

Strategi Komunikasi Orang tua dalam Pengurangan Durasi Pemakaian Gawai pada Anak di bawah Usia 12 Tahun di Desa Damarsi Sidoarjo

Aryateja Achmad Furodh^{1*}, Putri Nadhifa Salsabila², Putri Amelia Nafarizha³

^{1,2}Prodi Ilmu Komunikasi, Universitas Negeri Surabaya

aryateja.23124@mhs.unesa.ac.id

Abstract

The purpose of this study is to describe parents' communication strategies in reducing the duration of gadget use for children. This research uses a qualitative method with a phenomenological approach. And data collection techniques were carried out through interviews and direct observation in Damarsi Village, Buduran Sidoarjo. Data were obtained from 4 parents as informants who have children under 12 years old. The results showed a variety of strategies carried out by parents in reducing the duration of device use in children, including parental assistance when children play gadgets; mediation; discussion and motivation before bed; reading fairy tales at night; dialogue before bed; turning off the internet network; and communicating through motivational board media.

Keywords: *Communication Strategy; Duration of Device Use; Parent; Minors*

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan strategi komunikasi orang tua dalam mengurangi durasi penggunaan gawai terhadap anak. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Serta teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara dan observasi langsung di Desa Damarsi, Buduran Sidoarjo. Data diperoleh dari 4 orang tua sebagai informan yang memiliki anak berusia di bawah 12 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bermacam – macam strategi yang dilakukan orang tua dalam pengurangan durasi pemakaian gawai pada anak diantaranya, dengan pendampingan orang tua pada saat anak bermain gawai; mediasi; diskusi dan pemberian motivasi sebelum tidur; membacakan dongeng ketika malam hari; berdialog sebelum tidur; mematikan jaringan internet; serta melakukan komunikasi melalui media papan motivasi.

Kata Kunci: Strategi Komunikasi; Durasi Pemakaian Gawai; Orang tua; Anak di Bawah Umur

1. Pendahuluan

Di era digitalisasi saat ini, perkembangan teknologi menjadi sangat maju dan berkembang cukup pesat. Kini terlihat jelas bagaimana kemajuan teknologi di bidang informasi. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang dan Indonesia termasuk salah satu negara yang ikut terlibat dalam pengembangan media informasi dan teknologi [1].

Tak dapat dipungkiri bahwa kehadiran teknologi sangat dibutuhkan saat ini, sebab berkat perkembangan dari kemajuan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK), manusia mulai menciptakan teknologi berupa alat - alat atau perlengkapan yang canggih untuk menunjang kegiatan manusia agar lebih efektif dan efisien dengan menyajikan berbagai fitur dan kemudahan bagi penggunanya [2].

Gawai atau seringkali disebut juga dengan *gadget* adalah salah satu contoh dari teknologi yang kini sangat populer di Indonesia. Secara umum, gawai dianggap menjadi suatu perangkat elektronik yang mempunyai fungsi khusus pada setiap perangkatnya. Di Indonesia, gawai merupakan sebuah alat komunikasi yang banyak diminati oleh masyarakat karena menyajikan beraneka fitur menarik dan praktis yang dapat mempermudah kehidupan manusia [3].

Kini jumlah pengguna gawai di Indonesia semakin tinggi. Forum riset menunjukkan bahwasanya negara kita menduduki peringkat kelima daftar pemakai gawai terbesar di tingkat global. Serta Padalaman detik.com tertulis bahwa Indonesia termasuk dalam 10 negara dengan target pemasaran dan penjualan *smartphone* terbesar. Indonesia menempati peringkat kedua dengan 46 juta penjualan setelah Brazil di peringkat pertama dengan 47 juta penjualan. Mengalahkan Rusia, Jepang, Meksiko, serta Jerman [4].

Maka dari itu, hampir seluruh masyarakat menggunakan gawai. Gawai tidak hanya digunakan oleh kalangan dewasa saja, akan tetapi juga digunakan oleh kalangan anak - anak (7 - 11 tahun), remaja (12- 21 tahun), dewasa atau lanjut usia (diatas 60 tahun). Bahkan, anak usia (2-6 tahun) sudah diberikan gawai, padahal seharusnya anak seusia itu masih belum layak untuk diberikan itu [5]. Sebab Anak adalah generasi penerus bangsa, Masa kanak-kanak khususnya anak usia dini adalah fase emas bagi mereka yang tidak bisa diulang kembali. Fase ini merupakan masa sensitif dalam perkembangan seluruh aspek tumbuh kembang anak, yang nantinya akan menjadi landasan bagi perkembangan anak di masa depan. Sehingga apabila dari kecil sudah diberikan gawai yang berlebihan maka akan mengganggu daya tumbuh anak nantinya. [5]

Hal itu dibuktikan menurut pernyataan Ibu Ika "Dulu saya memberi gawai pada anak saya ketika umur 2 tahun, namun disaat anak saya berumur 4 tahun dia tak kunjung bisa bicara, kalau ditanya kayak orang linglung dan kurang bisa berkomunikasi dengan orang lain. ternyata setelah diperiksakan, itu disebabkan oleh gawai yang berlebihan," ucap ibu dua anak tersebut.

