak rewel, tidak merengek meminta sesuatu yang tidak diperbolehkan, ataupun agar tidak mengganggu aktivitas yang dilakukan orang tua, pada dasarnya tindakan tersebut merupakan tindakan yang salah dan justru berdampak negatif bagi tumbuh kembang anak. Akibatnya adalah tanpa disadari orang tua menjadi bersikap tidak peduli dan perhatian kepada anak, karena terlalu mengandalkan gadget sebagai media pengalihan dan penghibur anak. Para orang tua perlu bersikap bijak dalam memberikan kesempatan gadget kepada anak dan tetap menerapkan sistem controlling.

Faktor kedua berkaitan dengan kalangan remaja. Masa remaja merupakan masa yang riskan karena secara psikis, remaja cenderung masih labil, sehingga sangat rawan terhadap gejolak perubahan psikologisnya. Remaja memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan hal tersebut tanpa disadari telah diterapkan dalam penggunaan internet. Meskipun internet memberikan berbagai kemudahan dalam mengakses informasi dan berkomunikasi, namun tidak sedikit remaja yang justru terjerumus dalam konten-konten yang negatif atau adiktif terhadap suatu platform tertentu, sehingga pengabdian menekankan bahwa remaja tetap membutuhkan control dan pengawasan dari orang tua.

Materi keempat yaitu berkaitan dengan pengetahuan orang tua dalam mencegah atau meminimalisasi risiko kecanduan gadget pada anak-anak maupun remaja. Hasil survei dan wawancara menunjukkan bahwa hanya sebesar 43,75% atau setara dengan 7 peserta yang telah memahami hal-hal yang dilakukan untuk menanggulangi permasalahan kecanduan gadget pada anak. Menurut [Astuti et al. \(2018\)](#), upaya yang perlu dilakukan orang tua dalam mencegah atau mengatasi kecanduan gadget pada anak-anak yaitu memberikan

batasan dan aturan yang jelas terlebih dahulu sebelum anak menggunakan gadget, serta mendampingi anak-anak pada saat bermain gadget agar dapat mengetahui konten yang sedang dibuka atau ditonton. Sedangkan untuk kalangan remaja, orang tua perlu mengontrol namun tidak seperti yang dilakukan pada anak sekolah dasar, yaitu dengan tetap mengawasi yang tidak mengekang remaja.

Hal ini berkaitan dengan hakikat anak-anak maupun remaja perlu dibangun sebuah kebiasaan yang positif. Anak usia dini akan memiliki karakter atau kepribadian yang baik sejak usia dini, sehingga ketika anak beranjak remaja ataupun dewasa, mereka telah terbentuk karakter yang cerdas, berakhlak, dan bermoral. Kecerdasan intelektual dan emosional para remaja juga perlu mendapatkan perhatian yang serius, agar di masa remaja yang belum stabil, para remaja dapat membedakan antara hal yang positif dan hal negatif, kemudian dapat bertindak secara positif dan bijaksana dalam menggunakan akses internet.

Setianingsih (2018) juga memaparkan argumentasi serupa yaitu orang tua untuk memberikan batasan penggunaan gadget pada anak, dan selain itu orang tua juga perlu untuk mengalihkan perhatian anak kepada hal-hal yang menarik seperti beraktivitas (memainkan musik, olahraga, dan lain-lain), bermain di luar rumah, dan bersosialisasi dengan teman-teman sebaya. Di samping itu, beberapa hal yang juga penting untuk direalisasikan orang tua agar dapat meminimalisasi kecanduan gadget pada anak, yaitu: (1) Melakukan pendampingan pada anak, (2) Mengajak anak untuk sepakat terhadap batasan waktu dalam menggunakan gadget, (3) Mengajak anak untuk sepakat terhadap fitur-fitur yang akan diakses, (4) Memberikan contoh yang baik bagi anak, (5) Meletakkan gadget dengan bijak, (6) Memberikan ajakan untuk belajar bersama. Namun, apabila anak telanjur kecanduan gadget, maka orang tua dapat mulai membentuk kebiasaan yang positif dan stimulasi yang tepat (Yusmi, 2015).

