

Menjalin Koneksi Keluarga: Upaya Mencegah Penyalahgunaan Gadget Pada Remaja Melalui Komunikasi Yang Berkualitas di SMA Insan Madani Boarding School

Hera Wahyuni^{1*}, Siti Nahdhiatus Soleha², Dwi Maryani³, Rani Mahardika⁴, Pitria⁵, Setiani Nurhayati⁶, Khadijah Ainul Mutmainah⁷, Elia Arda Leva⁸

¹⁻⁸Universitas Jambi, Indonesia

Article Info: Accepted: 7 Juni 2024; Approve: 15 Juni 2024; Published: 30 Juni 2024

Abstrak: Kemajuan teknologi informasi dan komunikasi telah membawa dampak signifikan bagi kehidupan remaja, termasuk dalam penggunaan gadget. Meskipun gadget memberikan manfaat dalam hal akses informasi dan komunikasi, namun penyalahgunaannya dapat menimbulkan berbagai masalah seperti kecanduan bermain gadget, gangguan tidur, penurunan prestasi akademik, dan risiko kesehatan mental. Upaya untuk pencegahan penyalahgunaan gadget pada remaja menjadi sangat penting untuk dilakukan melalui komunikasi yang berkualitas antara remaja, orang tua, dan pihak sekolah. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi remaja tentang bahaya penyalahgunaan gadget dan meningkatkan komunikasi dalam keluarga dengan memberikan materi, berdiskusi, dan adanya reward. Hal ini diperlukannya kerjasama antara sekolah dan orang tua dalam mengawasi penggunaan gadget pada anak, seperti program parenting di sekolah dan pengawasan orang tua di rumah. Guru dan konselor berperan penting dalam membangun komunikasi terbuka dengan siswa melalui kegiatan konseling, sharing session, dan ekstrakurikuler.

Kata Kunci: Penyalahgunaan Gadget; Remaja; Komunikasi Keluarga.

Abstract: Advances in information and communication technology have had a significant impact on teenagers' lives, including the use of gadgets. Even though gadgets provide benefits in terms of access to information and communication, their misuse can cause various problems such as addiction to playing gadgets, sleep disorders, decreased academic performance, and mental health risks. It is very important to prevent gadget misuse among teenagers through quality communication between teenagers, parents and the school. This community service activity aims to educate teenagers about the dangers of misuse of gadgets and improve communication within the family by providing materials, discussions and rewards. This requires cooperation between schools and parents in monitoring children's use of gadgets, such as parenting programs at school and parental supervision at home. Teachers and counselors play an important role in building open communication with students through counseling, sharing sessions and extracurricular activities.

Keywords: Gadget Abuse; Teenagers; Family Communication.

Correspondence Author: Hera Wahyuni

Email: herawahyuni@unja.ac.id

This is an open access article under the [CC BY SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang pesat telah membawa dampak signifikan dalam kehidupan manusia, termasuk remaja. Gadget, seperti smartphone, tablet, dan laptop, menjadi alat yang tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari. Meskipun gadget memiliki manfaat positif, seperti akses informasi dan komunikasi yang lebih mudah, namun

penggunaannya yang berlebihan dapat menyebabkan kecanduan dan berdampak negatif pada kesehatan mental, fisik, dan hubungan sosial remaja.

Berdasarkan studi yang dilakukan oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pada tahun 2020 menunjukkan bahwa sekitar 79,5% anak-anak di Indonesia menggunakan gadget lebih dari 8 jam sehari selama pandemi COVID-19. Hal ini mengkhawatirkan karena penggunaan gadget yang berlebihan dapat memberikan dampak negatif pada kesehatan fisik, mental, dan perkembangan sosial remaja.

Kecanduan gadget pada remaja menjadi perhatian serius mengingat masa remaja merupakan fase perkembangan yang kritis dalam pembentukan identitas, pola pikir, dan perilaku. Penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengganggu perkembangan sosial, emosional, dan akademis remaja (Pratama et al., 2023). Mereka cenderung menghabiskan waktu berjam-jam di depan layar gadget, baik untuk bermain game, mengakses media sosial, menonton video, atau aktivitas lainnya, sehingga mengurangi waktu untuk berinteraksi secara langsung dengan teman sebaya atau anggota keluarga.

Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Hidayati et al., (2019) menunjukkan bahwa penyalahgunaan gadget dapat menyebabkan kecanduan, menurunkan prestasi akademik, dan mengganggu interaksi sosial remaja. Selain itu, studi yang dilakukan oleh Putri, dkk(2022) juga menemukan bahwa penyalahgunaan gadget dapat berdampak pada kesehatan mental remaja, seperti depresi, kecemasan, dan masalah perilaku. Selain itu penyalahgunaan gadget dapat berdampak pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak, seperti obesitas, gangguan tidur, dan masalah penglihatan (Suciartini et al., 2021).

Sementara itu, pada interaksi sosial dampaknya yaitu kurangnya rasa saling memahami, renggang hubungan antar anggota keluarga, serta hilangnya nilai-nilai kebersamaan dan kekeluargaan. Padahal, komunikasi yang baik dalam keluarga sangat penting untuk membangun ikatan emosional yang kuat, saling menghargai, dan menciptakan lingkungan yang harmonis. Begitupun di dalam keluarga ketika komunikasi orang tua dengan anak baik maka hubungannya baik juga. Komunikasi bermakna buat orang tua agar bisa menyampaikan pesan secara sadar kepada anak untuk meyakinkan pesan, memengaruhi dan serta mengontrol sikap dan perilaku anak agar tetap sesuai kehendak orang tua.

Kecanduan gadget menyebabkan dampak negatif yang signifikan pada komunikasi keluarga. Salah satu dampak yang paling terlihat adalah pengurangan intensitas komunikasi langsung antara orang tua dan anak, serta pengurangan interaksi dengan lingkungan luar. Kecanduan gadget dapat menyebabkan orang-orang menjadi lebih sering berinteraksi dengan gadget daripada dengan orang lain, termasuk anggota keluarga (Fitriana et al., 2021). Hal ini

dapat mengurangi kemampuan orang-orang untuk berkomunikasi secara efektif dan mempengaruhi kualitas hubungan dalam keluarga.

Menurut Djamarah dalam (Sari et al., 2020) Orang tua memiliki peran penting untuk menerapkan komunikasi yang baik, sikap antisipasif orang tua terhadap anak ini penting dilakukan secara terus menerus, terutama untuk mengantisipasi kebiasaan negatif anak. Keterkaitan diantara keduanya tidak dapat dipisahkan secara mutlak, karena bersifat alami tidak mungkin seorang anak dapat dipisahkan sama sekali dari lingkungan keluarganya dan terbebas sama sekali dari pengaruh lingkungan sekitarnya (Gunawan dalam Sari et al., (2020).

Dengan komunikasi yang berkualitas, orang tua dapat membantu remaja memahami dampak positif dan negatif penggunaan gadget, serta mendorong mereka untuk menggunakan gadget secara bertanggung jawab. Selain itu, orang tua juga dapat menjadi teladan dalam penggunaan gadget yang sehat dan proporsional. Upaya untuk mencegah penyalahgunaan gadget pada remaja melalui komunikasi yang berkualitas sangat penting untuk memastikan perkembangan remaja yang sehat dan optimal. Dengan demikian, remaja dapat memanfaatkan teknologi secara positif tanpa mengorbankan aspek-aspek penting lainnya dalam kehidupan mereka, seperti interaksi sosial, prestasi akademik, dan kesehatan fisik serta mental.

Kajian Teori

1. Penyalahgunaan Gadget

Penyalahgunaan gadget merujuk pada penggunaan perangkat elektronik seperti smartphone, tablet, dan komputer secara berlebihan atau tidak tepat sehingga berdampak negatif pada kesehatan fisik, mental, dan sosial individu. Penyalahgunaan gadget dapat menyebabkan berbagai masalah, termasuk gangguan tidur, penurunan konsentrasi, dan kecanduan. Dampak sosialnya juga signifikan, karena dapat mengurangi interaksi langsung dan memperburuk hubungan interpersonal. Fenomena ini semakin mengkhawatirkan karena gadget telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, terutama di kalangan remaja (Amri & Rusman, 2023).