Seringkali anak menjadi menyendiri, terus menerus bermain dan pandangannya terfokus pada gawai dibandingkan untuk melakukan interaksi dengan orang lain sehingga tak lagi memperdulikan lingkungan sekitar. Ia menyampaikan, bahwasanya anak yang telah terpapar dan memakai gawai dengan tidak semestinya menyebabkan anak menjadi kecanduan dan menyebabkan interaksi sosial dan komunikasinya berjalan dengan tidak baik dengan teman- temannya, bahkan keluarganya sendiri. Hal tersebut terjadi karena berbagai faktor yakni mereka tidak begitu fokus dengan lingkungan sekitar dan matanya hanya tertuju pada gawainya saja [6].

Terlalu sering menggunakan gawai dapat menyebabkan gangguan kesehatan pada anak. Hal ini sangat memprihatinkan bagi pertumbuhan dan perkembangan anak secara fisik dan mental. Jika mereka dibiarkan menggunakan gawai secara berlebihan, maka akan berpengaruh pada kesehatan mereka. Misalnya, kurang istirahat, bahaya untuk kesehatan mata, serta apabila terkena efek radiasi yang berlebihan dari teknologi tersebut dapat menyebabkan kanker.

Untungnya, hal tersebut dapat dicegah. Salah satu solusinya adalah dengan mengurangi durasi pemakaian gawai pada anak. Apabila orang tua ingin memberikan atau meminjamkan gawai kepada anak, seharusnya diberikan batas waktu untuk mencegah anak menjadi kecanduan. Pemakaian gawai oleh anak seharusnya memiliki intensitas yang berbeda dibandingkan orang dewasa. Menurut American and Canadian Association of pediatrics, pemakaian telepon genggam pada anak dengan usia 3-5 tahun maksimal 1 jam dalam 1 hari sedangkan anak usia 6-8 tahun maksimal 2 jam dalam 1 hari. Penggunaan gawai secara berkala dan melebihi batas maksimal penggunaan dapat menyebabkan banyak dampak negatif pada anak. Salah satunya adalah anak akan menghabiskan waktunya diam dan menjadi lebih aktif bermain dengan telepon genggamnya daripada bermain dengan anak-anak sebayanya.

Dalam hal ini orang tua memiliki peran yang sangat diperlukan karena orang tua adalah orang pertama yang dikenal oleh anak-anaknya. [7]. Mereka memiliki peranan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak yakni dalam hal mengawasi dan mengontrol anak.

Berdasarkan uraian yang telah disebutkan, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai topik ini. Penelitian dilakukan di Desa Damarsi, Kecamatan Buduran, Kabupaten Sidoarjo. Berdasarkan survey yang telah peneliti lakukan, anak - anak di tempat itu rata - rata sudah menggunakan gawai dan memiliki gadget pribadi. Peneliti ingin mengkaji bagaimana “Strategi Komunikasi Orang tua Untuk Mengurangi Durasi Penggunaan gawai Yang Berlebihan Pada Anak.” Mengingat kesibukan orangtua dalam bekerja dan juga perkembangan teknologi yang semakin pesat ini.

2. Metode Penelitian

Metode penelitian deskriptif kualitatif dengan pendekatan fenomenologi telah digunakan didalam artikel ilmiah ini. Prinsip dari penelitian kualitatif adalah suatu cara atau strategi untuk menghasilkan data deskriptif mengenai apa yang diucapkan oleh narasumber mengenai perilaku narasumber dalam strategi komunikasi orang tua untuk pengurangan durasi penggunaan gawai oleh anak yang dapat peneliti observasi. Data yang dihasilkan melalui metode penelitian deskriptif merupakan kata-kata, kalimat, dan atau istilah yang bersifat deskriptif

Karena menggunakan metode kualitatif, terdapat dua metode yang peneliti gunakan untuk mendapatkan fokus penelitian yaitu menggunakan metode wawancara dan observasi lapangan. Wawancara dilakukan langsung kepada orang tua yang memiliki anak usia di bawah 12 tahun di Desa Damarsi, Kecamatan Buduran, Kabupaten Sidoarjo. Pengumpulan data akan diambil dari para narasumber agar dapat memperoleh data yang jelas dan terbuka mengenai ruang lingkup penelitian.

Terdapat kurang lebih 6 pertanyaan yang peneliti tanyakan kepada informan mengenai strategi komunikasi yang dilakukan orang tua untuk mengurangi durasi penggunaan gawai pada anaknya. Diantaranya, alasan pemberian gawai pada anak dan berapa durasinya; normal waktu penggunaan gawai pada anak; tanggapan orang tua dengan anak yang kecanduan dengan gawai; kemudian strategi komunikasi orang tua untuk mengontrol ataupun mengurangi penggunaan gawai; serta bagaimana komunikasi orang tua untuk mengatasi kerewelan anak tanpa melibatkan gawai.

Setelah wawancara dilakukan, peneliti akan melakukan observasi dengan tujuan mendapatkan data dan informasi yang valid. Pemilihan sampel dalam penelitian ini, digunakan teknik Purposive Sampling. Dalam purposive sampling, peneliti menentukan kriteria responden yang akan dijadikan sampel penelitian. Kriteria yang peneliti cari adalah: 1) memiliki gawai dan 2) orang tua yang memiliki anak dengan usia dibawah 12 tahun

Hasil dari Purposif Sampling adalah 4 orang tua dengan anak berusia dibawah 12 tahun yang memberikan gawai kepada anak yang akan menjadi responden dalam penelitian ini. Jenis data yang digunakan yaitu data primer yaitu data yang didapatkan langsung di lapangan dan dari wawancara responden. Responden terdiri dari 4 orang.

Langkah selanjutnya menyimpulkan hasil dan pembahasan. peneliti menarik kesimpulan dari wawancara dengan narasumber. Kemudian dilakukan pengecekan data yang diperoleh melalui berbagai sumber dan pengecekan data yang didapat melalui wawancara dengan narasumber.

