

**PERAN ORANG TUA DALAM MENGOPTIMALISASI KETERGANTUNGAN ANAK
PADA SMARTPHONE**

Ana Cahayani Fatimah

STIT Sunan Giri Bima

Email: anacahayani@gmail.com

Submit	Received	Edited	Published
31 Des. 2021	01 Jan. 2021	03 Jan. 2021	05 Jan. 2021

ABSTRACT

This study aims to analyze the shape of the role of parents in optimizing children's dependence on smartphones in the Bima area in particular. The form of smartphone use in children can be classified at high, medium, and low levels. Low category if the use of smartphones is only during free time for example when coming home from school or after studying and the duration of use is only half an hour. Medium category is if smartphone usage ranges from 40 to 60 minutes in one use 2 to 3 times per day. However, if the use of smartphones has a duration of more than 60 minutes per day continuously or more than 120 minutes in one use, it can be categorized as a high level of smartphone use and can be said to have an attitude of dependence. The data collection techniques used are: (1) observation; (2) interviews; (3) documentation. Research results In carrying out its role in optimizing smartphone dependence experienced by their children, parents have their own way and the impact of smartphone dependence experienced by children in the Bima area, namely, disrupting sleep patterns, disrupting the learning process and the impact financially or economically. If this is allowed to continue, this will have a serious impact on children in the future, children will tend to be more concerned with smartphones than other more important things. In addition, the child will become a lazy person and it will affect the success of his life in the future.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bentuk dari peran orang tua dalam mengoptimalkan ketergantungan anak pada *smartphone* di wilayah Bima khususnya. Bentuk penggunaan *smartphone* pada anak dapat di klasifikasikan pada tingkat tinggi, sedang, dan rendah. Kategori rendah apabila penggunaan *smartphone* hanya saat waktu senggang contohnya saat pulang sekolah atau selesai belajar dan durasi pemakaian hanya setengah jam. Kategori sedang adalah jika pemakaian *smartphone* berkisar antara 40 sampai 60 menit dalam sekali pemakaian 2 sampai 3 kali per hari. Namun apabila penggunaan *smartphone* memiliki durasi waktu lebih dari 60 menit per hari secara terus-menerus atau lebih dari 120 menit dalam sekali pemakaian maka dapat dikategorikan tingkat penggunaan *smartphone* yang tinggi dan sudah bisa dikatakan memiliki sikap ketergantungan. Teknik-teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu: (1) observasi; (2) wawancara; (3) dokumentasi. Hasil penelitian Dalam melakukan perannya untuk mengoptimalkan ketergantungan *smartphone* yang dialami oleh anaknya, Orangtua memiliki cara tersendiri dan dampak dari ketergantungan *smartphone* yang di alami oleh anak-anak di wilayah Bima yakni, mengganggu pola tidur, mengganggu proses belajar dan dampak secara finansial atau ekonomi. Jika hal ini di biarkan terus terjadi maka hal in akan berdampak serius bagi anak di masa mendatang, anak akan cenderung lebih mementingkan *smartphone* dari pada hal lain yang lebih penting.

Keywords: *Orang Tua, Kecanduan Smartphone*

Volume	Nomor	Edisi	P-ISSN	E-ISSN	Halaman
12	2	Deseber 2021	20857365	2722-3027	53-74

PENDAHULUAN

Orang tua adalah pintu utama bagi pendidikan anak. Hal ini merupakan dasar atau pondasi yang membentuk moral dan perilaku individu, orangtua berada pada lingkungan keluarga dimana lingkungan keluarga ini dapat menjadi filter dari lingkungan-lingkungan luar yang mungkin menjadikan individu berkaraker buruk. Orang tua merupakan bagian yang penting bagi pembentukan sikap dan karakter anak, karena orng tua mendidik anak supaya mampu beradaptasi dengan baik dan benar di kehidupan bermasyarakat. Orang tua dalam keluarga terdiri ayah dan ibu dimana seorang ayah merupakan kepala keluarga yang diharapkan mempunyai sifat-sifat yang bijaksana, arif dan adil serta mampu memberikan contoh/tauladan yang baik bagi anak sehingga di kemudian hari anak memiliki karakter atau akhlak yang di senangi oleh keluarganya juga masyarakat umum.

