

EFEKTIVITAS PELATIHAN “PERAN ORANG TUA DALAM MENDAMPINGI PENGGUNAAN GADGET ANAK” TERHADAP POLA INTERAKSI ORANG TUA-ANAK

Dyah Aji Jaya Hidayat
Dosen Tetap STIT Muhammadiyah Tempurejo Ngawi
Email: dyah.dee11@gmail.com

Abstrak. Penggunaan *gadget* yang kurang terkontrol di kalangan anak-anak menimbulkan keresahan tersendiri bagi orang tua. Bukan hanya berimbas pada nilai akademik maupun kepribadian anak, tetapi juga pada pola interaksi orang tua-anak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana efektivitas pelatihan “Peran Orang Tua dalam Mendampingi Penggunaan *Gadget* Anak” terhadap interaksi orang tua-anak. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif eksperimen dengan desain eksperimen *one group before-after*. Program pelatihan diberikan kepada orang tua selama satu sesi dengan durasi 120 menit. Subjek penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak usia 5 – 12 tahun yang tinggal di Dukuh Tanggan, Gesi, Sragen. Sampel penelitian sejumlah 15 orang. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala pola interaksi orang tua-anak. Uji hipotesis yang digunakan adalah *Paired Samples T-Test* dengan rerata (*mean*) *pretest* sebesar 87.40 dan rerata (*mean*) *post-test* sebesar 93.33, dengan nilai $t = -1.347$ dan $\text{sig. (2 tailed)} = 0.035$. Dengan demikian, pelatihan ini secara signifikan mampu meningkatkan pola interaksi orang tua-anak.

Kata kunci: *gadget, peran orang tua, pola interaksi orang tua-anak*

Abstract. The use of gadgets that are less controlled among children causes anxiety for parents. It not only affects the academic value and personality of the child, but also on the interaction pattern of parents and children. This study aims to determine the effectiveness of the "The Role of Parents in Assisting Children's Gadget Use" training on parent-child interactions. The research method used is a quantitative experiment with a *one group before-after* experimental design. The training program is given to parents for one session with a duration of 120 minutes. The subjects of this study were parents aged 25-40 years and had children aged 5-12 years living in Dukuh Tanggan, Gesi, Sragen. The research sample is 15 people. The data collection in this study used a scale of parent-child interaction patterns. The hypothesis test used is *Paired Samples T-Test* with a *pretest* mean of 87.40 and a *post-test* mean of 93.33, with a t value of -1.347 and $\text{sig. (2 tailed)} = 0.035$. Thus, this training was able to significantly improve the pattern of parent-child interaction.

Keywords: *gadget, parental roles, parent-child interaction patterns*

PENDAHULUAN

Era digital memungkinkan setiap orang dapat mengakses informasi kapanpun dan dimanapun. Hal ini karena hampir setiap orang baik di desa maupun di kota memiliki *handphone/gadget*. Gadget adalah sebuah istilah dalam bahasa Inggris yang artinya alat elektronik kecil dengan berbagai macam fungsi (Juliadi, 2018). Ditinjau dari bentuknya, *gadget* sendiri dapat berupa komputer atau laptop, tablet PC, dan juga telepon seluler atau *handphone* (Juliadi, 2018).

Perusahaan elektronik yang memproduksi *gadget* saling berlomba menawarkan produknya semenarik mungkin dengan varian harga yang terjangkau berbagai kalangan masyarakat. Maka tidak heran apabila hampir semua masyarakat kota maupun desa saat ini memiliki *gadget*. Bukan hanya orang dewasa saja, bahkan anak sejak bayi sudah familiar dengan benda pipih tersebut. Sebuah riset menyatakan bahwa Indonesia menjadi salah satu negara pengguna aktif *gadget* ke-empat setelah Cina, India dan Amerika (Suharno, 2018).