Teknik analisis data deskriptif kualitatif memiliki berbagai macam pendekatan yang dapat diaplikasikan. Di penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan fenomenologi dikarenakan metode ini bertujuan untuk mengetahui berbagai persamaan makna yang menjadi inti atau esensi dari suatu konsep.

Fenomenologi sendiri berasal dari bahasa Yunani, *phaenesthai*, memiliki arti menampilkan dan menunjukkan dirinya sendiri. Fenomenologi juga berasal dari bahasa Yunani, *phainomenon*, yang secara harfiah berarti “gejala” atau apa yang telah menampakkan diri” sehingga nyata bagi peneliti. Metode pendekatan Fenomenologi merupakan kajian filosofis yang menggambarkan segala bidang pengalaman manusia. Manusia mengalami pengalaman hidupnya secara sadar. Fenomenologi juga merupakan sebuah kajian yang tidak pernah ada habisnya, sehingga dijuluki sebagai pemula yang abadi. Oleh karena itu, fenomenologi kini banyak dibicarakan, dan diberikan penjelasan yang beragam dan detail mengenai hal tersebut [8].

Pada mulanya, fenomenologi adalah sebuah metode kajian filosofis dan sosiologis. Pemrakarsa utamanya, yakni Edmund Husserl sendiri menginginkan agar fenomenologi dapat menciptakan ilmu yang efektif sehingga dapat berguna bagi kehidupan manusia. Ilmu pengetahuan berada dalam fase krisis penyelewengan fungsi dalam waktu yang lama. Oleh karenanya, fenomenologi kemudian dikembangkan sebagai salah satu jenis metode penelitian yang banyak diterapkan ke berbagai ilmu sosial, khususnya untuk ke bidang komunikasi.

Fenomenologi sebagai salah satu varian pendekatan dalam penelitian kualitatif sesungguhnya merupakan sebuah fenomena atau kejadian yang sering muncul dalam kehidupan manusia sehari-hari. Dengan mengamati fenomena, manusia membuka diri, membiarkan fenomena itu tampak pada diri mereka, lalu memahaminya. Maka dari itu, peneliti menggunakan pendekatan fenomenologi karena memang relevan dengan topik yang akan peneliti bahas yakni mengenai ”Strategi Komunikasi Orang Tua Dalam Pengurangan Durasi Pemakaian Gawai Pada Anak Usia di Bawah 12 Tahun di Desa Damarsi Sidoarjo.

3. Hasil dan Pembahasan

Diketahui bahwa anak-anak di Desa Damarsi banyak yang telah menggunakan gawai. Hal ini terlihat ketika peneliti menghampiri TPQ setempat dimana anak-anak terlihat sedang bermain dengan gawai mereka. Beberapa anak bahkan telah memiliki gawai sendiri dan yang belum memiliki meminjam gawai orang tua. Orang tua yang mampu membelikan gawai, maka anak akan dibelikan gawai sendiri. Dari observasi peneliti, beberapa dari mereka sedang bermain game online seperti Mobile Legend, Roblox, dan Free Fire. Ada juga yang menggunakan gawainya untuk menonton bersama video YouTube atau TikTok.

Dari hasil wawancara yang telah dilakukan, beberapa orang tua memberikan gawai pribadi dan beberapa meminjamkan gawai orangtua kepada anak. Dapat diketahui juga bahwa ada orang tua yang memberikan gawai pada anak sedini 2 tahun. Alasan narasumber memberikan gawai pada anak beragam. Beberapa alasan mereka antara lain: agar tidak tertinggal zaman, agar tidak dikucilkan teman-

temannya, membantu dalam pengerjaan tugas sekolah, membantu dalam proses pembelajaran daring, agar tidak rewel ketika ditinggal kerja, dan agar anak betah dirumah.

Beberapa orang tua memutuskan untuk tidak membelikan gawai pribadi kepada anak karena ditakutkan anak akan menjadi kecanduan dengan gawai serta menjadi anak yang pemalas. Penggunaan gawai tidak lepas dari pengawasan dan kontrol oleh orang tua. Beberapa orang tua telah melakukan pengawasan dan kontrol penggunaan gawai pada anak seperti aplikasi apa saja yang sering dibuka, video apa yang biasa dilihat, dan ketertarikan apa yang anak suka di dalam jaringan internet. Ada juga orang tua yang kurang dalam melakukan pengawasan dan kontrol yang mengakibatkan anak dibiarkan bermain dengan gawai sesuka hatinya.

3.1 Usia Pemberian Gawai dan Durasi Penggunaan.

Tabel Pemberian Gawai dan Durasi Penggunaan

No	Nama Anak	Nama Orang Tua	Status Kepemilikan	Usia Anak	Usia Pemberian Gawai	Durasi Penggunaan
1	As Ad	Ibu Rina	Memiliki gadget sendiri	11 tahun	9 Tahun	5 Jam
2	Tasya	Ibu Ismail	Tidak memiliki gadget sendiri	8 Tahun	8 Tahun	>6 Jam
3	Nabila	Ibu Ika	Tidak memiliki gadget sendiri	4,5 Tahun	2 Tahun	1 Jam
4	Selen	Ibu Rosi	Tidak memiliki gadget sendiri	7 Tahun		2 Jam

Dari hasil peneltian yang dilakukan, dapat kita diketahui 1 dari 4 anak telah memiliki gawai pribadi yaitu As Ad dan 3 anak belum memiliki dan masih menggunakan gawai milik orang tua yaitu Tasya, Nabila, dan Selen. Dapat diketahui dari tabel, anak-anak di Desa Damarsi telah dibekali dengan gawai sedini usia 2 tahun.