Dalam keluarga selain ayah, peran ibu tidak kalah penting dalam membangun lingkungan keluarga yang sehat jasmani dan rohani karena ibu memiliki julukan sebagai madrasah awal atau pendidikan mula bagi anak. Seorang ibu mempunyai peranan yang tdak kalah penting dari peranan seorang ayah. Pada proses tahapan perkembangan dan pertumbuhan anak ibu harus bijak dalam mengambil keputusan-keputusan dalam tahapan proses perkembangan dan pertumbuhan anak menuju dewasa. Dalam hal ini untuk merealisasikan hal tersebut di perlukan kerjasama yang baik ibu dan ayah guna membangun keluarga yang harmonis.

Komunikasi merupakan pondasi utama dalam membentuk hubungna yang kokoh karena dengan komunikasi yang baik segala hal yang ingin disampaikan tersalurkan dengan baik, dengan komunikasi yang baik hal dalam mendidik anak, mendisiplinkan anak serta memberikan teladan bagi anak menjadi mudah dan bermakna sehingga efeknya membuat anak terkesan dan dapat mengingat sehingga mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan berkomunikasi secara baik dan benar anak-anak bisa memenuhi kebutuhannya dalam mendaptkan dan menyalurkan informasi dari suatu pihak ke pihak yang lain(bermasyarakat).

Komunikasi merupakan cara berinteraksi sesama begitu pula dengan media *smartphone*. *Smartphone* merupakan salah satu alat dari sekian banyak teknologi yang lahir dari kemajuan serta perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK), tekhnologi yang satu ini awalnya diciptakan manusia agar dapat berkomunikasi dengan lancar tanpa harus dibatasi oleh waktu, ruang dan jarak sekalipun. *Smartphone* dikembangkan melalui sistim jaringan internet diantaranya dapat melakukan panggilan *video*. Namun seiring berkembanya zaman

segala unit-unit pendukung juga ikut ditambahkan agar dapat lebih memudahkan manusia dalam memenuhi kebutuhannya. Namun pada masa kini *smartphone* sudah tidak hanya diberfungsikan sebagai alat komunikasi atau alat yang mempermudah kehidupan akan tetapi lebih dari itu *smartphone* sudah merupakan gaya hidup dan merupakan alat penentu status sosial.

Masyarakat global kini hidup didalam dunia ekses tersebut, yang didalamnya segala bentuk yang banar, takberguna, remeh-temeh, enteng, murahan diproduksi, disirkulasikan dan dikonsumsi, sebagai cara untuk memenuhi tuntutan ontologis, bahwa segala sesuatu harus hadir (*presence*), ditampilkan, ditayangkan, ditampakkan, diimaneikan didalam ruang waktu, yang didalamnya ide dan informasi harus terus berproduksi, tidak peduli apakah semuanya masih berkaitan dengan peningkatan kesejahteraan, kemakmuran dan kualitas hidup manusia.¹

Dari kutipan di atas adanya zaman sekarang hanya diisi oleh manusia-manusia yang cinta kemegahan, tahta, serta status sosial yang tinggi. Hingga nilai-nilai manfaat dari kemajuan zaman dan teknologi sekarang menjadi alat untuk meningkatkan status sosial dan memperoleh kepuasan darinya. Hal-hal tersebut sebagai akibat dari ketidak mampuan manusia mengendalikan diri dengan perkembangan teknologi yang telah disebutkan diatas telah menyebar hampir merata tidak terkecuali wilayah yang berada dikabupaten Bima, ketidak mampuan masyarakat kabupaten Bima tersebut terlihat dari banyaknya anak bahkan balitapun sudah dapat mengoperasikan *smartphone*.

Peran Orang tua dalam Mengoptimalkan ketergantungan Anak Pada *Smartphone*

Peran (*role*) merupakan aspek dinamis kedudukan (status). Apabila seseorang melaksanakan hak dan kewajibannya sesuai dengan kedudukan, dia menjalankan suatu peran. Peranan lebih banyak menunjukan pada fungsi, penyesuaian diri, dan sebagai suatu proses. Jadi seseorang menduduki suatu posisi dalam masyarakat serta menjalankan suatu peranan. berikut ini peran orangtua dalam mendidik anak:²

1. Berkomunikasi dengan baik dan santun

Orang tua merupakan tauladan bagi anak-anaknya, proses mendidik seorang anak tidak dapat dilakukan dengan bahasa yang kasar ataupun tidak sopan. Jika ingin disiplin maka orang

¹ Yasraf Amir Piliang, *Dunia Yang Dilipat*, (Bandung: Matahari, 2010), 77-78.