Saat awal kemunculannya, *gadget* berfungsi sebagai alat komunikasi yang memungkinkan penggunanya terhubung dengan orang lain dari jarak jauh. Di era modern yang serba digital saat ini, *gadget* memiliki fungsi untuk mengunduh informasi-informasi terbaru sehingga membuat hidup manusia menjadi praktis (Setianingsih, 2018). Selain itu, pada masa kini *gadget* telah dilengkapi beragam aplikasi yang bermanfaat untuk menunjang pekerjaan maupun untuk bersenang-senang. Bahkan untuk target pengguna anak maupun remaja terdapat *games* mulai yang bertemakan pembelajaran serta aplikasi yang dapat menghibur anak pada saat bermain (Novitasari dan Khotimah, 2016). Tentunya beragam aplikasi tersebut harus ditunjang dengan kuota internet. Oleh karena itu, saat ini penggunaan *gadget* tidak terlepas dari penggunaan internet.

Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada periode 2021-2022, jumlah pengguna internet di Indonesia telah menyentuh angka 210,03 juta orang. Jumlah ini mengalami peningkatan sebanyak 6,78% dibandingkan pada periode sebelumnya yang hanya berada pada angka 196,7 juta pengguna internet. Hal ini pun membuat tingkat penetrasi internet di Indonesia menjadi berada di angka 77,02 %.

Jika dilihat berdasarkan kelompok usia, tingkat penetrasi internet pada urutan pertama ditempati oleh kelompok usia 13 – 18 tahun, yaitu sebesar 99,16 %. Kemudian disusul oleh kelompok usia 19 – 34 tahun dengan tingkat penetrasi sebesar 98,64 %. Pada posisi ketiga disusul oleh kelompok usia 35 – 54 tahun dengan penetrasi internet sebesar 87,30 %. Sementara itu pada urutan keempat, tingkat penetrasi internet diduduki oleh kelompok usia 5 – 12 tahun, yaitu sebesar 62,43 %. Dan di urutan terakhir, tingkat penetrasi internet ditempati oleh kelompok usia 55 tahun ke atas dengan persentase sebesar 51,73 %. (<https://dataindonesia.id/digital/detail/apjii-pengguna-internet-indonesia-tembus-210-juta-pada-2022>)

Berdasarkan hasil survey tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengguna *gadget* tidak hanya orang dewasa saja melainkan juga anak-anak usia 5 – 12 tahun. Hasil penggalan data awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap responden yang memiliki anak usia 5 – 12 tahun, diperoleh bahwa sebanyak 95% anak mengenal *gadget* sejak usia balita. Hal ini karena orang tua sudah memiliki *gadget* sejak mereka belum memiliki anak. Alasan anak menggunakan *gadget* antara lain untuk mengerjakan tugas sekolah, main game, nonton youtube, main sosmed, dan sejenisnya.

Penggunaan *gadget* oleh orang dewasa, biasa digunakan untuk alat komunikasi, mencari informasi atau browsing, youtube, bermain game, ataupun lainnya. Sedangkan pemakaian pada anak usia dini biasanya terbatas hanya sebagai media pembelajaran, bermain game, dan menonton animasi. Pemakaiannya pun dapat memiliki waktu yang beragam dan berbeda durasi serta intensitas pemakaiannya pada orang dewasa dan anak-anak (Pratama, 2020).

Anak-anak dapat menghabiskan waktu berjam-jam menggunakan *gadget* sehingga mereka kurang bersosialisasi dengan lingkungan di sekitarnya (Ebi, 2017). Padahal penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat menimbulkan berbagai keluhan antara lain penurunan perkembangan anak, radiasi, obesitas, gangguan tidur, penyakit mental, dan sebagainya (Hasanah, 2017). Keluhan-keluhan tersebut dapat dicegah dengan menerapkan batasan penggunaan *gadget*. Menurut aturan yang diterapkan oleh World Health Organization (WHO), anak-anak tidak diperkenankan menggunakan *gadget* lebih dari satu jam perhari. Lebih rinci lagi, aturan batas penggunaan *gadget* bagi anak usia 5 – 7 tahun adalah 20 menit/hari, bagi anak usia 7 – 9 tahun adalah 30 menit/hari, sedangkan bagi anak usia 9 – 12 tahun adalah 60 menit/hari. Bila diambil rata-rata aturan penggunaan *gadget* pada anak usia 5-12 tahun adalah 20 – 60 menit/hari.