2. Remaja

Remaja adalah kelompok usia yang berada dalam tahap transisi dari masa kanak-kanak ke dewasa, biasanya antara usia 12 hingga 18 tahun. Masa remaja ditandai dengan perkembangan fisik, emosional, dan sosial yang cepat. Remaja sering kali mencari identitas diri, kemandirian, dan mengalami perubahan dalam hubungan sosial dan keluarga. Mereka rentan terhadap pengaruh eksternal, termasuk media dan teknologi, yang dapat mempengaruhi perilaku dan perkembangan mereka. Dalam konteks penggunaan gadget, remaja cenderung menghabiskan

banyak waktu dengan perangkat mereka, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental dan hubungan sosial mereka (Hastuti et al., 2021).

3. Komunikasi Keluarga

Komunikasi keluarga merujuk pada proses pertukaran informasi, ide, dan perasaan antara anggota keluarga. Komunikasi yang efektif dalam keluarga penting untuk membangun hubungan yang sehat, mendukung perkembangan emosional, dan menciptakan lingkungan yang harmonis. Keluarga yang berkomunikasi dengan baik cenderung lebih mampu mengatasi konflik, memberikan dukungan, dan memenuhi kebutuhan emosional anggotanya. Dalam era digital, tantangan baru muncul ketika penggunaan gadget yang berlebihan oleh anggota keluarga, terutama remaja, dapat mengurangi kualitas komunikasi langsung dan menghambat interaksi interpersonal yang sehat (Prasanti, 2016).

Metode

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui sosialisasi dalam bentuk psikoedukasi tentang upaya mencegah penyalahgunaan gadget pada remaja di SMA Insan Madani Boarding School siswi kelas X dan kelas XI. Tujuan sosialisasi ini adalah untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman sekaligus sebagai upaya pencegahan kepada remaja terkait penyalahgunaan gadget yang dapat menyebabkan masalah komunikasi di dalam keluarga. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah ceramah, diskusi, ice breaking dan tanya jawab. Media yang digunakan adalah poster dan *Power Point (PPT)*.

Hasil Dan Pembahasan

1. Hasil

Di era kemajuan teknologi saat ini, generasi Z menghadapi tantangan karena mereka sedang berada di tahap perkembangan remaja. Hal ini mendorong keinginan untuk menjalin relasi sosial atau kebutuhan afiliasi dengan cara memanfaatkan teknologi berupa gadget (Wibowo et al., 2023). Gadget adalah media yang di pakai sebagai alat komunikasi modern (Putri, 2021). *Gadget* atau gawai adalah teknologi baru dimana setiap orang bisa selangkah lebih maju dari kemarin. Bagaimanapun juga, *gadget* diperlukan, mempermudah kehidupan dan berpengaruh positif maupun negatif untuk umat manusia.

Terdapat dampak negatif penggunaan gadget seperti radiasi dalam gadget dapat merusak jaringan syaraf dan otak anak apabila sering menggunakan gadget. Selain itu, menurut (Sanniyah, dkk. 2021) 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. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widya (2020) menunjukkan anak menjadi kurang

interaktif dan lebih suka sendiri dengan bersama gadgetnya, sehingga menimbulkan sikap individualis pada anak dan kurangnya sikap peduli terhadap sesama baik terhadap teman, maupun orang lain.