### Sosialisasi dan Pelatihan E-Safety Parenting

Setelah penyampaian materi tersebut, pengabdian melanjutkan materi sosialisasi yang terakhir yaitu mengenai pengenalan digital parenting berbasis e-safety parenting sebagai kunci terobosan untuk pencegahan dan penanganan kecanduan gadget secara digital. Arti e-safety parenting merupakan sebuah upaya pemanfaatan fitur "Parental control" yang dapat diakses pada gadget dengan tujuan untuk mengontrol, mengawasi, mengatur, dan mengendalikan penggunaan internet pada anak-anak maupun remaja. Melalui e-safety parenting, orang tua dapat menetapkan batasan-batasan dalam akses internet, media sosial maupun aplikasi yang diperbolehkan, serta mengawasi penggunaannya. Pengetahuan dan wawasan menarik dan cerdas ini sayangnya belum diketahui oleh para orang tua yang ada di Desa Mubung. Hal ini dibuktikan dengan hasil kuesioner pra sosialisasi yang menunjukkan fakta bahwa sama sekali tidak ada peserta yang mengetahui mengenai solusi alternatif tersebut. Rendahnya pengetahuan mengenai pemanfaatan fitur Parental control yang dapat diatur melalui gadget masing-masing ini akan menyebabkan sulitnya pengontrolan dan pengawasan para orang tua terhadap sikap dan perilaku anak-anak maupun remaja dalam penggunaan gadget.

Selanjutnya, pengabdian pun memulai pelatihan dengan memberikan tips bagi orang tua agar dapat mencegah dan memitigasi risiko dalam penggunaan internet berdasarkan pemaparan Haryani (2019), yaitu sebagai berikut:

1. Menetapkan jam dan durasi untuk akses internet.
2. Menetapkan situs-situs internet yang diperbolehkan untuk diakses.
3. Mendampingi anak pada saat mengakses internet.
4. Memantau aktivitas online anak dan mencari tahu apa yang disukai atau ketertarikan mereka.
5. Mengecek history browser secara rutin.
6. Menetapkan media sosial yang boleh diakses dan ikuti aktivitasnya.
7. Menetapkan aplikasi atau game yang boleh diinstal.
8. Mengatur aplikasi Parental control dalam smartphone untuk filtering content anak.
9. Berikut merupakan pedoman dalam menggunakan fitur Parental Control pada smartphone:
10. Buka aplikasi Play Store, kemudian temukan pilihan "Settings".
11. Klik "Parental control" atau control orang tua.
12. Aktifkan fitur "on" hingga tombol berwarna dan berada pada sisi kanan.
13. Lalu, klik "Set content restrictions for this device" dan pilih berdasarkan umur yang dikehendaki.
14. Membuka pengaturan, lalu pilih "Kontrol orang tua" dan aktifkan.
15. Membuat PIN 4 digit.
16. Biasanya semua aplikasi dan game telah tercentang. User dapat memberikan centang atau tidak memberikan centang pada rating (tanda centang berarti memberikan izin).

Program pelatihan digital parenting berbasis e-safety parenting ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan kemampuan para orang tua tentang cara menggunakan e-safety parenting sebagai bentuk

perlindungan dan pengawasan perilaku anak-anak dalam penggunaan digital parenting berbasis e-safety parenting. Hal ini dibuktikan dengan hasil evaluasi program yang telah diolah menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan tentang e-safety parenting sebesar 100%. Hal ini dikarenakan sebelum diadakan sosialisasi, para orang tua sama sekali tidak mengetahui ada fitur e-safety parenting pada perangkat gadget masing-masing yang dapat digunakan untuk parenting control. Selain itu, sejumlah 14 peserta juga telah berhasil memahami langkah-langkah untuk mengaktifkan fitur Parental Control. Berikut merupakan hasil pencapaian sosialisasi dan pelatihan e-safety parenting yang dapat dilihat pada Tabel 3.

**Tabel 3. Hasil Pencapaian Sosialisasi Bahaya Gadget**

No.	Indikator	Pre-test		Pra-test	
		n	%	n	%
1.	Mengetahui dan memahami mengenai <i>e-safety parenting</i>	0	0%	16	100%
2.	Mengetahui dan memahami cara mengaplikasikan <i>e-safety parenting</i> pada gadget pribadi	0	0%	14	87,5%

## Kesimpulan

Berdasarkan kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan di Desa Mubung, Kecamatan Hulu Gurung, Kabupaten Kapuas Hulu, Provinsi Kalimantan Barat, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat telah berjalan dengan baik dan lancar. Para orang tua Desa Mubung sangat antusias, bersemangat, dan aktif dalam berdiskusi. Hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat juga menunjukkan keberhasilan program yang dibuktikan dengan adanya kenaikan tingkat persentase pencapaian target pengabdian dari setiap indikator materi yang telah disampaikan. Setiap target luaran pun telah tercapai dengan baik. Dengan kata lain, realisasi pengabdian masyarakat yang pertama kali dilakukan dengan tema “Edukasi Pendekatan Dialogis & E-safety parenting Sebagai Upaya Mereduksi Kecanduan Gadget Anak dan Remaja Desa Mubung, Kalimantan Barat” telah berhasil menjawab permasalahan masyarakat, sekaligus memerankan peran penting dalam memberikan solusi atas permasalahan tersebut. Sebagai upaya pemberdayaan masyarakat yang kontinuitas, diharapkan akan muncul atensi yang lebih tinggi dan intensif oleh berbagai kalangan pihak terhadap permasalahan masyarakat serupa.