Mengenai durasi penggunaan *gadget* pada responden, sebanyak 33% responden menjawab anaknya menggunakan *gadget* kurang dari 1 jam/hari, 25% selama 1 – 2 jam/hari, 25% selama 3 – 4 jam/hari. Dengan kata lain, penggunaan *gadget* di atas 60 menit/hari sebanyak 50%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penggunaan *gadget* pada responden sebagian besar melebihi batas aturan penggunaan *gadget* sesuai usia. Dengan kata lain, durasi penggunaan *gadget* pada responden termasuk kategori tinggi.

Peran orang tua sangat penting dalam mengawasi dan membimbing anak terhadap pengelolaan penggunaan *gadget*. Menurut Zulfitria (2017) untuk mengurangi penggunaan *gadget* pada anak dapat ditentukan dengan pola asuh yang diterapkan oleh orang tua, khususnya ketika anak sedang menggunakan *gadget*. Orang tua hendaknya memberikan pengertian khusus mengenai cara menggunakan *gadget* itu sendiri sehingga anak dapat membatasi penggunaannya. Anak yang kurang mendapatkan informasi oleh orang tuanya akan dengan mudahnya salah menggunakan *gadget* yang dimilikinya, sehingga anak akan lupa waktu dalam mengerjakan kewajiban sekolah sebagai pelajar maupun kewajibannya di rumah. Hal kecil seperti itu dapat membantu mengatasi penggunaan *gadget* yang tidak penting bagi anak.

Orang tua atau keluarga menjadi wadah utama dalam memberikan pendidikan pertama kepada anak. Nilai pendidikan yang harus diberikan orang tua kepada anak utamanya adalah nilai moral, norma, dan budaya. Dari sini dapat dilihat bahwa orang tua adalah seorang pendidik yang berperan penting dalam membentuk kepribadian seorang anak sehingga tumbuh dewasa dan memiliki rasa tanggungjawab. Selain itu, orang tua juga memiliki tanggung jawab yang sangat besar dalam pencegahan terjadinya adiksi *gadget* pada anak (Harianja dkk, 2022). Hal senada dikemukakan oleh Warisyah (2015) menyatakan bahwa ketika anak mengaplikasikan *gadget* hendaknya perlu ada pendampingan, sehingga orang tua dapat memilah fitur-fitur yang digunakan oleh anak

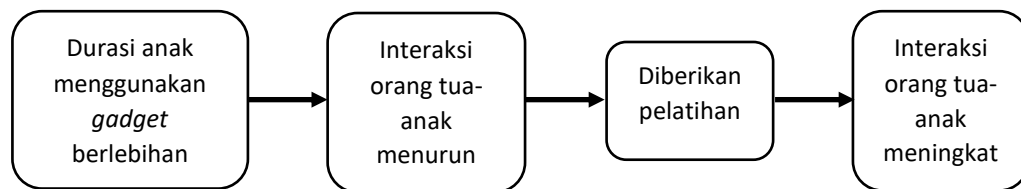
Berdasarkan hasil penggalan data yang dilakukan, kontrol dan pendampingan orang tua terhadap penggunaan *gadget* anak cenderung kurang. Hal ini meliputi proses izin yakni sebanyak 39,3% anak tidak izin terlebih dahulu saat akan menggunakan *gadget*, sebanyak 17,9% saja kadang-kadang izin. Mengenai kontrol penggunaan *gadget*, sebanyak 42,9% anak tidak pernah menceritakan apa yang ia akses di *gadget* dan orang tua juga tidak mengetahuinya. Hal ini disebabkan oleh orang tua yang tidak pernah mengecek isi *gadget* anaknya (32,1%). Orang tua pun juga tidak mengetahui anaknya berteman dengan siapa saja karena 57,1% orang tua tidak memiliki akun sosmed untuk memantau anaknya. Selanjutnya, sebanyak 46,4% orang tua tidak mendampingi anaknya saat menggunakan *gadget*, hal ini karena orang tua sibuk bekerja dan percaya anaknya hanya menggunakan *gadget* sesuai keperluan saja.

Durasi penggunaan *gadget* yang melebihi batas serta kurangnya peran orang tua dalam mengawasi dan mendampingi anaknya ketika menggunakan *gadget*, dapat menyebabkan berkurangnya interaksi orang tua-anak. Pola interaksi orang tua-anak hanya sebatas keperluan fisik seperti makan, minum, keperluan sekolah seperti menanyakan tugas rumah, maupun keperluan mendasar lainnya.

