

ABDIMAS UNIVERSAL

<http://abdimasuniversal.uniba-bpn.ac.id/index.php/abdimasuniversal>

DOI : <https://doi.org/10.36277/abdimasuniversal.v6i2.398>

Received: 23-02-2024

Accepted: 16-06-2024

Psikoedukasi: Upaya Mengoptimalkan *Screen Time Gadget* pada Anak Melalui Pola Asuh Positif

Maria Ulfiyana^{1*}; Alfi Purnamasari¹

¹Program Studi Magister Psikologi Profesi Universitas Ahmad Dahlan

^{1*}Email: maria2107043011@webmail.uad.ac.id

Abstrak

Psikoedukasi yang diberikan pada masyarakat sebagai bentuk salah satu pengabdian dalam masyarakat melalui sosialisasi interaktif untuk meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai tema tertentu. Pada kegiatan ini, tema yang diangkat dan dibahas mengenai cara mengoptimalkan *screen time gadget* melalui pola asuh positif. Adapun target atau sasaran pemberian psikoedukasi ini adalah seluruh lapisan masyarakat di salah satu Desa di Jawa Tengah terutama orang tua. Metode yang digunakan dalam psikoedukasi meliputi: 1) ceramah, 2) penayangan video, 3) diskusi (tanya jawab), dan 4) *pretest* dan *posttest*. Berdasarkan hasil analisis uji *wilcoxon* pada pemberian psikoedukasi pertama dan kedua menunjukkan bahwa terdapat perubahan yang signifikan pemahaman para peserta mengenai materi psikoedukasi yang telah diberikan pameri.

Kata Kunci: pola asuh, psikoedukasi, *screen time*

Abstract

Psychoeducation is provided to the community as a form of community service through interactive socialization to increase people's understanding of certain themes. In this activity, the theme raised and discussed was how to optimize gadget screen time through positive parenting patterns. The targets for providing this psychoeducation are all levels of society in a village in Central Java, especially parents. The methods used in psychoeducation include: 1) lecture, 2) presenting videos, 3) discussion (question and answer), and 4) pretest dan posttest. Based on the results of the Wilcoxon test analysis of the first and second psychoeducational presentations, it showed that there was a significant change in the participants' understanding of the psychoeducational material that had been provided by the presenters.

Keywords: parenting patterns, psychoeducation, *screen time*

1. Pendahuluan

Seiring berkembangnya zaman, teknologi informasi dan komunikasi pun kian berkembang pesat dan semakin canggih. Salah satu teknologi yang berkembang semakin canggih yaitu *smartphone* yang mulai dianggap sebagai teknologi yang mudah digunakan, mudah dibawa, dan memudahkan aktivitas dalam sehari-hari. Chusna (2017) mengatakan bahwa adanya *gadget* akan memunculkan pendapat masyarakat bahwa *gadget* banyak memberikan manfaat dalam berbagai bidang yaitu komunikasi (sosial), bisnis atau pekerjaan (ekonomi), pendidikan bahkan hanya untuk hiburan semata. Pesatnya perkembangan teknologi tidak dapat dihindari, bahkan saat ini tampaknya sudah sangat sulit untuk menghentikan manusia menggunakan *gadget*. Bahkan teknologi menjadi hal yang sangat dibutuhkan manusia untuk kehidupan sehari-hari.

Keberadaan *gadget* yang saat ini sudah tidak asing bagi semua kalangan dari orang dewasa hingga anak-

anak terutama *smartphone* atau yang lebih dikenal dengan *handphone* (HP). Berbagai aplikasi yang saat ini bisa diakses oleh anak-anak mulai dari *game*, *YouTube*, aplikasi belajar, dan ragam lainnya. Akan tetapi, kurangnya pengawasan dan pengetahuan orang tua terkait penggunaan *gadget* pada anak menyebabkan terjadinya kecanduan yang akhirnya memengaruhi motivasi belajar, kesehatan, dan kemampuan interaksi sosialnya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novitasari (2016) yang menunjukkan fakta bahwa *gadget* tidak hanya beredar di kalangan orang dewasa, namun juga telah beredar di kalangan anak-anak yang berusia 3-6 tahun.