## Daftar Pustaka

- Ariston, Y., & Frahasini, F. (2018). Dampak Penggunaan Gadget Bagi Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar. *Journal of Educational Review and Research*, 1(2), 86. <https://doi.org/10.26737/jerr.v1i2.1675>
- Asro, M., & Sidik, D. M. (2020). Kegiatan Kuliah Kerja Nyata Bagi Peserta Anak Didik Pada Sosialisasi Pengaruh Gadget. *Al-Khidmat*, 3(1), 39–43. <https://doi.org/10.15575/jak.v3i1.5944>
- Haryani, P. (2019). Sosialisasi E-safety parenting Sebagai Smart Solution dalam Pendampingan Penggunaan Gadget Pada Anak. *Jurnal Abdinus: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 3(1), 83. <https://doi.org/10.29407/ja.v3i1.13480>
- Hornby, A. (2002). *Oxford Advanced Learner's Dictionary*. New York: Oxford University Press.
- Indriyani, Sofia, M., & Anggraini, G. F. (2018). Persepsi Orang Tua terhadap Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini Maulita. *Indonesia Journal of Early Childhood Issues*, 1(1). [https://doi.org/10.15036/arerugi.17.654\\_1](https://doi.org/10.15036/arerugi.17.654_1)
- Kominfo. (2017). Survey Penggunaan TIK 2017 Serta Implikasinya terhadap Aspek Sosial Budaya Masyarakat. Pusat Penelitian dan Pengembangan Aplikasi Informatika dan Informasi.
- Lestari, I., Riana, A. W., & Taftazani, B. M. (2015). Pengaruh Gadget Pada Interaksi Sosial Dalam Keluarga. *Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 204–209. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.13280>
- Marhaeni Pudji Astuti, T., Tri Atmaja, H., Utara, S., Singkawang, K., & Barat, K. (2018). The Impact of The Use of Gadgets in School of School Age Towards Children's Social Behavior in Semata Village Article Info. *Journal of Educational Social Studies*, 7(2), 161–168. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jess/article/view/26842>
- Maulida, N., & Arsyati, A. M. (2020). Gambaran Peran Orang Tua Terhadap Perilaku Anak Usia 10-12 Tahun Dalam Penggunaan Gadget di SDN Kayu Manis 2 Kota Bogor Tahun 2019. *Promotor*, 3(1), 64. <https://doi.org/10.32832/pro.v3i1.3146>

- 
- Rakhmawati, D., Ismah, I., & Lestari, F. W. (2020). Sosialisasi Bahaya Kecanduan Gadget. *Altruist: Journal of Community Services*, 1(3), 159. <https://doi.org/10.22219/altruist.v1i3.12926>
- Saputri, A. D., & Pambudi, D. A. (2018). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Anak Usia Dini. *The 3rd Annual Conference on Islamic Early Childhood Education Yogyakarta*, 3, 265–278. <http://ejournal.uin-suka.ac.id/tarbiyah/conference/index.php/aciece/aciece3>
- Setianingsih, S. (2018). Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah Dapat Meningkatkan Resiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas. *Gaster*, 16(2), 191. <https://doi.org/10.30787/gaster.v16i2.297>
- Sherlyanita, A. K., & Rakhmawati, N. A. (2016). Pengaruh dan Pola Aktivitas Penggunaan Internet serta Media Sosial pada Siswa SMPN 52 Surabaya. *Journal of Information Systems Engineering and Business Intelligence*, 2(1), 17. <https://doi.org/10.20473/jisebi.2.1.17-22>
- Suparman, S., & Putriyani, S. (2020). Sosialisasi Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Anak di Desa Buntu Pema Kecamatan Curio Kabupaten Enrekang. *Maspul Journal of Community Empowerment*, 2(2), 40–50.
- We Are Social & Hootsuite. (2021). *Digital 2021*. Global Digital Insights, 103.
- Widiyastuti, I. (2017). Tipe Mediasi Ibu Rumah Tangga Terhadap Keselamatan Internet Anak dan Remaja. *Informasi*, 47(2), 197. <https://doi.org/10.21831/informasi.v47i2.16548>
- Yusmi, W. (2015). Pentingnya "Pendampingan Diologis" Orang Tua dalam Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. In Seminar Nasional Pendidikan Inovasi Pembelajaran Untuk Pendidikan Berkemajuan. FKIP Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Zulfitri, Z. (2019). Pola Asuh Orang Tua dalam Penggunaan Media Sosial Facebook pada Anak Sekolah Dasar. *Holistika Jurnal Ilmiah PGSD*, 1(2), 2017