Dari hasil wawancara, penggunaan gawai di Desa Damarsi rata-rata cukup tinggi dengan waktu 3- 6 jam telah dihabiskan untuk bermain gawai. Hal ini memperkuat sebuah penelitian yang telah dilakukan oleh Prayuda et al., (2020) yang mengarah pada pernyataan bahwa penggunaan gawai yang digunakan oleh siswa berdurasi lebih dari empat jam per hari. Pernyataan ini menunjukkan tingginya insensitas penggunaan gawai. Terlihat melalui hasil wawancara dengan orang tua As Ad dan Tasya dengan durasi penggunaan gawai selama 5-6 jam dalam satu hari. Anak dari ibu Ika dan ibu Rosi menggunakan gawai dengan durasi yang cukup singkat yaitu 1-2 jam dalam satu hari.

Dari hasil wawancara, diketahui 3 orang tua telah membatasi durasi penggunaan gawai walaupun 1 dari mereka masih menggunakan durasi yang cukup lama. Cara narasumber membatasi durasi penggunaan gawai pada anaknya juga beragam. Narasumber ibu Rina dan ibu Rosi membatasi penggunaan gawai dengan cara membagi waktu biasanya setelah beraktivitas seperti sekolah, mengaji, dan sebelum tidur. Ibu Ika membatasi hanya pada saat anak ibu Ika rewel dan membatasi durasi penggunaannya

sampai 1 jam saja.

3.2 Strategi Komunikasi Orang Tua Untuk Mengurangi Durasi Penggunaan Gadget Pada Anak

Strategi adalah sebuah rencana yang dilanjutkan dengan tindakan untuk mencapai sebuah tujuan. Strategi dapat digunakan dalam berbagai aspek kehidupan seperti didalam bisnis, politik, akademik, dan dalam hal ini untuk usaha mengurangi durasi penggunaan gawai oleh anak. Untuk mencapai tujuan mengurangi durasi penggunaan gawai oleh anak, dibutuhkan strategi efektif. Strategi yang efektif membutuhkan kerjasama tim, informasi pendukung, dan faktor pendukung (Adwiah & Diana, 2023).

Komunikasi sendiri dapat diartikan dalam berbagai arti. Arti komunikasi menurut etimologi, komunikasi berasal dari bahasa latin yaitu “Communicare” yang memiliki arti “menyampaikan”. Dari kata tersebut, bisa disebut bahwa komunikasi adalah proses pertukaran informasi dan atau penyampaian informasi dari satu individu atau kelompok ke individu atau kelompok lain menggunakan tanda, simbol, dan suara yang dipahami. Jadi, komunikasi akan terjadi apabila individu atau kelompok saling bertukar informasi [9].

Beberapa ahli ternama misalnya Oncong, menjelaskan bahwa komunikasi adalah proses pertukaran dan atau penyampaian pesan oleh individu atau kelompok kepada individu atau kelompok lain untuk memberikan informasi, merubah sikap, memberikan pendapat atau menginfluensi pendapat, dan merubah perilaku individu atau kelompok secara langsung atau tidak langsung.

Komunikasi interpersonal antara orang tua dan anak adalah sebuah faktor terpenting dalam proses tumbuh kembang anak. Diharapkan, komunikasi interpersonal berhasil dan terjalin dengan efektif. Bilamana hal tersebut berhasil tercapai, maka akan terjalin harmonisasi yang mengakibatkan anak akan mengikuti, mendengarkan, dan mematuhi perintah oleh orang tua sehingga realisasi dari strategi komunikasi pengurangan durasi penggunaan gawai dapat tercapai dengan mudah [10].

Strategi komunikasi untuk mengurangi durasi penggunaan gawai dapat dilakukan oleh orang tua dengan berbagai cara. Contoh cara yang dapat dilakukan adalah dengan melakukan pendampingan, menasihati dan memberikan motivasi, membacakan dongeng ketika malam hari, berkomunikasi melalui dialog saat anak sedang makan, mematikan jaringan internet, memberikan motivasi dengan menempelkan batasan waktu penggunaan gawai, dan memberikan alternatif permainan selain menggunakan gawai.

3.2.1 Pendampingan Orang Tua Pada Anak Saat Bermain Gawai

Peran orang tua sangat penting dalam partisipasinya terhadap anak untuk menemani dan mendampingi saat bermain gawai. Mereka harus selalu mengawasi dan mengontrol segala sesuatu yang anak akses agar tidak terjadi hal-hal yang tidak diinginkan di kemudian hari. Seperti, mengawasi aplikasi apa saja yang sering dibuka oleh anak, jangansampai anak membuka aplikasi yang dapat berdampak negatif bagi mereka. [11]. Orang tua hendaknya juga harus memberi contoh atau suri tauladan yang baik dengan tidak menggunakan gawai di depan anak jika memang tidak diperlukan dan langsung mendampingi saat anak memakai gawai. *”Meskipun saya bekerja menjaga warung, tetap saja saya selalu mendampingi anak saya ketika bermain gadget, terkadang sampai bergantian dengan ayahnya. Kemudian saya juga selalu mengontrol dan mengecek handphone mereka tiap malam agar tidak terjadi hal – hal negatif yang tak diinginkan di kemudian hari,”* (Ibu Ika).