Berdasarkan informasi yang diakses pada laman Kompas.com menyatakan bahwa pada tahun 2019 terdapat 100 pasien kecanduan *gadget* yang dirawat di RSJ Jabar dengan rata-rata usia 15-17 tahun, bahkan ada yang masih berusia 3,5 tahun. Pada tahun 2022-2023, berdasarkan hasil survei yang dipublikasikan di CNN

Indonesia menunjukkan bahwa sebanyak 31,4% anak hingga remaja Indonesia kecanduan *gadget*. Penelitian Rahmawati & Latifah (2020) menunjukkan bahwa 4,9% anak ketergantungan dengan *gadget*, sebanyak 51,6% anak kurang pengawasan dari orang tua, dan 9,8% anak mengalami perubahan tingkah laku dampak dari *gadget* dan pergaulan.

Maraknya kasus kecanduan *gadget* pada anak dan remaja di Indonesia tidak terlepas dari salah satunya peran orang tua dalam pengasuhan anak. Zulfutriah (2017) menyatakan bahwa orang tua perlu memberikan batasan penggunaan *smartphone* pada anak agar tidak terjadi kecanduan dan dampak negatif dari penggunaan *smartphone* secara berlebihan. Nurfadila (2019) menyebutkan bahwa penggunaan *gadget* pada anak perlu adanya pengawasan yang ketat, hal ini dikarenakan selain memberikan dampak positif bagi anak namun juga memberikan dampak negatif pada perkembangan anak. Dampak positif dari mengenalkan *gadget* pada anak di usia dini adalah dapat membantu menstimulasi imajinasi, membantu kemampuan berkomunikasi dengan kosa kata yang lebih banyak, meningkatkan kemampuan daya pikir, dan kemampuan mendengarkan. Di sisi lain, menurut Anggraeni (2019), dampak negatif dari penggunaan *gadget* yang berlebihan yaitu menjadi pribadi yang tertutup, minat belajar menurun, terjadi gangguan pada kesehatan otak, kesehatan mata, kesehatan tangan, dan gangguan tidur.

Upaya untuk menanggulangi dampak dari penggunaan *gadget* yang telah dijelaskan, orang tua perlu mendidik dan mengarahkan anak sejak dini. Orang tua dapat memberikan batasan waktu penggunaan *gadget* dan mengalihkan aktivitas anak dengan kegiatan di luar rumah yang lebih menyenangkan. Misalnya mengajak anak bermain di taman agar anak dapat bersosialisasi dengan orang lain, dan memfasilitasi anak untuk mengikuti kelas ekstrakurikuler di luar jam sekolah untuk mengasah kemampuan anak di bidang yang disukai. Pesatnya perkembangan teknologi diiringi dengan maraknya dampak negatifnya, orang tua perlu lebih tegas dan tidak memanjakan anak dalam penggunaan *gadget* karena akan mengakibatkan kecanduan yang fatal (Putriana, Pratiwi & Wasliah, 2019).

Berdasarkan hasil asesmen awal ke salah satu Desa di Jawa Tengah terkait dengan permasalahan psikologis yang perlu ditangani segera di masyarakat. Asesmen dilakukan dengan cara observasi dan wawancara ke *stakeholder* dan beberapa perwakilan masyarakat umum. Wawancara awal dilakukan dengan Lurah Desa yang kemudian menyampaikan terkait permasalahan yang

sedang marak terjadi di Desa terutama terkait penggunaan *gadget* pada anak.

Berdasarkan hasil observasi lapangan yang dilakukan di Posyandu Desa menunjukkan bahwa beberapa orang tua yang membawa serta anaknya membiarkan anak bermain HP sendiri di kursi tunggu sedangkan ibunya dapat mengikuti kegiatan posyandu dan berinteraksi dengan warga lainnya. Bahkan ada beberapa ibu yang sengaja membawa *powerbank* untuk mengisi daya HP agar anak dapat bermain HP hingga acara posyandu selesai. Anak yang diajak ibunya untuk pulang dan berhenti bermain HP menunjukkan adanya emosi marah dan agresi seperti memukul tangan ibunya karena masih asik dengan tontonan di HP.