Kurangnya bersosialisasi menjadi salah satu tantangan yang akan dihadapi oleh remaja dan keluarga, jikalau remaja tersebut menjadi candu dan ketergantungan terhadap gedit, serta tidak memperhatikan lingkungan sekitarnya. Selain itu kecanduan gedit juga berdampak pada perkembangan remaja, yaitu emosi dan perilakunya (Pratiwi & Malawa, 2021). Menghilangkan ketertarikan pada aktivitas bermain atau melakukan kegiatan lain dapat membuat remaja lebih bersifat individualis atau menyendiri. Banyak dari remaja yang diakhir pekannya dihabiskan untuk bermain gedit, ketimbang bermain atau bercengkrama dengan saudara-saudara dan bahkan kedua orangtuanya. Hal ini berdampak pada menurunnya daya konsentrasi dan meningkatkan ketergantungan remaja untuk dapat mengerjakan berbagai hal yang semestinya dapat mereka lakukan sendiri. (Mau & Gabriela, 2021)

Komunikasi yang berkualitas dalam keluarga memainkan peran penting dalam mencegah penyalahgunaan gadget pada remaja. Ketika orang tua dan anak-anak dapat berkomunikasi secara terbuka, saling menghargai, dan saling mendukung, mereka dapat membangun hubungan yang erat dan penuh kepercayaan. Hal ini memungkinkan orang tua untuk memahami kebutuhan dan minat remaja, serta memberikan arahan dan bimbingan yang tepat dalam penggunaan gadget secara bertanggung jawab (Rachmawati et al., 2019).

Keterlibatan aktif orang tua dalam kehidupan remaja sangat penting. Orang tua dapat mengatur waktu berkualitas bersama anak-anak, seperti makan bersama, berolahraga, atau melakukan kegiatan rekreasi. Kegiatan ini dapat memperkuat ikatan keluarga dan memberikan kesempatan bagi orang tua untuk memantau penggunaan gadget pada remaja serta memberikan arahan yang diperlukan (Nurrachmawati et al., 2021)

Pentingnya kegiatan pengabdian ini dilakukan adalah supaya remaja memiliki bekal dalam memanfaatkan teknologi berupa gadget dengan baik sehingga remaja tidak melakukan penyalahgunaan terhadap gadget. Edukasi diberikan kepada remaja agar mereka mengetahui dampak penyalahgunaan gadget, salah satunya dampak buruk pada komunikasi yang efektif didalam keluarga.



Gambar 1. Pembukaan



Gambar 2. Ice Breaking

Acara dimulai dengan pembukaan yang bertujuan untuk menciptakan suasana akrab dan menjalin hubungan baik antara Tim Pengabdian Masyarakat dengan para siswi. Tahap awal dimulai dengan sapaan

kepada siswi, memperkenalkan anggota tim, serta menyampaikan tujuan kegiatan yang dipandu oleh pembawa acara dengan gaya santai. Dalam hal ini, siswi terlihat antusias dan menyambut kedatangan tim dengan hangat. Setelah perkenalan Tim Pengabdian Masyarakat dengan cara yang unik, tim melanjutkan pada tahap selanjutnya yaitu tahap inti. Pada tahap inti ini, peserta akan diberikan materi oleh Tim Pengabdian Masyarakat.

Sebelum masuk ke tahap inti, pemateri memberikan games berupa teka-teki yang telah disediakan di *Power Poin (PPT)* dengan tujuan agar peserta siap menerima materi yang diberikan dan tidak terlalu tegang. Pada tahap inti ini, materi yang diberikan sesuai dengan tema sosialisasi yaitu tentang upaya mencegah penyalahgunaan gadget pada remaja. Materi yang disampaikan adalah terkait definisi gadget, gejala seseorang yang kecanduan gadget, faktor yang menyebabkan seseorang kecanduan gadget, serta dampak kecanduan gadget yang dikaitkan dengan komunikasi yang efektif di dalam keluarga. Selain itu juga disampaikan bagaimana cara meningkatkan interaksi pada remaja agar terciptanya hubungan yang harmonis di dalam keluarga sehingga remaja dapat menggunakan gadget sesuai dengan situasi dan kondisi sekitarnya.



