



**JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**  
<http://ojs.uninus.ac.id/index.php/JPKM>  
DOI: <https://doi.org/10.30999/jpkm.v13i3.2918>



## **PELATIHAN POLA KOMUNIKASI ORANGTUA DAN ANAK DALAM MENCEGAH KECANDUAN GADGET PADA ANGGOTA KOMUNITAS AWABE**

**Titih Nurhaipah<sup>a</sup>, Nurfitriana Novitasari Iskandar<sup>b</sup>, Dian Nurhidayah<sup>c</sup>, Dewi Chintya<sup>d</sup>**

<sup>a,b,c,d</sup>Prodi Ilmu Komunikasi, FISIP Universitas Majalengka, Majalengka, Jawa Barat  
email: [haititih@unma.ac.id](mailto:haititih@unma.ac.id)

---

Naskah diterima; Oktober 2023; direvisi Oktober, disetujui November 2023; publikasi online November 2023

---

### **Abstrak**

Komunikasi keluarga harus berlangsung dengan efektif agar menciptakan nuansa pendidikan yang baik. Dalam hal ini orang tua (Ibu) menjadi agen komunikator bagi anaknya agar mau belajar dan meminimalisir adiksi gawai pada anak. Tahapan kegiatan ini terdiri dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi. Pelaksanaan berupa pelatihan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi dalam penyampaian materi. Penelitian ini menyadari kompleksitas masalah dan mengakui bahwa pembelajaran yang mendalam dan efektif membutuhkan waktu yang cukup. Oleh karena itu, serangkaian pertemuan yang terencana dengan baik diselenggarakan untuk memfasilitasi pemahaman konsep, penerapan keterampilan, dan interaksi antara peserta pelatihan. Hasil post-test menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan ini berhasil memberikan pengetahuan dasar tentang komunikasi dalam keluarga. Pengetahuan ini diharapkan dapat diimplementasikan oleh para orang tua dalam kehidupan sehari-hari di rumah. Selanjutnya, kegiatan serupa direncanakan untuk dilaksanakan secara rutin guna memberikan dampak pengetahuan yang lebih aplikatif bagi orang tua di lingkungan komunitas Awabe, serta untuk menjalankan program berkelanjutan.

**Kata kunci:** Kecanduan gadget, Komunikasi keluarga, Orangtua

### **Abstract**

*Family communication must take place effectively to create a conducive educational environment. In this regard, parents (mothers) become communication agents for their children, encouraging them to learn and minimizing gadget addiction in children. The stages of this activity consist of preparation, implementation, and evaluation. The implementation involves training using lecture and discussion methods to deliver the materials. This research acknowledges the complexity of the issue and recognizes that in-depth and effective learning require sufficient time. Therefore, a well-planned series of meetings is organized to facilitate understanding of concepts, skill application, and interaction among training participants. The post-test results show that this training activity successfully provides basic knowledge about family communication. This knowledge is expected to be implemented by parents in their daily lives at home. Furthermore, similar activities are planned to be conducted regularly to provide more applicable knowledge for parents in the Awabe community and to support ongoing programs.*

**Keywords:** Family communication, Gadget addiction, Parents

### **A. PENDAHULUAN**

Keberadaan teknologi pada kehidupan manusia memang menciptakan banyak pengaruh, baik positif maupun negatif. Banyak pakar keilmuan memperhatikan pengaruh teknologi

dalam kehidupan manusia. Marshall McLuhan, misalnya, dalam bukunya *Understanding Media* menyatakan bahwa teknologi media telah membawa revolusi dalam masyarakat karena masyarakat sangat bergantung pada teknologi

dan tatanan masyarakat terbentuk berdasarkan kemampuan masyarakat untuk menggunakan teknologi (Morison, 2013).