Keikutsertaan atau partisipasi orang tua dalam mendampingi anak secara langsung ketika mereka menggunakan gawai dapat memberikan dampak atau manfaat yang sangat baik karena berbagai aplikasi atau isi yang terdapat dalam gawai yang mudah diakses oleh anak akan menjadi terkontrol ketika membuka konten – konten yang tersedia pada gawai tersebut.

Orang tua mempunyai peran dalam mendampingi anaknya dan meluangkan sebagian waktunya untuk memenuhi kewajibannya dalam mendukung dan mendampingi anak di rumah dengan memberikan perhatian yang berharga dan orang tua harus fokus untuk mendukung dan menyaksikan tumbuh kembang anak secara langsung. Hal ini dapat dilakukan dengan berbagai metode, misalnya dengan mendengarkan anak bercerita, menghabiskan waktu bersama, maupun bercengkrama dengan anak dan masih banyak lagi hal yang dapat dilakukan.

Sikap yang harus dilakukan orang tua kepada anak terkait penggunaan gawai pada saat ini menurut pernyataan Muhammad Nazir yakni sebagai berikut: [12]

1. Sesuaikan Dengan Usia Anak

Untuk anak yang berusia di bawah 2 tahun, bisa dimulai dengan mengenalkan gawai terlebih dulu seperti apa itu gawai, bagaimana menggunakan gawai, dan sebagainya. Mengenai durasi penggunaan lebih baik dibatasi. Ketika anak mulai beranjak ke usia 5 tahun, bisa dimulai dengan mengenalkan anak dengan gambar, warna, bentuk, dan suara yang terdapat pada fitur aplikasi di gawai.

2. Bersikap Selektif Dalam Memilih Aplikasi Permainan di Gawai

Bila anak ingin menggunakan gawai untuk bermain, orang tua harus memastikan aplikasi *video game* tersebut memiliki *rating* yang sesuai dengan usia anak dan batasilah penggunaan aplikasi agar anak menjadi kurang tertarik dengan banyaknya aplikasi yang tersedia di internet. Aplikasi yang dapat mendukung perkembangan kecerdasan dan pola pikir anak sangat direkomendasikan.

3. Menemani Anak Saat Bermain Gawai

Saat anak bermain atau menggunakan gawai, orang tua diharapkan untuk menemaninya. Orang tua harus mengarahkan bagaimana cara menggunakan gawai dengan baik. Orang tua bisa mengajak anak bermain dengan menggunakan permainan tradisional atau memerintahkan anak bermain dengan teman sebayanya sehingga anak tidak terlalu lama bermain dengan gawai dan mengakibatkan kecanduan.

4. Diskusi Sebelum Tidur

Untuk mengurangi dan mencegah efek negatif dari gawai, orang tua dapat berkomunikasi anak melalui metode diskusi sebelum tidur. Diskusi dapat diartikan sebagai interaksi pertukaran pendapat antara dua individu atau lebih yang bertujuan untuk memecahkan suatu masalah dan atau mencapai sebuah kesepakatan. Orang tua diharapkan berdiskusi dengan anak mengenai gawai, efek negatif dan positif yang dapat ditimbulkan dari gawai, dan menyaring jenis aplikasi apa saja yang boleh dibuka oleh anak. Salah satu topik yang bisa dibahas adalah efek negatif dari gawai namun ketika anak beranjak dewasa, orang tua menambah pengawasannya terutama pada bagaimana anak menggunakan gawainya.

Metode komunikasi melalui diskusi ini dilakukan oleh beberapa orang tua di Desa Damarsi, salah satunya adalah Ibu Rina “*Tentu saja pastinya saya memberi batasan pada anak untuk bermain gawainya yakni hanya 3 jam dalam sehari, kemudian setiap malam sebelum ia tidur akan saya ajak diskusi dan beri tahu tentang bahaya penggunaan gawai*”.

“Nak, udahan ya main handphone nya, besok lagi, ini udah malam tidur dulu, ingat kan Cuma boleh 3 jam waktunya. Kalau kelamaan matamu kena radiasi handphone juga bisa bikin matamu sakit loh nanti, ngga bagus buat kesehatan mata,” ucap ibu 3 anak tersebut.

Pemberian batas waktu serta peraturan saat menggunakan gawai juga dapat diberikan apabila telah dilakukan diskusi dengan anak. Apabila anak melanggar batasan waktu dan peraturan yang telah disepakati, anak harus menjalani hukuman yang telah disepakati oleh orang tua dan anak.

3.22 Membacakan Dongeng Ketika Malam Hari

Menurut KBBI, dongeng merupakan sebuah cerita yang tidak benar-benar terjadi jadi bisa disebut juga fiksi. Mendongeng menurut KBBI, merupakan aktivitas menceritakan dongeng. Membacakan dongeng ke anak bisa menjadi tumpuan dalam membetuk kecerdasan anak. Membacakan dongeng dapat menyalakan kekuatan berfikir anak, khususnya imajinasi. Menurut ahli psikologi anak, perkembangan mental seorang anak berjalan dengan sangat cepat, terutama dari anak lahir sampai berusia enam tahun. Sampai berumur enam tahun kecepatan belajar anak sangat cepat bagaikan peluru dari senapan. Sayangnya, setelah usia anak lebih dari 6 tahun kecepatan belajar anak menurun.

Sebelum anak dititipkan ke jenjang pendidikan formal, orang tua, keluarga, atau bahkan sepupu biasanya akan menjadi guru pertama anak. Sebelum tersedianya pendidikan formal untuk masyarakat, pendidikan dilakukan secara tidak langsung dilaksanakan melalui dongeng [13].