Berdasarkan temuan data lapangan tersebut, perlu dilakukannya penanganan psikologis untuk mengatasi kecanduan *gadget* pada anak melalui psikoedukasi pada orang tuanya. Hal ini dikarenakan, berdasarkan hasil pengamatan menunjukkan adanya kurangnya pengetahuan masyarakat terutama orang tua dalam pengasuhan anak dalam penggunaan *gadget*. Adanya permasalahan tersebut sehingga perlu adanya peningkatan pemahaman pada masyarakat dan dapat diberikan dalam bentuk psikoedukasi. Psikoedukasi yang akan diberikan dengan tema “Upaya Pengendalian *Screen Time Gadget* Anak Melalui Pola Asuh Positif”.

2. Bahan dan Metode

Berdasarkan hasil asesmen yang telah dilakukan, diperoleh satu permasalahan yang perlu segera diberikan penanganan psikologis kepada Masyarakat Desa. Prevalensi intervensi berada pada *primary prevention* yang artinya tindakan intervensi dilakukan pada masyarakat luas pada umumnya. Level intervensi yang diberikan yaitu pada level kognitif dan afeksi sehingga bentuk intervensi yang dilakukan berupa pemberian psikoedukasi, refleksi, menonton video, penyebaran *leaflet* serta poster yang terkait upaya pengendalian *screen time* pada anak di salah satu Desa di Jawa Tengah. Penyebaran *leaflet* dan poster diharapkan dapat menyebarkan informasi edukasi yang lebih luas dan menjangkau seluruh lapisan masyarakat.

Peserta yang mengikuti psikoedukasi ini diharapkan dapat menjadi *agent of change* yang akan tetap mengembangkan program ini secara berkelanjutan. Program ini bertujuan untuk menciptakan kesadaran masyarakat desa terkait pentingnya pengendalian *screen time* pada anak agar tercegah dari kecanduan *gadget*. Sasaran kelompok intervensi yang diberikan adalah orang tua, remaja, dan seluruh lapisan masyarakat desa.

Tabel 1.
Metode dan Bahan

Kegiatan	Tujuan	Metode	Alat/Bahan
Psikoedukasi 1	<ul style="list-style-type: none"> Agar memahami makna <i>gadget & screen time</i>. Agar memahami dan lebih waspada terkait bahaya kecanduan <i>gadget</i>. Agar memahami tips mengoptimalkan <i>screen time</i> pada anak. Agar memahami durasi penggunaan <i>gadget</i> sesuai usia anak. 	<ul style="list-style-type: none"> Ceramah Penayangan Video Diskusi (Tanya jawab) <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Proyektor Laptop <i>Powerpoint</i> Mikrofon Lembar <i>Pretest</i> Lembar <i>Posttest</i> Alat Tulis
Psikoedukasi 2	<ul style="list-style-type: none"> Agar memahami makna dan pentingnya pola asuh positif pada anak. Agar memahami jenis-jenis dari pola asuh. Agar memahami cara komunikasi yang efektif dalam pola asuh positif. Agar mengetahui tips menerapkan pola asuh positif. 	<ul style="list-style-type: none"> Ceramah Diskusi (Tanya jawab) <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> 	<ul style="list-style-type: none"> Proyektor Laptop <i>PowerPoint</i> Mikrofon Lembar <i>Pretest</i> Lembar <i>Posttest</i> Alat Tulis
Penyebaran <i>leaflet</i> dan poster.	Untuk meningkatkan kesadaran masyarakat terkait pentingnya pengendalian <i>screen time</i> pada anak.	-	<ul style="list-style-type: none"> Lembar <i>leaflet</i> Lembar Poster

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil Kegiatan Psikoedukasi 1

Pelaksanaan psikoedukasi pertemuan pertama dihadiri oleh 29 orang warga Desa dengan rincian 27 orang ibu-ibu dan 2 orang bapak-bapak. Dari 29 orang terdapat beberapa *stakeholder* yang ikut hadir meliputi: Ibu Kades, Bapak Kadus, Ketua RW 13, Perwakilan PKK, Perwakilan Kader Posyandu, Ibu RW 13 dan 14, Ibu Mantri, dan Ibu PJ Kegiatan Desa.