Smartphone, handphone, atau gadget ini adalah kemajuan teknologi terbaru yang memungkinkan orang berkomunikasi secara jarak jauh. Selain itu, Anda memiliki kemampuan untuk mengakses dan mengoperasikan aplikasi yang menarik, seperti game, media sosial, dan lainnya. Dengan demikian, kemajuan teknologi memiliki dampak yang signifikan terhadap masyarakat. Sisi positifnya adalah masyarakat dapat dengan cepat mendapatkan informasi terbaru dari berbagai bidang. Sisi negatifnya adalah bahwa sebagian besar informasi yang disajikan tidak sesuai dengan prinsip dan kebiasaan budaya kita (Okina, 2020).

Pengguna gawai saat ini bukan hanya orang dewasa yang tahu efek positif dan negatifnya. Namun, anak-anak usia dini juga menggunakan gawai. Perlu diketahui bahwa masa perkembangan anak yang sangat sensitif adalah dari usia 1 hingga 5 tahun. Usia ini juga dikenal sebagai masa anak usia dini dan juga disebut sebagai masa emas. Pada saat ini, semua aspek kecerdasan, termasuk kecerdasan intelektual, emosi, dan spiritual, telah mengalami perkembangan yang luar biasa (Syah, 2011). Untuk mempengaruhi dan menentukan perkembangan anak di masa depan. Oleh karena itu, peran orang tua sangat penting dalam hal ini.

Orang tua harus tetap bertanggung jawab saat anak menerima smartphone. Penggunaan gawai seperti handphone (HP) yang berlebihan oleh anak-anak dapat menyebabkan kecanduan (tst/asr, 2022). Menurut Kristiana Siste Kurnia Santi, Kepala Departemen Medik Kesehatan Jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia Rumah Sakit Umum Pusat Nasional Cipto Mangunkusumo (FKUI RSCM), tidak semua anak yang bermain gim langsung mengalami adiksi atau kecanduan gim. Penggunaan gawai lebih dari 3 jam setiap hari meningkatkan risiko kecanduan gawai pada remaja dan anak-anak (Sinombor, 2018).

Adiksi gawai ini akan mengganggu fungsi

diri seperti fungsi relasi, pendidikan dan kegiatan rutin lainnya. Karena hal ini, beberapa anak-anak yang menjadi anggota komunitas Awabe di Majalengka mengalami kemunduran aktifitas belajar khususnya. Awabe ini merupakan salah satu bagian dari yayasan Bhanu Adyuta Dakara yang bergerak dalam bidang pendidikan. Awabe hadir untuk memberikan pengabdiannya pada masyarakat (Carimi, 2022). Fokus Awabe pada pendidikan Bahasa Inggris untuk masyarakat sekitar Desa Kedungkencana, Majalengka.

Langkah perubahan yang dibangun oleh Awabe sebagai bentuk kepedulian pada masyarakat. Hal ini dilakukan guna membantu mempersiapkan kemampuan (skill) masyarakat dalam menghadapi tantangan di masa depan agar mereka bisa berdaya saing luas. Dengan demikian Awabe memberikan pembelajaran Bahasa Inggris GRATIS bagi anak yatim. Serta memberikan pembelajaran English is easy dimana anak-anak cukup membayar mulai dari 5 ribu rupiah saja untuk setiap kali pertemuan (Carimi, 2022). Pendidikan yang diberikan oleh Awabe sering kali berbenturan dengan kebiasaan masyarakat yang masih tidak peduli akan pentingnya pendidikannya bagi anak. Orang tua lebih membiarkan anak-anak bermain gawai, berselancar di dunia sosial dibandingkan dengan mengarahkan anak-anak nya untuk bergabung dalam kegiatan Awabe.

Kegiatan pendidikan melalui bermain sambil belajar ini bukan saja pemahaman yang perlu ditanamkan pada anak saja, namun penting pula untuk dipahami oleh orang tua, khususnya para ibu yang menjadi pengarah, penggerak dan pemerhati anak-anaknya di rumah. Pemahaman pentingnya pendidikan pada anak sejak dini kemudian akan membangun masyarakat yang lebih baik di masa depan. Maka komunikasi keluarga harus berlangsung dengan efektif. Dalam hal ini orang tua (Ibu) menjadi agen komunikator bagi anaknya agar mau belajar dan meminimalisir adiksi gawai pada anak.