Kebahasaan dongeng lebih terfokus pada imajinasi. Oleh karena itu, anak tidak akan mengantuk ketika diceritakan sebuah dongeng. Anak tidak akan merasa dinasihati ataupun disindir ketika dibacakan dongeng. Jadi, orang tua bisa menyelipkan pesan-pesan mengenai gadget didalam dongeng yang akan diceritakan. Orang tua juga bisa menanyakan bagaimana pendapat anak mengenai dongeng yang diceritakan dan pesan apa yang terkandung didalamnya lalu mengajak anak untuk berdiskusi. *“Komunikasi yang saya lakukan biasanya saat malam sebelum tidur, saya bacakan dongeng, tujuannya biar teralihkan aja sih, kan kalau malam biasanya baterai gawai nya habis, ketika itu dia langsung menaruh gawainya dan saya langsung mendekati dia dan mengajaknya tidur lalu membacakannya dongeng”* Ibu Rosi

Oleh karena itu, membacakan dongeng juga merupakan salah satu strategi komunikasi orang tua untuk mengurangi durasi penggunaan gawai pada anak. Dongeng merupakan media untuk pengalihan aktivitas anak dari yang semula bermain gawai saat malam hari, kini berubah menjadi menderngarkan sang ibu membacakan dongeng.

3.23 Berkomunikasi Melalui Dialog mengenai Penggunaan Gawai oleh Anak

Komunikasi antara orang tua dan anak menjadi sebuah hal penting. Dialog antara orang tua dan anak harus dilakukan dengan mendukung anak-anaknya dalam sisi positif, mengawasi, dan mengontrol dalam sisi yang positif. Orang tua dan anak bisa mengenal karakter masing-masing, entah itu persamaan ataupun perbedaan yang dimiliki dengan interaksi kedua pihak.

Adanya interaksi dapat membuat keluarga menjadi saling pengertian satu dengan lain mengenai perbedaan yang dimiliki. Bila terjadi sebuah konflik dan atau kesalahpahaman antarpihak, akan mudah terselesaikan dengan cepat dikarenakan terbiasa melakukan diskusi dan interaksi. Kedekatan melalui dialog dapat menghasilkan kondisi keluarga yang kooperatif, terbuka, penuh cinta, dan ramah. Serta mendukung anak-anaknya dalam sisi positif, mengawasi, dan mengontrol dalam sisi yang positif [14].

Berdasarkan hasil wawancara yang telah peneliti lakukan, kebanyakan metode komunikasi orang tua untuk mengatasi kecanduan gawai pada anak yakni melalui berdialog "*Saya nasehatin baik-baik, cara komunikasinya ya dengan saya ajak diskusi atau berdialog face to face. terlalu sering pake handphone juga ga bagus buat kesehatannya, memang anak saya ini contoh tipe anak yang harus diberitahu secara baik – baik, kalau terlalu keras dia akan melawan*" (Ibu Ismail)

3.24 Mematikan Jaringan Internet

Saat ini internet sudah mempengaruhi hampir dalam semua aspek kehidupan manusia. Internet menjadi media komunikasi dan informasi yang cukup populer di kalangan masyarakat, khususnya anak-anak [15].

Anak-anak dan remaja tak dapat dicegah untuk tidak memanfaatkan internet karena memang di era saat ini hampir semua aplikasi di gawai pasti menggunakan jaringan internet atau wifi. Misalnya, instagram, whats app, youtube, twitter, google, shopee dan masih banyak lagi. Bahkan, game saja kini banyak yang harus diakses dengan jaringan internet. Seperti, Mobile Legend, Free Fire, ataupun PUBG.

Berdasarkan data dari hasil wawancara, anak - anak di bawah usia 12 tahun di Desa Damarsi Sidoarjo sudah diberikan gawai dan dilengkapi dengan jaringan internet, baik melalui paket data ataupun wifi rumah. Mereka menggunakan internet untuk bermain game online dan melihat video YouTube, tetapi ada beberapa anak yang memang menggunakan internet untuk keperluan pembelajaran di sekolah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa jaringan internet tidak dapat dipisahkan dari gawai anak. Oleh karena itu, salah satu strategi orang tua untuk mengurangi durasi penggunaan gawai pada anak adalah dengan memutuskan jaringan internet atau wifi di gawai mereka. Apabila tidak ada internet, anak akan menjadi bosan dan malas untuk menggunakan gawai sehingga akan beralih ke aktivitas lain dan akhirnya menyingkirkan gawai dari pandangan mereka.

Hal ini sejalan dengan pernyataan Ibu Ika ketika wawancara "*Kalau memang sudah mentok anak gamau lepas dari *handphone* nya. Cara akhir yang bisa saya lakukan yakni langsung matikan wifi rumah dan otomatis anak akan jadi malas main *handphone* dan akan beralih ke aktivitas lain.*

3.25 Pemberian Motivasi Dengan Menempelkan Batasan Waktu Penggunaan Gawai Melalui Papan Motivasi

Strategi komunikasi selanjutnya adalah memberikan motivasi kepada anak yakni dengan menempelkan batasan waktu penggunaan gawai melalui media papan motivasi yang dipasang di kamar atau meja belajar anak. Kecapaian yang didapat anak seperti prestasi akademik dapat ditentukan oleh faktor motivasi. Apabila anak memiliki dorongan dan keinginan yang kuat untuk belajar maka anak akan berpotensi mencapai prestasi akademik. Oleh karena itu, perlu diperhatikan beberapa komponen pembelajaran seperti guru, siswa, materi pembelajaran, model-model pembelajaran, media pembelajaran, hingga suatu lingkungan.