Interaksi adalah suatu hubungan antara dua atau lebih individu manusia, dimana kelakuan individu yang satu memengaruhi, mengubah, atau memperbaiki kelakuan individu yang lain atau sebaliknya (Gerungan, 2004). Senada dengan definisi tersebut, Ibrahim (dalam Saleh, 2013) mengemukakan interaksi sebagai kontak dan komunikasi yang diartikan sebagai pengaruh timbal balik antara berbagai sendi kehidupan Bersama. Pemberian rasa aman juga berkaitan dengan pola hubungan interaksi orang tua anak, dimana anak akan mendapatkan kepuasan akibat terpenuhinya segala kebutuhan fisik dan emosional oleh orang tuanya terutama ibu (Izzaty, 2005).

Riset yang dilakukan oleh Twenege & Campbell (2018) menunjukkan ada hubungan negatif antara durasi penggunaan *gadget* dengan kesejahteraan psikologis anak dan remaja. Perhitungan kesejahteraan dilihat dari aspek pengendalian diri, hubungan dengan orang tua/pengasuh, stabilitas emosi, diagnosis kecemasan dan depresi, serta perawatan kesehatan mental. (Twenege & Campbell, 2018). Pada aspek hubungan dengan orang tua/pengasuh, menggambarkan komunikasi atau pola interaksi antara orang tua/pengasuh dengan anak.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa penggunaan *gadget* pada anak yang kurang pendampingan dari orang tua, secara tidak langsung mempengaruhi pola interaksi orang tua-anak. Pola interaksi mempengaruhi kualitas hubungan orang tua-anak dimana hal tersebut sangat penting bagi perkembangan dan pembentukan kepribadian anak. Oleh karena itu, diperlukan suatu pelatihan yang bisa memberikan pemahaman dan membangun kesadaran orang tua tentang dampak penggunaan *gadget* terhadap perkembangan anak, gejala kecanduan *gadget* pada anak, serta cara orang tua membangun komunikasi dengan anak agar bisa mengontrol anak menggunakan *gadget*. Kerangka penelitian ini dapat dijelaskan melalui bagan berikut:



Berdasarkan kerangka berpikir tersebut dan pemaparan yang telah peneliti uraikan di atas, maka rumusan masalah yang diangkat dalam penelitian ini adalah “Bagaimana efektivitas pelatihan ‘Peran Orang Tua dalam Mendampingi Anak Menggunakan *Gadget*’ terhadap interaksi orang tua-anak usia 5-12 tahun?” Lalu tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji tingkat efektivitas pelatihan terhadap pola interaksi orang tua-anak. Maka hipotesis yang diajukan adalah terdapat pengaruh dan tingkat efektivitas pelatihan terhadap pola interaksi orang tua-anak.

Penelitian eksperimen sebelumnya pernah dilakukan oleh Sadeghi, dkk (2019), hasilnya menunjukkan bahwa pelatihan interaksi anak dan orang tua dapat mengurangi durasi *screen time*, mengurangi konflik dan meningkatkan kedekatan dalam hubungan orang tua dan anak. Selanjutnya, Putri dkk (2021) melakukan penelitian serupa yakni “pelatihan *screentime* terhadap interaksi anak dan orang tua”. Pelatihan tersebut ditujukan untuk orang tua yang memiliki anak usia 0-5 tahun. Akan tetapi pelatihan *screen time* tersebut kurang efektif untuk meningkatkan interaksi anak dan orang tua karena pelatihan diadakan secara online karena kondisi pandemi serta kondisi khusus orang tua anak.

Perbedaannya penelitian ini dibanding penelitian-penelitian sebelumnya terletak pada kriteria subjek penelitian yaitu orang tua berusia 25 – 40 tahun yang memiliki anak usia 5 – 12 tahun. Selain itu, peneliti mengadakan pelatihan tatap muka langsung sehingga memungkinkan terjadinya observasi dan interaksi langsung dengan subjek penelitian.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimental dengan desain kuasi experiment *one group before-after*. Desain ini menggunakan satu kelompok akan tetapi menerapkan perlakuan dan pengukuran

berulang dengan tetap menerapkan pemilihan dan pembagian sampel penelitian secara tidak random (Saifuddin, 2019). Desain kuasi experiment ini banyak digunakan dalam penelitian eksperimen bidang psikologi karena pertimbangan praktis dan etis. Desain ini dapat direkomendasikan untuk dapat digunakan dalam penelitian eksperimen pada manusia (Latipun, 2015).