## **B. METODE**

Sebagai bagian dari Tridharma perguruan tinggi, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan. Dalam upaya pencegahan, pengabdian dan mitra bekerja sama untuk meningkatkan komunikasi antara orangtua dan anak, terutama untuk mencegah kecanduan gadget.

Hal ini merupakan kerangka pemecahan masalah, oleh karena kegiatan ini dilakukan melalui pelatihan singkat yang mencakup tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Melakukan kontak awal dengan pihak Awabe adalah langkah pertama dalam persiapan. Pada saat ini, pengabdian melakukan penelusuran lebih lanjut tentang fenomena dan keresahan orang tua anggota Awabe terkait kecanduan perangkat elektronik pada anak-anak. Ini akan menjadi bahan observasi lanjutan atas aduan keresahan tim Awabe yang ditujukan kepada anak-anak siswa atau anggota komunitas Awabe ini. Selanjutnya, untuk memecahkan masalah yang terjadi, yaitu kecanduan perangkat elektronik pada anak-anak, memilih dan mengumpulkan kepustakaan dan data pendukung yang relevan.

Implementasi adalah langkah berikutnya. Pada tahap ini, pelatihan diberikan secara langsung kepada orang tua anggota Awabe. Pelatihan dilakukan melalui ceramah dan diskusi oleh 2 narasumber. Beberapa materi yang akan disampaikan akan dibagi menjadi empat sesi: pretest, materi tentang cara orangtua dan anak berkomunikasi, materi pencegahan kecanduan perangkat elektronik pada anak, dan materi posttest. Instruksi berlangsung selama 180 menit.

Setelah pelatihan selesai, dilakukan evaluasi ulang. Setelah proses pelatihan, tahap ini dilakukan melalui tingkat pemahaman pelatihan tersebut.

## **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

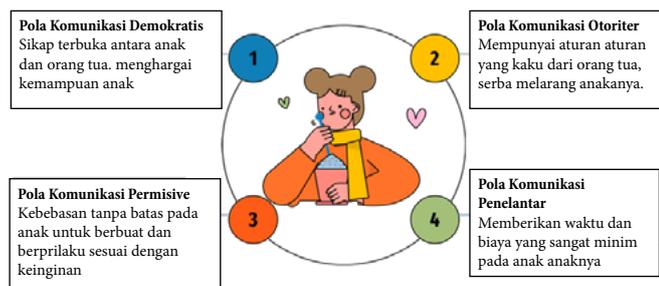
Pelatihan pola komunikasi orang tua dan anak dalam mencegah kecanduan gadget pada anggota komunitas Awabe ini merupakan bentuk

pengabdian kepada masyarakat yang pada pelaksanaannya sendiri dilakukan pada tanggal 17 Juni 2023, di Desa Kedung Kencana, Kecamatan Ligung Kabupaten Majalengka. Penyelenggaraan Pengabdian kepada Masyarakat ini bertempat di base camp Awabe.

Berangkat dari kegelisahan tim Awabe terhadap maraknya anak yang ketergantungan gadget, khususnya di lingkungan komunitas Awabe sehingga mengajak untuk melakukan kolaborasi pengabdian. Ketika anggota komunitas Awabe masih berusia dini, maka hal efektif dan preventif adalah dengan melakukan diskusi sekaligus memberikan edukasi kepada orang tua terlebih dahulu. Sehingga penerapan batasan penggunaan gadget dapat dilakukan ketika di base camp dan juga ketika di rumah akan selaras atau seiring sejalan.