Gambar 3. Membagi Poster



Gambar 4. Memberikan Materi



Gambar 5. Poster



Gambar 6. Poster

Selain menggunakan media berupa *Power Poin (PPT)* dalam memberikan materi, tim juga memberikan brosur tentang stop kecanduan gadget. Brosur ini didesain semenarik mungkin dengan icon atau gambar yang kekinian, dengan tujuannya siswi dapat dengan mudah memahami isi atau pesan yang ada dalam brosur tersebut. Brosur dibagikan kepada siswi secara merata, mereka dapat memahami dengan baik. Hal ini terbukti adanya pertanyaan seputar materi yang ada di brosur, dan siswi dapat menjawab pertanyaannya.

Setelah memberikan materi, tahap selanjutnya yaitu sesi diskusi. Namun sebelum itu, tim kembali memberikan *ice breaking* kepada siswi agar tidak monoton dan mengantuk. *Ice breaking* ini berupa tebak-tebakan nama kota melalui ilustrasi gambar. Hal tersebut dapat mencairkan suasana sehingga siswi kembali bersemangat.



Gambar 7. Teka-Teki



Gambar 8. Jawaban Teka-Teki

Selanjutnya, tim pengabdian mengajak peserta untuk berdiskusi mengenai materi yang telah dibahas oleh pemateri. Siswi diajak untuk berpikir secara luas dalam memandang dampak dari kecanduan gadget yang sedang marak terjadi pada remaja. Siswi mampu untuk berpikir kritis dalam menyampaikan pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan pemateri. Salah satu pertanyaan dari siswi yaitu “Bagaimana cara agar menghindari kecanduan gadget serta berapa lamakah waktu yang baik untuk bermain gadget?”. Pertanyaan tersebut dijawab dengan tuntas oleh pemateri dengan bahasa yang ringan serta contoh yang relevan dalam kehidupan nyata agar mudah dipahami dengan baik oleh siswa.



Gambar 9. Sesi Tanya Jawab

Gambar 10. Sesi Diskusi

Setelah sesi diskusi yakni membagikan reward atau hadiah kepada siswa yang sudah berani bertanya, mengemukakan ide serta pendapat. Selain itu, pembagian reward juga diberikan kepada semua siswa yang sudah bersedia berkumpul untuk melaksanakan kegiatan sosialisasi tentang upaya mencegah penyalahgunaan gadget pada remaja oleh Tim Pengabdian Masyarakat.



Gambar 11. Foto Bersama



Gambar 12. Foto Bersama

Acara terakhir dari kegiatan pengabdian kepada sekolah yaitu sesi dokumentasi, yaitu photo bersama para siswi serta perwakilan guru yang mendampingi acara sosialisasi ini dari mulai sampai selesai. setelah acara berakhir tim pengabdian kembali memberikan ruangan dari sampah dan sebagainya.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perkembangan teknologi yang pesat telah membawa dampak signifikan bagi kehidupan remaja saat ini, termasuk dalam hal penggunaan gadget. Meskipun gadget dapat memberikan manfaat dalam hal akses informasi dan komunikasi, namun penyalahgunaannya dapat menimbulkan berbagai masalah, seperti kecanduan, gangguan tidur, penurunan prestasi akademik, dan bahkan risiko kesehatan mental. Oleh karena itu, upaya untuk mencegah penyalahgunaan gadget pada remaja menjadi sangat penting untuk dilakukan.

Salah satu pendekatan yang efektif adalah melalui komunikasi yang berkualitas antara remaja, orang tua maupun pihak sekolah. Dengan demikian, pihak sekolah juga harus aktif melibatkan orang tua dalam proses pendidikan anak-anak mereka. Melalui program parenting dan komunikasi rutin dengan orang tua, peneliti memberikan edukasi tentang dampak negatif penyalahgunaan gadget dan cara-cara berkomunikasi yang efektif dengan anak remaja. Dengan begitu, orang tua dapat berperan aktif dalam mengawasi dan membimbing penggunaan gadget anak di rumah.

Dalam lingkungan sekolah, para guru dan konselor berperan penting dalam membangun komunikasi yang terbuka dan saling percaya dengan siswa. Kegiatan bimbingan konseling, *sharing session*, dan ekstrakurikuler dirancang untuk memfasilitasi komunikasi tersebut, sehingga siswa merasa nyaman untuk berbagi masalah dan mendapatkan dukungan yang dibutuhkan.