Adapun desain eksperimen yang digunakan oleh peneliti sebagai berikut:

$$\text{KE NonR } O_1 (X) \Rightarrow O_2$$

Keterangan:

KE : Kelompok Eksperimen

NonR : Non randomisasi

X : perlakuan (pelatihan)

O₁ : Pengukuran pretest (pra perlakuan)

O₂ : Perlakuan post-test (pasca perlakuan)

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 15 orang ibu anggota PKK Dukuh Tanggan, Gesi, Sragen yang memiliki anak usia 5 - 12 tahun. Alasan peneliti memilih kriteria tersebut karena anak usia 5 – 7 tahun sudah bisa diajak berdiskusi mengenai sebab akibat dan diajak bersepakat mengenai penggunaan gadget. Peneliti tidak melakukan *screening* atau pemilahan kategori skor pola interaksi orang tua-anak karena keterbatasan waktu dan sampel penelitian.

Pelatihan “Peran Orang Tua dalam Mendampingi Penggunaan *Gadget* Anak” merupakan variabel bebas dalam penelitian ini. Sedangkan pola interaksi orang tua-anak merupakan variabel tergantung. Interaksi orang tua-anak diartikan sebagai hubungan yang terjalin antara orang tua dan anak baik secara komunikasi maupun aksi (Sadeghi dkk, 2019). Pola interaksi orang tua-anak dalam penelitian ini ditingkatkan melalui pelatihan. Pelaksanaan pelatihan bertepatan dengan agenda pertemuan rutin PKK setempat dengan durasi 120 menit. Pelatihan diberikan dengan format ceramah, tanya jawab, pemberian lembar kerja dan diskusi. Materi pelatihan yang diberikan meliputi fenomena penggunaan gadget, manajemen penggunaan gadget, peran orang tua dan interaksi orang tua-anak.

Pengukuran yang diberikan kepada subjek penelitian berupa pemberian kuesioner “Pola Interaksi Orang Tua-Anak” sebelum dan setelah pelatihan untuk mengetahui ada atau tidak perubahan pada subjek setelah diberikan pelatihan. Indikator pola interaksi orang tua-anak berdasarkan aspek-aspek interaksi orang tua-anak yang dikemukakan oleh Jeong-Mee dan Mahoney (2004), antara lain: (1) tanggung jawab (mau mendengarkan, sensitivitas, dan efektivitas); (2) memengaruhi (penerimaan, kenikmatan, ekspresi, daya cipta, dan kehangatan); (3) orientasi prestasi (prestasi pujian); dan (4) mengarahkan (mengarahkan dan menentukan). Kuesioner tersebut telah diujicobakan oleh Aulia (2017)

dengan skor dari p value keseluruhan indikator yang diuji bernilai $< 0,05$ yang berarti valid, lalu nilai koefisien *cronbach alpha* sebesar $0.941 > 0.70$ yang berarti reliabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang telah dilakukan menghasilkan data kuantitatif kemudian dilakukan uji asumsi meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Berikut hasil olah data uji normalitas.

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pola interaksi	15	87.4000	7.78093	76.00	99.00

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			Pola interaksi
N			15
Normal Parameters ^{a,b}		Mean	87.4000
		Std. Deviation	7.78093
Most Extreme Differences	Absolute		.164
	Positive		.163
	Negative		-.164
Kolmogorov-Smirnov Z			.636
Asymp. Sig. (2-tailed)			.813

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Pada tabel tersebut, skor Kolmogorov-Smirnov Z sebesar 0.636 dan Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0.813 ($p > 0.05$). Dengan demikian, sebaran data mengikuti kurva normal.

Selanjutnya adalah hasil olah data uji homogenitas sebagai berikut:

Test of Homogeneity of Variances			
Pola interaksi			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
8.761 ^a	4	6	.011

a. Groups with only one case are ignored in computing the test of homogeneity of variance for Pretest15.

Dari tabel tersebut diperoleh nilai Sig. = 0.011 ($p < 0.05$), artinya data bersifat heterogen atau tidak homogen. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa data pada sampel penelitian normal tapi heterogen. Maka pengolahan data selanjutnya menggunakan teknik nonparametrik.