Aktivitas anak bergantung dengan rutinitas keluarga di rumah. Maka peran orang tua sangat penting untuk perkembangan fisik, intelegensi, sikap, perilaku dan jasmani anak. Atas hal tersebut maka penting membenahi pola komunikasi yang banyak diartikan sebagai bentuk atau pola hubungan dua orang atau lebih dalam proses pengiriman dan penerimaan sehingga pesan yang dimaksud dapat dipahami. Satu bentuk perilaku dominan dari satu partisipan mendatangkan perilaku tunduk dan lainnya. Komunikasi orang tua dengan anaknya sangat penting bagi perkembangan kepribadian seorang anak (Rahmawati & Gazali, 2018).

Materi yang pertama tim sampaikan sebagai brain storming tentang pola komunikasi. Komunikasi dalam hal ini sebagai alat pola asuh untuk menentukan baik buruknya anak dalam keluarga. Keluarga merupakan salah satu institusi pendidikan (Wahy, 2012). Ketika anak merasa dirinya berharga, maka akan menanamkan nilai pendidikan, menumbuhkan sikap dan perilaku yang baik. Komunikasi harus menjadi rangka pola pikir untuk membangun jiwa anak agar sesuai dengan harapan orang tua. Berdasarkan hasil evaluasi pelatihan terdapat 4 jenis pola komunikasi



Pola pertama yakni pola komunikasi demokratis (Muttaqin, 2021), pola seperti ini akan membangun sikap terbuka antara orangtua dan anak, sehingga menghargai kemampuan anak untuk berpendapat dan berpartisipasi dalam proses pengambilan keputusan. Kedua, pola komunikasi yang otoriter membangun hubungan yang didasarkan pada aturan-aturan yang kaku dari orang tua, yang cenderung melarang anaknya untuk berpendapat dan berpartisipasi secara aktif dalam keluarga. Ketiga, pola komunikasi permisif memberikan kebebasan tanpa batas kepada anak untuk berbuat dan berperilaku sesuai dengan keinginannya, tanpa adanya pengawasan dan pembatasan yang jelas dari orang tua. Dan terakhir yakni pola komunikasi penelantar, pola ini lebih kepada memberikan waktu dan biaya yang sangat minim pada anak-anaknya, sehingga hal ini dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan optimal anak dalam berbagai aspek kehidupannya.

Babak pembuka bertujuan untuk memperkenalkan orang tua dengan komunikasi, dan materi berikutnya membahas bagaimana membangun komunikasi yang baik antara orang tua dan anak. Seperti yang dinyatakan oleh Sofyan (2018), pendekatan mindful parenting adalah pendekatan yang dapat digunakan untuk membangun pola pengasuhan yang positif. Mereka terdiri dari lima aspek: (1) mendengarkan dengan penuh perhatian dan berbicara dengan empati; (2) memahami dan menerima keinginan untuk tidak menghakimi; (3) mengatur emosi atau sabar; (4) pola pengaturan diri yang bijaksana atau tidak berlebihan; dan (5) welas asih (Sofyan, 2018, Kiong, 2015; Duncan et al., 2009).

Sesi pertama selesai dilanjutkan dengan diskusi singkat untuk memberikan feedback. Berdiskusi dengan orang tua anggota komunitas Awabe

tentang pola komunikasi ini lebih mendominasi komunikasi otoriter penuh dengan aturan dan larangan. Pola komunikasi semacam ini dianggap sebagai bentuk kepedulian penuh terhadap anaknya.

*“...kayanya kalau saya banyak ngelarang ya. Karena saya kan takut ya anak saya sampe kenapa-napa. Jadinya ya ini ga boleh itu jangan. Karna saking sayangnya saya sama anak.” (Hasil wawancara dengan Mamah AL (39th) di Base camp Awabe).*

Namun tidak jarang orang tua yang memiliki prinsip kepedulian yang sangat tinggi dengan cara yang kurang tepat. Sangat peduli namun pada porsi yang salah, cara-cara membiarkan agar diam namun memupuk kebiasaan yang salah. Pola komunikasi ini akan terus dilakukan jika orang tua tidak ada edukasi yang tepat.