Agenda kegiatan psikoedukasi ini diawali dengan sesi pembukaan yang berisikan perkenalan dan *building raport* dari pemateri. Pada sesi ini, pemateri memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan dari penyampaian psikoedukasi. Pada sesi kedua fasilitator menyebarkan lembar *pretest* yang berisikan 7 pernyataan benar-salah yang disusun oleh tim pengabdian berdasarkan materi psikoedukasi yang akan disampaikan. Sebelum memasuki sesi penyampaian materi, dilakukan *ice breaking* tepuk sehat untuk meningkatkan antusias para peserta. Setelah itu, sesi keempat dilanjutkan penyampaian materi tentang cara optimal *screen time gadget* pada anak.

Materi pertama yang disampaikan terkait pengertian *gadget* dan *screen time* serta bahaya penggunaan *gadget* yang berlebihan melalui penayangan video. Kemudian materi selanjutnya berkaitan dengan durasi penggunaan *gadget* yang benar sesuai usia anak. Selanjutnya, penyampaian materi diakhiri dengan materi tentang tips dan trik mengoptimalkan *screen time* pada anak. Setelah penyampaian materi, sesi kelima dilanjutkan dengan proses tanya jawab. Pada sesi ini, terdapat tiga peserta yang bertanya kepada pemateri tentang masalah penggunaan *gadget* pada anaknya di rumah. Sesi diakhiri

dengan penyampaian refleksi para peserta setelah mengikuti kegiatan psikoedukasi kemudian dilanjutkan penyebaran lembar *posttest* kepada para peserta.



Gambar 1. Penyampaian Psikoedukasi Pertama

Hasil dari kegiatan psikoedukasi pertemuan pertama ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman masyarakat khususnya para orang tua yang memiliki anak di rumah. Selain itu, melalui psikoedukasi ini, masyarakat mulai memahami tentang bahaya kecanduan *gadget* dan tips mengoptimalkan penggunaan *gadget* sesuai usia anak.

Tingkat pemahaman masyarakat pun mengalami peningkatan dapat terlihat dari hasil analisis *pretest* dan *posttest* melalui uji *Wilcoxon* dengan bantuan aplikasi SPSS. Berikut tabel hasil analisis uji *Wilcoxon* yang telah dilakukan.

Tabel 2.
Hasil Uji *Wilcoxon* Psikoedukasi 1

Keterangan	Hasil
<i>Z</i>	-4.752
<i>Asymp.Sig (2-tailed)</i>	0.000

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan nilai Z sebesar -4.752 dengan taraf signifikansi p sebesar 0.000 ($p < 0.001$). Berdasarkan hasil analisis uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa sebelum diberikan psikoedukasi, pemahaman para peserta rendah mengenai *screen time* pada anak. Akan tetapi, setelah diberikan psikoedukasi, terdapat peningkatan yang signifikan pemahaman peserta mengenai *screen time* pada anak. Jadi, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara psikoedukasi cara mengoptimalkan *screen time gadget* pada anak dengan pemahaman masyarakat desa.

Hasil Kegiatan Psikoedukasi 2

Pada kegiatan ini dihadiri oleh 24 orang warga masyarakat dengan rincian 24 orang ibu-ibu. Dari 24 orang yang hadir terdapat beberapa *stakeholder* yang ikut hadir meliputi: Ibu Kades, Ibu PKK, Ibu Kader Posyandu, Ibu RW 13 dan 14, dan Ibu PJ Kegiatan Desa.