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest15	15	87.4000	7.78093	76.00	99.00
Post-test15	15	93.3333	12.35584	53.00	107.00

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post-test15 - Pretest15			
Negative Ranks	3 ^a	7.67	23.00
Positive Ranks	12 ^b	8.08	97.00
Ties	0 ^c		
Total	15		

a. Post-test15 < Pretest15

b. Post-test15 > Pretest15

c. Post-test15 = Pretest15

Test Statistics^b

	Post-test15 - Pretest15
Z	-2.103 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.035

a. Based on negative ranks.

b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Pada tabel di atas, terdapat nilai Z sebesar -2.103 dan Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar 0.035 ($p < 0.05$), hal ini menunjukkan ada perbedaan antara dua pengukuran (pretest dan post-test). Letak perbedaannya dapat dilihat pada tabel *Descriptive Statistic* dimana hasil *mean rank pretest* sebesar 87.40 dan *mean rank post-test* sebesar 93.33, dengan kata lain skor pengukuran *post-test* lebih tinggi daripada *pretest*. Dari hasil analisis data tersebut menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan sebelum dan setelah pelatihan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data secara statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat pola interaksi orang tua-anak antara sebelum dan setelah diberikan pelatihan. Dengan demikian, hipotesis yang diasumsikan oleh peneliti dapat dinyatakan diterima. Hasil analisis data tersebut juga dapat dijadikan salah satu model pelatihan untuk meningkatkan kualitas pola interaksi orang tua-anak untuk meminimalisir terjadinya kecanduan *gadget* pada anak.

Apabila dilihat dari skor tiap individu pada rentang *pretest* dan *post-test*, terdapat satu subjek yang justru mengalami penurunan skor secara signifikan dan dua subjek mengalami penurunan skor namun tidak signifikan. Selebihnya, subjek mengalami kenaikan skor *pretest* dan *post-test*. Pada saat pelatihan berlangsung, subjek yang mengalami kenaikan skor menunjukkan sikap aktif dan kooperatif. Sebaliknya, subjek

yang mengalami penurunan skor menunjukkan sikap pasif dan kurang antusias mengikuti pelatihan. Oleh karena itu, perlu dilakukan *screening* untuk menyeleksi subjek yang ikut pelatihan.

Pola interaksi orang tua-anak dalam penelitian ini dikaitkan dengan peran orang tua dalam mendampingi penggunaan gadget anak. Mempertimbangkan salah satu faktor pendukung anak kecanduan *gadget* adalah kurangnya kedekatan anak dengan orang tua sehingga anak merasa bosan di rumah, maka anak mencari hiburan yakni bermain *gadget*. Pelatihan yang diberikan kepada orang tua dalam penelitian ini memfokuskan pada bagaimana cara orang tua menjalin interaksi dengan anak dalam kegiatan sehari-hari dan dalam mendampingi anak menggunakan *gadget*. Peserta diarahkan agar memiliki kemampuan untuk memodifikasi keterampilan komunikasi yang selama ini sudah dilakukan dengan menggunakan pola interaksi yang dikemukakan oleh Jeong-Mee dan Mahoney (2004) di antaranya tanggung jawab, mempengaruhi, orientasi prestasi dan mengarahkan.

Strategi pola interaksi orang tua-anak dilakukan dengan cara peserta mengerjakan lembar kerja mengenai bagaimana komunikasi yang dilakukan dengan anak selama ini. Selanjutnya, pemateri mengevaluasi hasil lembar kerja peserta dan membahas bagaimana komunikasi yang sebaiknya dilakukan. Dalam sesi ini pemateri membuka pertanyaan dan diskusi mengenai hal-hal yang belum dimengerti serta hambatan-hambatan yang akan dialami ketika orang tua mempraktekannya di rumah. Hal ini dilakukan agar masing-masing peserta muncul kesadaran untuk melakukan strategi komunikasi yang lebih baik daripada sebelumnya dan bisa terjalin interaksi yang hangat dengan anak.