Sesi kedua yakni materi tentang penggunaan gadget yang berbahaya. Ketergantungan anak terhadap gadget memiliki dampak negatif yang signifikan pada perkembangan fisik, kognitif, dan sosial anak.

Pertama, ketergantungan terhadap gadget menyebabkan gangguan pada perkembangan fisik anak. Kegiatan yang statis dan kurangnya aktivitas fisik mempengaruhi pertumbuhan dan kesehatan tubuh. Kedua, ketergantungan gadget juga berdampak pada perkembangan kognitif anak. Konsentrasi dan daya ingat menurun, kemampuan berpikir kritis terhambat, dan kemampuan berimajinasi terbatas. Ketiga, ketergantungan gadget juga mempengaruhi perkembangan sosial anak. Interaksi tatap muka yang berkurang menghambat kemampuan sosialisasi, empati, dan keterampilan interpersonal.

Dilanjutkan dengan materi tentang pencegahan kecanduan gadget. Langkah ini sebagai salah satu solusi yang bisa diimplementasikan dalam keluarga di rumah. Langkah 1) jadilah role model, sebagai orang tua atau pengasuh, penting untuk menjadi contoh yang baik bagi anak-anak dalam penggunaan gadget. 2) ketat dengan aturan, menetapkan

aturan yang jelas dan tegas terkait penggunaan gadget sangat penting. 3) libatkan dalam kegiatan lain, mengalihkan perhatian anak-anak dari gadget dapat dilakukan dengan melibatkan mereka dalam kegiatan lain yang menarik dan edukatif. 4) habiskan lebih banyak waktu dengan anak, memberikan perhatian penuh kepada anak akan memenuhi kebutuhan emosional mereka dan membuat mereka merasa lebih terhubung secara sosial, mengurangi keinginan mereka untuk menghabiskan waktu berlebihan dengan gadget. 5) hindari menggunakan gadget sebagai pengalihan, misal memberikan gadget untuk membuatnya sibuk atau menghibur anak ketika menangis. 6) tetapkan area dan waktu bebas gadget di rumah. Menetapkan area dan waktu bebas gadget di rumah sangat penting untuk menciptakan keseimbangan yang sehat antara penggunaan teknologi dan kegiatan non-teknologi. 7) pantau konten yang dikonsumsi anak di gadget, kita dapat memastikan bahwa anak-anak hanya terpapar pada materi yang sesuai dengan usia dan nilai-nilai yang kita anut. Ini membantu melindungi mereka dari konten yang tidak pantas atau berbahaya. dan 8) puji usaha anak, penting untuk memuji upaya anak ketika ia berusaha memprioritaskan aktivitas lain di atas waktu layar, atas kemauannya sendiri. Memuji perilaku positif akan mendorong anak untuk terus melakukannya.



Gambar 2 Paparan materi pelatihan  
(Sumber: Dokumentasi penulis, 2023)

Sesi diskusi diadakan pada akhir setelah pemaparan materi oleh para narasumber.

Antusiasme orang tua dalam kegiatan ini sangat tercipta karena merasa persoalan kecanduan gadget ini sangat dekat dan menjadi kekhawatiran semua orang tua. Selain itu, komunikasi antara orang tua dan anak menjadi topik edukasi yang dibutuhkan orang tua saat ini.

Hasil analisis menunjukkan bahwa pelatihan pola komunikasi orang tua dan anak memiliki peran preventif yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman para orang tua anggota komunitas Awabe terkait penanganan kecanduan gadget pada anak. Hal ini dapat diamati dari antusiasme dan partisipasi aktif peserta dalam menjawab pertanyaan dan mengikuti pelatihan ini.