Media merupakan alat komunikasi yang bertujuan untuk menyampaikan suatu pesan atau informasi kepada siswa dengan tujuan agar dapat merangsang pikiran, minat ataupun perhatian siswa dalam melaksanakan proses pembelajarannya [16]. Maka dari itu, diperlukan media yang tepat untuk meningkatkan motivasi anak agar tidak terlalu sering menggunakan gawai dan dalam konteks pengurangan durasi penggunaan gawai pada anak.

Salah satu strategi komunikasi orang tua dalam hal ini adalah dengan menempelkan motivasi berisi kata-kata penyemangat dan aturan mengenai batasan waktu penggunaan gawai pada anak ini akan mendorong anak untuk semangat melakukan apa yang ditulis dalam papan motivasi tersebut. Contohnya: Jam 18.00 Belajar, Tidak boleh buka Handphone. Jam 20.00-21.00 baru boleh pakai *handphone*. "*Seringkali saya juga menempelkan motivasi dan aturan batasan pada anak dalam bermain gawai di papan motivasi yang telah saya buat. Kemudian papan tersebut juga dihias semenarik mungkin sehingga secara tidak langsung, ketika melihat tulisan tersebut anak akan tergerak hatinya dan termotivasi untuk mengikuti aturan atau batasan yang di tulis di papan tersebut*" Ucap Ibu Rosi.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa strategi komunikasi orang tua untuk pengurangan durasi pemakaian gawai pada anak tidak melulu hanya mengatakan secara langsung dan menasehati saja, melainkan dapat melalui media lain seperti papan motivasi ini.

3.26 Memberikan Alternatif Permainan Lain

Di era teknologi yang semakin maju ini penggunaan gawai semakin banyak dan penggunanya pun tidak hanya dari kalangan orang dewasa, bahkan anak yang masih dini pun sudah menggunakan gawai. sehingga anak sekarang lebih sering menghabiskan waktunya untuk bermain gawai dibandingkan bermain dengan teman-teman sebayanya. tak sedikit pula anak terkena dampak negatif dari gawai ini. Oleh karena itu, orang tua perlu tau alternatif yg bisa membuat anak tersebut berhenti bermain gawai sehingga anak tidak menjadi kecanduan gawai.

Melalui wawancara yang peneliti lakukan, ada beberapa alternatif yang di berikan oleh orang tua kepada anak agar sang anak berhenti bermain gawai. berikut beberapa cara alternatif yg di lakukan para orang tua di desa damarsi:

1. Aktivitas ruangan: yang dimaksud aktivitas ruangan ini bisa dengan cara mengajak anak jalan-jalan dan melihat sesuatu yang disukai. Sebagian orang tua di desa damarsi menuturkan "ya biasanya saya ngajak anak saya jalan-jalan liat ayam sama burung" (ibu rosi) Ada juga yang menuturkan "*Biasanya saya suruh dia main sama teman-temannya biar nggak main handphone terus – terusan*" (Ibu Rina)
2. Berbicara dengan anak: komunikasi orang tua dengan anak adalah hal yang sangat penting, maka dari itu orang tua harus meluangkan sedikit waktu nya untuk berkomunikasi dengan anak. Seperti yang dilakukan ibu Rina kepada anak nya As'ad dan ibu ismail kepada anaknya tasya.

Ibu Rina menuturkan "Biasanya sebelum As'ad pergi tidur saya memberikan pengertian pada As'ad bahwa bermain *handphone* terus itu tidak baik dan bisa mempengaruhi daya fokus nya saat pembelajaran di kelas" Ada juga penuturan dari Ibu Ismail, dia menuturkan "*Biasanya saya ngasih taubaiik-baik ke anak saya kalo main hp terus bisa merusak kesehatan mata*".

5. Kesimpulan

Di era teknologi yang semakin maju ini, penggunaan gawai yang dulunya hanya digunakan orang dewasa saja. Namun sekarang anak-anak yang masih dini pun sudah menggunakan gawai dan tak sedikit anak menjadi kecanduan bermain gawai sehingga membuat mereka tidak lagi bermain dengan teman - teman di sekitarnya. Walaupun mereka pergi bermain keluar rumah tetap saja ujungnya akan tetap bermain gawai bersama teman sebayanya, seakan- akan mereka tidak bisa lepas dari gawai.

Berdasarkan data wawancara yang telah peneliti lakukan, diketahui bahwa anak-anak di Desa Damarsi banyak yang telah menggunakan gawai di atas rata-rata dan cukup tinggi. Kurang lebih 3-6 jam telah dihabiskan oleh anak – anak di bawah usia 12 tahun untuk bermain gawai. Penggunaan gawai yang

berlebihan dapat mengganggu kesehatan anak baik secara fisik maupun mental. Apabila terus menerus dibiarkan hal ini akan mempengaruhi kesehatan mata pada anak bahkan bisa mempengaruhi perkembangan anak, misalnya anak yang seharusnya dapat berkomunikasi menjadi lambat dalam berkomunikasi. seperti yang dialami Nabila. keterlambatan bicara yang dialami Nabila itu di sebabkan karna penggunaan gawai yang berlebihan sehingga Nabila menjadi terlambat bicara.