Setiap sesi dalam pelatihan memiliki tujuan yang saling berkaitan dan mengarah pada satu tujuan, yaitu peserta mampu membangun kembali pola interaksi yang lebih baik dengan anak. Ketika telah terjalin pola interaksi yang menimbulkan kedekatan dan kehangatan, diharapkan dapat menurunkan intensitas anak kecanduan *gadget* dan anak dapat menggunakan *gadget* sesuai batasan usia dan keperluannya.

Setelah itu, pola komunikasi tersebut diimplementasikan ketika mendampingi anak dalam menggunakan *gadget*, meliputi kritisi, diskusi, batasi, patuhi dan nikmati. Kritisi yang dimaksud adalah orang tua mengajak anak mengkritisi konten/aplikasi yang diakses. Langkah ke-dua adalah mendiskusikan dengan anak mengenai konten/aplikasi yang boleh dan tidak boleh diakses serta tingkat kepentingannya. Selain itu, orang tua perlu membatasi durasi & frekuensi penggunaan *gadget* pada anak sesuai dengan batasan usia dan keperluannya. Lalu orang tua bersama anak mematuhi aturan yang telah disepakati. Langkah terakhir adalah menikmati aktivitas pengganti *gadget* bersama anak.

Berdasarkan hasil uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pelatihan “peran orang tua dalam mendampingi penggunaan gadget anak” terbukti efektif meningkatkan pola interaksi orang tua-anak. Meskipun demikian, penelitian ini masih memiliki beberapa kelemahan. *Pertama*, pemilihan jenis metode eksperimen yang dipilih peneliti adalah

kuasi eksperimen bukan eksperimen murni (*true experiment*) karena peneliti kesulitan untuk mengontrol variabel penelitian. Hal ini berawal dari terbatasnya sampel penelitian. Kriteria dalam penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak usia 5 – 12 tahun, dalam hal ini ibu-ibu anggota PKK setempat di Dukuh Tanggan, Gesi, Sragen. Setelah dilakukan pendataan, populasi yang termasuk dalam kriteria tersebut hanya berjumlah 15 orang.

Ke-dua, mempertimbangkan jumlah 15 orang yang terlalu kecil, maka selanjutnya peneliti tidak melakukan *screening* atau seleksi menggunakan alat ukur untuk menentukan sampel penelitian. Selain itu, peneliti juga tidak melakukan randomisasi terhadap sampel penelitian. Randomisasi bertujuan untuk menciptakan peluang yang sama pada sampel penelitian dan untuk mengurangi bias atau *error* penelitian (Saifuddin, 2019). Akibatnya, peneliti tidak bisa melakukan kontrol internal untuk mengendalikan dan mengontrol kondisi dan karakteristik sampel penelitian (latar belakang sosial ekonomi, pendidikan, kualitas pola interaksi orang tua-anak, kondisi psikologis, dan sebagainya). Oleh sebab itulah data yang dihasilkan bersifat heterogen.

Ke-tiga, dari segi alat ukur yang digunakan tidak terdapat *range* waktu untuk menunjukkan bahwa skor yang diperoleh dapat bertahan dalam kurun waktu berapa lama. Selain itu, peneliti juga tidak melakukan *follow up* setelah pelatihan untuk mengetahui hasil pelatihan pada perubahan perilaku (praktek dan kendalanya). Dengan demikian, perubahan peningkatan skor pola interaksi pada subjek penelitian masih pada ranah kognitif atau pengetahuan saja. *Ke-empat*, pelatihan hanya dilakukan satu kali saja sehingga efektivitas yang didapat belum maksimal. Maka alangkah lebih baik untuk penelitian selanjutnya pelatihan diadakan lebih dari satu kali dengan jeda beberapa hari agar hasilnya lebih maksimal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan “Peran Orang Tua dalam Mendampingi Anak Menggunakan *Gadget*” terbukti efektif untuk meningkatkan pola interaksi orang tua-anak. Hal ini karena dapat dilihat dari data skor pola interaksi orang tua-anak setelah diberikan pelatihan lebih tinggi dibanding sebelum diberikan pelatihan.