2. Pembahasan

Penelitian ini menyoroti bahwa penggunaan gadget pada remaja Generasi Z tidak hanya memberikan manfaat positif seperti kemudahan dalam komunikasi dan akses informasi, tetapi juga membawa dampak negatif yang signifikan. Salah satu dampak negatif yang signifikan adalah potensi radiasi gadget yang dapat merusak jaringan saraf dan otak remaja jika digunakan secara berlebihan (Putri, 2021). Studi lain menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengurangi kemampuan remaja untuk berinteraksi langsung dengan orang lain, yang berpotensi membuat mereka lebih individualistis dan kurang peduli terhadap lingkungan sekitar (Sanniyah et al., 2021; Widya, 2020).

Kurangnya interaksi sosial yang sehat merupakan tantangan utama yang dihadapi remaja dan keluarga mereka dalam konteks penggunaan gadget. Remaja yang kecanduan gadget cenderung mengalami penurunan dalam kemampuan berinteraksi secara langsung dengan keluarga dan teman-teman, yang berdampak negatif pada perkembangan emosional dan perilaku mereka (Pratiwi & Malawa, 2021). Hal ini juga dapat mengurangi minat remaja dalam aktivitas lain di luar gadget, sehingga mereka lebih suka menyendiri dan kurang responsif terhadap lingkungan sekitar (Mau & Gabriela, 2021).

Komunikasi yang berkualitas antara orang tua dan remaja memainkan peran penting dalam mencegah penyalahgunaan gadget. Melalui komunikasi terbuka, saling menghargai, dan memberikan dukungan, orang tua dapat memahami kebutuhan serta minat anak-anak mereka terkait penggunaan gadget (Rachmawati et al., 2019). Dengan demikian, orang tua dapat memberikan arahan yang tepat agar remaja dapat menggunakan gadget secara bertanggung jawab.

Sekolah juga memiliki peran strategis dalam mendukung upaya pencegahan penyalahgunaan gadget. Melalui program parenting dan komunikasi rutin dengan orang tua, sekolah dapat memberikan edukasi tentang dampak negatif dari penggunaan gadget yang berlebihan. Selain itu, kegiatan bimbingan konseling dan ekstrakurikuler dirancang untuk memfasilitasi komunikasi terbuka antara guru, konselor, dan siswa, sehingga siswa merasa nyaman untuk berbagi masalah dan mendapatkan dukungan yang diperlukan (Nurrachmawati et al., 2021). Dengan pendekatan holistik ini, diharapkan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung penggunaan gadget yang sehat dan bertanggung jawab bagi remaja Generasi Z.

Kesimpulan

Perkembangan teknologi memang membawa dampak signifikan bagi kehidupan remaja, termasuk dalam hal penggunaan gadget. Oleh karena itu, upaya untuk mencegah penyalahgunaan

gadget pada remaja menjadi sangat penting untuk dilakukan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi remaja tentang bahaya penyalahgunaan gadget dan meningkatkan komunikasi keluarga. Materi tentang dampak negatif gadget dan cara komunikasi efektif disampaikan. Diskusi dan reward diadakan untuk meningkatkan partisipasi. Diperlukan kerjasama sekolah dan orang tua dalam mengawasi penggunaan gadget anak. Sekolah dapat mengadakan program parenting, sedangkan orang tua dapat mengawasi anak di rumah. Guru dan konselor di sekolah berperan penting dalam membangun komunikasi terbuka dengan siswa melalui kegiatan konseling, sharing session, dan ekstrakurikuler.