#### D. KESIMPULAN

Pelatihan pola komunikasi orang tua dan anak dalam mencegah kecanduan gadget pada anggota komunitas Awabe ini sebagai bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan lancar. Hal ini berkat kerjasama yang baik antara dosen Universitas Majalengka, mahasiswa, dan Yayasan Bhanu Adyuta Dakara yang menaungi Awabe. Berdasarkan hasil survei, observasi dan wawancara di lapangan yang membutuhkan sebuah edukasi komunikasi antara orang tua dan anak. Berdasarkan keresahan orang tua anggota komunitas Awabe yang mengkhawatirkan kondisi anak akan candu gadget. Disadari bahwa pelatihan ini tidak dapat diselesaikan dalam waktu yang terbatas. Hal ini dikarenakan perlu waktu untuk memahami kompleksitas. Selain itu tim menyadari bahwa pembelajaran yang mendalam dan efektif memerlukan waktu yang cukup untuk digunakan. Melalui serangkaian pertemuan yang terencana dengan baik dan memadai bagi peserta pelatihan untuk memahami konsep, menerapkan keterampilan, dan berinteraksi. Namun, berdasarkan hasil post-test kegiatan pelatihan ini telah memberikan pengetahuan dasar komunikasi dalam keluarga. Dengan pengetahuan ini diharapkan para orang tua mau mencoba dan mengimplementasikan

dalam kehidupan keluarga di rumah. Selanjutnya, kegiatan serupa dapat terus dilakukan secara rutin untuk memberikan dampak pengetahuan yang lebih aplikatif bagi orang tua di lingkungan komunitas Awabe. Dan atau melakukan kegiatan serupa untuk program berkelanjutan.

#### E. UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan pelatihan pola komunikasi orang tua dan anak dalam mencegah kecanduan gadget pada anggota komunitas Awabe merupakan bagian dari program hibah LP2MI (Lembaga Penelitian, Pengabdian kepada Masyarakat dan Inovasi) Universitas Majalengka. Pengabdian kepada Masyarakat ini terselenggara atas banyak pihak yang membantu. Terima kasih kepada Universitas Majalengka yang telah memberikan kepercayaan kepada tim atas terpilihnya PkM yang mendapat pendanaan hibah. Kepada Yayasan Bhanu Adyuta Dakara yang menaungi Awabe telah memberikan ruang bagi tim untuk melaksanakan PkM, serta tim yang terdiri dari dosen dan mahasiswa yang telah bekerja keras, ikhlas, dan cerdas.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Carimi. (2022, Desember 17). Profil Awabe. (T. Nurhaipah, Interviewer)
- Morisan. (2013). Teori Komunikasi Individu Hingga Massa. Jakarta: Prenada Media Group.
- Muttaqin, Z. (2021). Menilik Bentuk Komunikasi Antara Anak Dan Orang Tua. *Jurnal Penelitian Tarbawi*, 6(2), 41–42.
- Okina, S. (2020). Strategi Komunikasi Ibu Terhadap Anak dalam Mencegah Pengaruh Negatif Penggunaan Smartphone. Banda Aceh: SKRIPSI Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Rahmawati, & Gazali, M. (2018). Pola Komunikasi dalam Keluarga. *Al-Munzir*, 11(2), 163–

181.

- Sinombor, S. H. (2018, 07 23). Kecanduan Gawai Mengancam anak-anak. Retrieved 12 22, 2022, from Kompas.id: <https://www.kompas.id/baca/utama/2018/07/23/kecanduan-gawai-mengancam-anak-anak>.
- Sofyan, I. (2018). Strategi Membangun Pengasuhan Positif dalam Keluarga. *Journal of Early Childhood Care & Education*, 1(2), 41–47.
- Syah, M. (2011). Psikologi Belajar. Jakarta: PT. Grafindo Persada.
- tst/asr. (2022, Agustus 26). CNN Indonesia. Retrieved Desember 12, 2022, from 5 Cara Mencegah Anak Kecanduan HP, Orang Tua Harus Kreatif: <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20220715132527-284-821976/5-cara-mencegah-anak-kecanduan-hp-orang-tua-harus-kreatif>
- Wahy, H. (2012). Keluarga sebagai Basis Pendidikan Pertama dan Utama. *Jurnal Ilmiah DIDAKTIKA*, XII(2), 245–258