Agenda kegiatan psikoedukasi ini diawali dengan sesi pembukaan yang berisikan *building raport* kembali dari pemateri. Pada sesi ini, pemateri menjelaskan tujuan dari penyampaian psikoedukasi kedua sebagai lanjutan dari psikoedukasi sebelumnya. Pada sesi kedua, fasilitator menyebarkan lembar *pretest* yang berisikan beberapa pernyataan untuk diisi para peserta kemudian dilanjutkan dengan *ice breaking*.

Setelah para peserta tampak antusias mengikuti *ice breaking*, sesi ketiga dilanjutkan penyampaian materi terkait pola asuh positif pada anak di era digital. Materi pertama yang disampaikan terkait makna pola asuh positif serta jenis-jenis dari pola asuh. Selanjutnya dijelaskan terkait prinsip pola asuh positif serta orang yang terlibat dalam pola asuh positif. Kemudian dijelaskan terkait cara komunikasi efektif dan kaitannya dengan penerapan pola asuh positif. Setelah penyampaian materi dilanjutkan sesi tanya jawab, dan terdapat 2 orang peserta yang bertanya. Sesi diakhiri dengan penyampaian refleksi para peserta setelah mengikuti psikoedukasi pertemuan kedua kemudian dilanjutkan pengisian *posttest*.



Gambar 2. Penyampaian Psikoedukasi Kedua

Berdasarkan penyampaian para peserta dari hasil refleksi, para peserta memahami terkait jenis pola asuh dan mengukur diri selama ini menerapkan pola asuh yang belum tepat dan mulai mengetahui cara pola asuh yang tepat. Salah satu peserta menyampaikan bahwa setelah psikoedukasi menjadi lebih paham cara menyampaikan dan mengarahkan anak dalam menggunakan *gadget*. Peserta lain juga menyampaikan bahwa mulai memahami batasan waktu yang diperbolehkan bagi anak untuk menggunakan *gadget* dan cara mengomunikasikan dengan anak. Selama ini, beberapa orang tua memberikan *gadget* dengan alasan agar anak tidak mengganggu pekerjaan ibu dan tidak pergi main jauh dari rumah. Beberapa peserta juga menyampaikan bahwa mulai memahami dampak dari anak yang tidak percaya diri salah satunya dari cara pengasuhan orang tua.

Peningkatan pemahaman para peserta juga dapat terlihat dari hasil analisis *pretest* dan *posttest* berdasarkan uji *Wilcoxon*. Berikut hasil analisis uji *Wilcoxon* hasil kegiatan psikoedukasi kedua.

Tabel 3.

Hasil Uji Wilcoxon Psikoedukasi 2

Keterangan	Hasil
Z	-4.608
Asymp.Sig (2-tailed)	0.000

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan nilai Z sebesar -4.608 dengan taraf signifikansi p sebesar 0.000 ($p < 0.001$). Berdasarkan hasil analisis uji *Wilcoxon* menunjukkan bahwa sebelum diberikan psikoedukasi, pemahaman para peserta rendah mengenai pola asuh positif pada anak di era digital. Akan tetapi, setelah diberikan psikoedukasi terdapat peningkatan yang signifikan pemahaman peserta mengenai pola asuh positif di era digital. Jadi, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara psikoedukasi pola pengasuhan positif pada anak di era digital dengan pemahaman masyarakat desa.

Hasil Kegiatan Penyebaran Pamflet dan Poster

Setelah kegiatan psikoedukasi, dilakukan penyebaran pamflet dan poster agar materi dan informasi yang telah disampaikan dapat tersebar secara luas ke seluruh lapisan masyarakat yang berhalangan hadir di acara kegiatan.



Gambar 3. Penyerahan Pamflet dan Poster

Isi pamflet dan poster menjelaskan terkait pola asuh positif dalam mengoptimalkan *screen time* pada anak. Pamflet diberikan ke seluruh peserta yang hadir, sedangkan poster ditempelkan di depan rumah Kepala Desa, Kantor Kepala Desa, dan Rumah Ibu PKK.