Referensi

- Amri, Y., & Rusman, A. A. (2023). Upaya Mengatasi Penyalahgunaan Gadget Dalam Proses Belajar Mengajar. *Munaddhomah: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4(1), 132–143.
- Fitriana, F., Ahmad, A., & Fitria, F. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Remaja Dalam Keluarga. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 5(2), 182. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i2.7898>
- Hastuti, R., Soetikno, N., & Heng, P. H. (2021). *Remaja Sejahtera Remaja Nasionalis*. Penerbit Andi.
- Hidayati, L., Hendrastuti, T. R., & Salawati, T. (2019). Pengaruh Penyalahgunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 192-202
- Karim, D. (2015). *Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kualitas hidup lansia di panti sosial tresna werdha* [PhD Thesis, Riau University].
- KPAI. (2020). Survei KPAI: 79,5% Anak di Indonesia Menggunakan Gadget Lebih dari 8 Jam Sehari.
- Lase, N. P., & Souisa, D. L. R. (2021). Peran keluarga bagi orang usia lanjut. *SUNDERMANN: Jurnal Ilmiah Teologi, Pendidikan, Sains, Humaniora Dan Kebudayaan*, 14(2), 87–96.
- Mau, B., & Gabriela, J. (2021). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Perilaku Anak Remaja Masa Kini. *Excelsis Deo: Jurnal Teologi, Misiologi, Dan Pendidikan*, 5(1), 99-110. <https://doi.org/10.51730/ed.v5i1.70>
- Nurrachmawati, A. (2021). Pola komunikasi keluarga dalam membatasi penggunaan gadget pada anak. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 11(1), 1-16. <https://doi.org/10.24002/jik.v11i1.4126>
- Prasanti, D. (2016). Perubahan media komunikasi dalam pola komunikasi keluarga di era digital. *Jurnal Commed*, 1(1).

- Pratama, A., Isnaini, M., Dzakiyah, A., & Nurkiman, R. (2023). *Sosialisasi Bahaya Kecanduan Gadget Sebagai Bentuk Pemberdayaan Siswa Dalam Membangun Generasi Digital Yang Sehat di SDN Karya Utama*. 3(7), 344–351.
- Pratiwi, R. G., & Malwa, R. U. (2021). Faktor yang mempengaruhi kecanduan gadget terhadap perilaku remaja. *Jurnal Ilmiah PSYCHE*, 5(2).
- Putri, L. D. (2021). Waspada dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial anak usia dini. *Jendela PLS: Jurnal Cendekiawan Ilmiah Pendidikan Luar Sekolah*, 6(1), 58-66.
- Putri, S. D., Nurwati, N., & Budiarti, M. (2022). Dampak Penyalahgunaan Gadget terhadap Kesehatan Mental Remaja di Indonesia. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(1), 425-434
- Rachmawati, D., & Masbow, S. (2019). Komunikasi keluarga dalam menghadapi penggunaan gadget pada anak. *Jurnal Perspektif Komunikasi*, 3(1), 31-40. <https://doi.org/10.35341/perspektif.v3i1.556>
- Saniyyah, L., Setiawan, D., & Ismaya, E. A. (2021). Dampak penggunaan gadget terhadap perilaku sosial anak di desa jekulo kodus. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 2132-2140.
- Sari, I. P., Wardhani, R. W. K., & Amal, A. S. (2020). Peran Orang Tua Mencegah Dampak Negatif Gadget Melalui Pendekatan Komunikasi dan Psikologi. *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(2), 267–289. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i2.267-289>
- Suciartini, N. N. A., Suardika, I. K., & Nitiasih, P. K. (2021). Penyalahgunaan Gadget dan Dampak Terhadap Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 394-404.
- Triono, T. A., & Sangaji, R. C. (2023). Faktor mempengaruhi tingkat kemiskinan di Indonesia: Studi literatur laporan data kemiskinan BPS Tahun 2022. *Journal of Society Bridge*, 1(1), 59–67.
- Terhadap Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 394-404.
- Wibowo, D. H., Satyo Yuwono, E., & Kurniawan, Z. I. (2023). Gadget RAMA (Ramah Anak): Optimalisasi Penggunaan dan Upaya Mencegah Kecanduan Gadget di Panti Pelayanan Sosial Salatiga. *Magistrorum et*
- Widya, R. (2020). Dampak Negatif Kecanduan Gadget terhadap perilaku anak usia dini dan penanganannya di PAUD Ummul Habibah. *Jurnal Abdi Ilmu*, 13(1), 29-34.