Orang tua sebagai institusi atau ruang lingkup paling awal untuk anak sehingga dalam hal ini mereka sangat berperan terhadap komunikasi untuk pengurangan durasi pemakaian gawai pada anak. Oleh karena itu, diperlukan Strategi komunikasi tepat yang harus orang tua lakukan dan terapkan. Dari data wawancara yang telah dilakukan, Orang tua di Desa Damarsi melakukan berbagai macam strategi mulai dari pendampingan, menasihati dan memberikan motivasi, membacakan dongeng ketika malam hari, berkomunikasi melalui dialog saat anak sedang makan, mematikan jaringan internet, memberikan motivasi dengan menempelkan batasan waktu penggunaan gawai, dan memberikan alternatif permainan selain menggunakan gawai.

Intinya sebisa mungkin orang tua akan berusaha untuk mengalihkan aktivitas anak – anak dari yang semula bermain gawai terus-terusan, kini menjadi lebih banyak berkomunikasi dan bersosialisasi dengan keluarga ataupun lingkungan sekitar. Mengingat banyaknya dampak buruk yang akan terjadi apabila penggunaan gawai tidak digunakan secara tidak semestinya.

Daftar Pustaka

- [1] S. A. d. H. D. Nugraha, "PERKEMBANGAN MEDIA INFORMASI DAN TEKNOLOGI," *"Prosiding In International Conference On Indonesian Studies" Ethnicity And Globalization*, pp.362-271, 2013.
- [2] L. Syifa, "Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Psikologi pada Anak Sekolah Dasar," *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, vol. 3, no. 4, pp. 527-533, 2019.
- [3] D. Yuniarni, "Pengembangan Buku Saku Panduan Penggunaan Gadget untuk Optimalisasi Perkembangan Anak Usia," *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, vol. 7, no. 3, pp.2820-2828, 2023.
- [4] H. Alifiani, "Analisis Penggunaan Gadget Terhadap Pola Komunikasi Keluarga," *Falatehan HealthJournal*, vol. 6, no. 2, pp. 51-55, 2019.
- [5] E. J. Rumengan Christina Eklesia, "PERAN KOMUNIKASI ORANG TUA DALAM MENCEGAH KECANDUAN GADGET PADA ANAK USIA DINI DI KELURAHAN KAROMBASAN UTARA," *ejournal.unsrat.ac.id*, vol. 2, no. 3, 2020.
- [6] M. d. M. Sari, " Dampak Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Dini (Studi Kasus Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Dini Desa Panggoi Muara Dua Kota Lhokseumawe)," *Jurnal Saree*, pp. 100-116, 2019.
- [7] S. A. Santoso, "Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Masa Pandemi Covid-19," *Jurnal Annaba'STIT Muhammadiyah Paciran*, vol. 8, no. 2, 2022.
- [8] M. J. Komunikasi, "Pendekatan Fenomenologi: Pengantar Praktik Penelitian dalam Ilmu Sosial dan Komunikasi," *Mediator: Jurnal Komunikasi*, vol. 9, no. 1, pp. 163-180, 2008.
- [9] A. P. Lestari, "Apa Sih yang Dimaksud dengan Komunikasi?," *Media Indonesia*, 2021.
- [10] I. Nurhidayah, "PERAN ORANGTUA DALAM PENCEGAHAN TERHADAP KEJADIAN ADIKSI GADGET PADA ANAK: LITERATUR REVIEW," *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, vol.4, no. 1, pp. 129-140, 2021.
- [11] S. C. C. d. Harun, "Mitigasi Resiko Gadget melalui Pendampingan orang," *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, vol. 6, no. 4, pp. 2483-2494, 2022.
- [12] N. Novitasari, "STRATEGI PENDAMPINGAN ORANG TUA TERHADAP INTENSITAS PENGGUNAAN GADGET PADA ANAK," *AL HIKMAH: INDONESIAN JOURNAL OF EARLY CHILDHOOD ISLAMIC EDUCATION*, vol. 3, no. 2, pp. 167-188, 2019.
- [13] N. P. C. P. Dewi, "MEMBENTUK KARAKTER ANAK MELALUI HABITUASI DONGENG PADA PEMBELAJARAN DI SEKOLAH DASAR," *JURNAL ILMIAH BAHASA DAN SASTRA*, vol. 8, no. 2, pp. 68-77, 2021.
- [14] A. N. H. d. Y. Luqman, "POLA KOMUNIKASI ORANGTUA DAN ANAK DALAM MENGAWASI ANAK MENGGUNAKAN GADGET," *Interaksi Online*, vol. 10, no. 3, pp. 46-55, 2022.

- [15]S. C. d. E. O. M. Anwas, "Peran Orang Tua dan Guru dalam Membangun Internet sebagai SumberPembelajaran," *JURNAL PENYULUHAN*, vol. 14, no. 1, pp. 33-42, 2018.
- [16]Istiqomah, "Pengembangan Media Papan Laci Pintar Untuk Kemampuan Berhitung Kelompok B Usia 5-6 Tahun Tk Miftahul Khoir 1 Purwosari Pasuruan," *Prosiding Seminar Nasional Fakultas Ilmu Pendidikan*, vol. 3, pp. 919-929, 2019.
- [17]P. P. U. P. Nuryana A, "Pengantar Metode Penelitian Kepada Suatu Pengertian Yang Mendalam Mengenai Konsep Fenomenologi," *ENSAINS JOURNAL*, vol. 2, no. 1, 2019.
- [18]Yulianti, "Studi Kasus Dampak Pengaruh Gadget Terhadap Komunikasi Dalam Keluarga," *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, vol. 9, no. 1, pp. 41-50, 2023.