Gambar 4. Penempelan Poster

Kegiatan penempelan poster dilakukan di tempat yang sering dikunjungi masyarakat. Hal ini akan mempermudah penyebaran informasi sehingga diharapkan seluruh masyarakat mendapatkan informasi dan pemahaman terkait pola asuh positif dalam mengoptimalkan *screen time* pada anak.

Pembahasan

Secara keseluruhan untuk pelaksanaan program psikoedukasi upaya untuk mengoptimalkan *screen time* pada anak melalui pola asuh positif memberikan dampak secara positif terhadap pemahaman masyarakat. Kegiatan ini mampu menambah dan meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai pola asuh positif dalam mengoptimalkan *screen time* pada anak.

Perkembangan era digital yang semakin pesat menuntut orang tua untuk lebih meningkatkan kemampuan dalam mendidik anak. Berdasarkan hasil refleksi dari para orang tua yang hadir di kegiatan psikoedukasi, banyak orang tua yang kurang mengetahui cara menghadapi anak secara positif terlebih di era digitalisasi saat ini. Rahmat (2018)

menyebutkan bahwa salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mendidik anak secara positif adalah dengan cara orang tua berkomitmen untuk mendampingi anaknya agar tidak ketergantungan dengan teknologi. Menurut Anisah (2011), pola asuh yang dapat memengaruhi secara jangka panjang mengenai perkembangan fisik dan psikologis anak adalah perhatian, Tindakan, dan kendali orang tua.

Adanya kegiatan psikoedukasi ini menunjukkan adanya respon yang positif dari para orang tua sebagai peserta. Para orang tua antusias bertanya dan mendengarkan penyampaian materi sehingga hasil dari pengukuran *pretest* dan *posttest* menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan sebelum dan sesudah psikoedukasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizal dkk (2022) yang menunjukkan bahwa psikoedukasi terbukti efektif memberikan *parenting education* pada orang tua. Penelitian Cahyani & Putrianti (2021) juga menunjukkan bahwa melalui psikoedukasi dapat meningkatkan pemahaman para ibu dalam mengasuh anaknya secara positif. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Djuhaepa dkk (2022) juga menunjukkan bahwa psikoedukasi yang telah dilakukan mampu meningkatkan pengetahuan para orang tua mengenai jenis-jenis pola asuh dan penerapan pola asuh yang tepat pada anak.

Data secara kuantitatif dan kualitatif menunjukkan adanya peningkatan yang positif terkait pemahaman masyarakat tentang upaya mengoptimalkan *screen time* pada anak melalui pola asuh positif. Akan tetapi, terdapat beberapa hal yang perlu ditangani lebih lanjut berkaitan dengan kesadaran masyarakat dalam mengatur pemasangan dan penggunaan *wifi* sehingga sangat mudah diakses anak-anak. Selain itu, kurangnya fasilitas umum seperti ruang membaca atau perpustakaan yang berisi buku bacaan untuk anak-anak dan remaja. Kemudian untuk alat ukur yang digunakan tampak menyulitkan beberapa peserta dikarenakan ada beberapa peserta yang kesulitan membaca dan menulis.

4. Kesimpulan dan Saran

Berdasarkan hasil intervensi yang telah dilakukan melalui psikoedukasi mengenai cara mengoptimalkan *screen time* anak melalui pola asuh positif pada masyarakat desa menunjukkan adanya peningkatan pemahaman sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Hal ini didukung hasil uji *wilcoxon* yang menunjukkan adanya perbedaan yang sangat signifikan sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Selain secara kuantitatif, evaluasi dilakukan secara kualitatif yaitu dengan cara menanyakan kepada beberapa peserta terkait refleksi setelah diberikan psikoedukasi. Setelah psikoedukasi, peserta mengaku mendapatkan pengetahuan baru terkait cara

mengoptimalkan *screen time* anak dan cara pengasuhan yang tepat pada anak terutama di era digital saat ini.