Keunikan dari penelitian ini adalah keaslian modul pelatihan yang dibuat sendiri oleh peneliti dan belum pernah digunakan pada penelitian sebelumnya. Strategi pola interaksi orang tua-anak diimplementasikan ke dalam peran orang tua dalam mendampingi anak menggunakan *gadget* melalui aktivitas mengerjakan lembar kerja dan diskusi. Hal ini bertujuan agar efektivitas pola interaksi orang tua-anak dapat bertahan dalam jangka waktu lama serta ada peningkatan pemahaman dan keterampilan setelah pelatihan. Selain itu, strategi pola interaksi orang tua-anak membuat orang tua menjadi merasa lebih sadar terhadap hubungan yang akan dibangun bersama anaknya, sehingga

secara tidak langsung anak akan lebih mampu membenajamen penggunaan *gadget* sesuai batasan usia dan keperluannya.

DAFTAR PUSTAKA

Aulia, Inneke Putri. (2017). *Hubungan antara Pola Interaksi Orang Tua-Anak dengan Kedisiplinan Anak di Sekolah TK PKK Marsudi Siwi, Gunungkelir, Pleret, Bantul*. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendidikan UNY.

Ebi S. (2013). *Golden Age Parenting*. Yogyakarta: Psikologi Corner.

Fadlilah, S. and Krisnanto, P. D. (2019). *Analisis Penggunaan Gadget dan Interaksi Sosial Anak Usia Pra Sekolah di Taman Kanak-Kanak Yogyakarta*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah 4 (2), pp. 103-109.

Gerungan, W. A. (2004). *Psikologi sosial*. Bandung: PT. Refika Aditama.

Hasanah. (2017). *Pengaruh Gadget Terhadap Kesehatan Mental Anak*. Jurnal Islamic Early Childhood Education.

Izzaty, Rita Eka. (2005). *Mengenali Permasalahan Perkembangan Anak Usia TK*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.

Jeong-Mee, K. dan Mahone, G. (2004). *The Effects of Mother Style of Interaction on Childern's Engagement: Implications for Using Responsive Interventions with Parent*. Scholarly Journals, English. Mandel School of Apllied Sosial Sciences Case Western Reserve University Cleveland.

Juliadi, Marpaung. (2018). *Pengaruh Penggunaan Gadget dalam Kehidupan*. Jurnal KOPASTA 5 (2): 55-64.

Latipun. (2015). *Psikologi Eksperimen*. Malang: UMM Press.

Novitasari, W. & Khotimah, N. (2016). *Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Anak Usia 5-6 Tahun*. Jurnal PAUD Teratai Volume 05(03), 182-186.

Pratama, Aditya. (2020). *Peran Orangtua dalam Mengawasi Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini (Studi di Perumahan Griya Abdi Negara Kelurahan Sukabumi Bandarlampung)*. Skripsi. Lampung: UIN Raden Intan Lampung.

Putri, Shelin Apriliana dkk. (2021). *Eefektivitas Pelatihan Screen Time terhadap Interaksi Anak dan Orang Tua*. Jurnal Kumara Cendikia Vol.9 NO.4 Desember 2021.

Saifuddin, Ahmad. (2019). *Penelitian Eksperimen dalam Psikologi*. Jakarta: Prenadamedia Group.

Saleh, Anwar. (2013). *Interaksi Sektor Informal (PKL) dengan Sekotor Formal di Pusat Kota Tasikmalaya*. Tesis. Yogyakarta: UGM Yogyakarta.

Setianingsih, Ardani, A.F., & dan Khayati, T.N. (2018). *Dampak Penggunaan Gadget pada Anak Usia Prasekolah dapat Mengakibatkan Resiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas*. GASTER, Volume XVI(2), 191-205.

Suharno. (2018). *Pengaruh Smartphone terhadap Perkembangan Personal Sosial Anak Usia Pra Sekolah di TK Al-Marhamah Kabupaten Majalengka Tahun 2017*. Jurnal IPM 11, pp. 319-329.

Warisyah, Y. (2015). Pentingnya Pendampingan Dialogis Orangtua Dalam penggunaan gadget pada anak usia dini. Makalah disajikan dalam Prosiding Seminar Nasional Pendidikan di FKIP Universitas Muhamadiyah Ponorogo, 7 November 2015 (online).

Zulfitria. (2017). *Pola asuh orang tua dalam penggunaan smarthphone pada anak sekolah dasar*. Holistika: Jurnal Ilmiah PGSD, Volume 1(2)

(<https://dataindonesia.id/digital/detail/apjii-pengguna-internet-indonesia-tembus-210-juta-pada-2022>)