Terdapat beberapa saran yang dapat dilakukan oleh pemerintah Kelurahan Desa beserta jajarannya, yakni diharapkan dapat memfasilitasi perpustakaan mini yang berisi buku cerita dongeng, komik, novel, dan lain sebagainya untuk meningkatkan minat baca bagi anak dan remaja. Selain itu, pemerintah desa diharapkan dapat memanfaatkan teknologi saat ini untuk membantu menyebarkan edukasi ke anak-anak dan masyarakat tentang penggunaan *gadget* yang edukatif. Misalnya dengan membuat konten video kreatif yang berisi edukasi dalam penggunaan *gadget*.

5. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Prodi Magister Psikologi Profesi Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta serta Poli Psikologi RSJD Soedjarwadi Klaten yang telah ikut berkontribusi dan membantu pelaksanaan program psikoedukasi ini sehingga terlaksana dengan lancar.

6. Daftar Rujukan

- Anggraeni, S. (2019). Pengaruh pengetahuan tentang dampak gadget bagi kesehatan terhadap perilaku penggunaan gadget pada siswa SDN kebun bunga 6 Banjarmasin. *Faletehan Health Journal*, 6(2), 65. <https://journal.lppmstikesfa.ac.id/index.php/FHJ/article/view/68/29>.
- Anisah, A. (2017). Pola asuh orang tua dan implikasinya terhadap pembentukan karakter anak. *Jurnal Pendidikan UNIGA*, 5(1), 70-84.
- Barnette, Vivian. 2000. *Assertive Communication*. The University of Iowa.
- Cahyani, B., & Putrianti, F. (2021). Psikoedukasi untuk meningkatkan pemahaman ibu dalam pengasuhan positif. *Jurnal Plakat: Jurnal Pelayanan Masyarakat*, 3(1), 107-116.
- Chusna, P. (2017). Pengaruh media gadget pada perkembangan karakter anak. *Jurnal Dinamika Penelitian*, 17(2), 315-330.
- Djuhaepa, N., Ain, N., Has, Q., Agustina, S., Rifdah, A., & Ismalandari, I. (2022). Psikoedukasi pola pengasuhan pada perkembangan anak. *AMMA: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1205-1210.
- Erga, Y., Suwari, A., Anthon, F & Teten, T. (2021). Penyuluhan hukum tentang dampak positif dan negatif penggunaan gadget dan media sosial. *Empowerment: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 78-84.
- Galassi, M. D & Galassi, J. P. (1997). *Assert Your Self: How to be Your Own Person*. New York: Human Science Press.
- Novitasari, W. (2016). Dampak penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak usia 5-6 tahun. *Jurnal PAUD Teratai*, 5(3), 182-186.
- Nurfadila, Fathia. (2019). Upaya orangtua untuk mencegah ketergantungan anak terhadap penggunaan gadget. *Edukids*.
- Putriana, K., Pratiwi, E. A., & Wasliah, I. (2019). Hubungan durasi dan intensitas penggunaan gadget dengan perkembangan personal sosial anak usia prasekolah (3-5 tahun) di TK Cendikia Desa Lingsar tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 7(2), 5-13. <https://doi.org/10.37824/jkqh.v7i2.2019.112>
- Rahmat, T. (2018). Pola asuh yang efektif dalam mendidik anak di era digital. *Journal Education and Culture Missio*, 10(2), 143. <https://repository.stikisantupaulus.ac.id/122/1/Artikel-jurnal-missio>.
- Rahmawati, M., & Latifah, M. (2020). Penggunaan gawai, interaksi ibu-anak, dan perkembangan sosial-emosional anak prasekolah. *Jur. Ilm Kel & Kons*, 13(10), 75-8. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.1.75>.
- Rizal, F., Firdaus, N., Fataillah, N., Fitri, A., Irdianti., & Hasanah, U. (2022). Psikoedukasi tentang pola asuh efektif di masa kini. *Jurnal Kebajikan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 44-48.
- Zulfitriah. (2017). Pola asuh orang tua dalam penggunaan smartphone pada anak sekolah dasar. jurnal.umj.id/index.php/holistika.