² Sukiman, *Menumbuhkan Karakter Bersahabat Pada Anak*, (Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016), 9-17

tua dapat memberikan teladan kepada anaknya dengan cara bertutur kata yang sopan dan baik dan memberikan pengertian yang baik jika anak berbuat kesalahan.

2. Menjadi pendengar yang baik

Seorang anak pasti memiliki masalah dalam hidupnya baik dilingkungan sekolah, maupun lingkungan sosial tempatnya bermain. Pada kondisi tertentu dibutuhkan keterlibatan orangtua dalam memecahkan masalah yang dihadapi anaknya dengan cara mendengarkan dengan baik keluh kesah anak-anaknya. Sehingga hal ini pun akan membuat anak menjadi lebih terbuka dengan orangtuanya.

3. Mengajarkan kepada anak untuk menghormati orang lain

Selain memberikan pengertian yang baik untuk Menghormati orang lain, dapat juga diajarkan orangtua dengan memeberikan contoh secara langsung perilaku menghormati orang lain dan orangtua konsisten terhadap apa yang diucapkan dengan perilakunya.

4. Hindari sikap otoriter, acuh tak acuh, memanjakan dan selalu khawatir

Seorang anak dapat mandiri apabila dia punya ruang dan waktu baginya untuk berkreasi sesuai dengan kemampuan dan rasa percaya diri yang dimilikinya. Ini harus menjadi perhatian bersama karena hal tersebut dapat muncul dari sikap orangtuanya sendiri yang sadar atau tidak sadar ditampakan pada saat interaksi terjadi antara ayah dan ibu dengan anak. Sehingga anak-anak akan termotivasi untuk mengaktualisasikan potensi yang ada pada dirinya tanpa adanya tekanan atau ketakutan.

5. Menjaga keharmonisan keluarga

Ketika orang tua sering bertengkar dan berselisih bahkan melakukan kekerasan di depan anak-anaknya. Maka hal itu akan membuat anak-anak mencontoh dengan bertindak tidak menghargai teman sebayanya atau melakukan kekerasan pada temanya, dan terkadang mereka akan menjadi anak yang pembangkang.

Dapat disimpulkan bahwa orangtua mempunyai tanggung jawab yang berat dalam memberikan bimbingan kepada anak-anaknya, tokoh ayah dan ibu sebagai pengisi hati nurani yang pertama harus melakukan tugas yang pertama adalah membentuk kepribadian anak dengan penuh tanggung jawab dalam suasana kasih sayang antara orangtua dengan anak begitu pula denga pergaulan dalam kehidupan masyarakat dan social yang bahkan interaksinya melibatkan teknologi canggih seperti *Smartphone*.

Smartphone adalah sebuah istilah dalam bahasa Inggris yang dapat diartikan dengan Telepon Pintar, *smartphone* sebagai sebuah telepon genggam pintar yang memiliki fitur canggih seperti *E-mail*, internet dan fitur-fitur lainnya. Singkatnya, *smartphone* merupakan telepon genggam yang memiliki kemampuan sama dengan komputer.³ Belum ada standar pabrik yang menentukan arti telepon pintar. Bagi beberapa orang telepon pintar merupakan telepon yang menyajikan fitur canggih seperti surat elektronik, internet dan kemampuan membaca buku elektronik (*e-book*).

Saat ini, fungsi *smartphone* dengan penambahan beragam fitur komunikasi dan dengan dilengkapi penambahan akses internet merupakan inovasi terbaru dalam teknologi *smartphone*. Saat ini pengguna dapat dengan mudah dan cepat mengakses situs internet dengan kemudahan dan kecepatan yang sama ketika menggunakan komputer atau laptop. Dan pada saat yang sama juga pihak perusahaan pembuat *smartphone* tetap menjamin kenyamanan dalam berkomunikasi dan melakukan panggilan dengan kejernihan suara yang dihasilkan.⁴

Perkembangan teknologi telah membawa banyak perubahan, terutama dikalangan anak-anak, agar tidak mengalami ketergantungan yang berlanjut pada anak, maka orangtua dapat melakukan hal-hal diantaranya :⁵ Masuk ke dunia online mereka, Menjadi sahabat untuk anak, Memberi batasan waktu dalam penggunaan *smartphone*, Memberi aturan tertulis tentang penggunaan *smartphone* serta Memberikan penjelasan yang baik tentang dampak negatif penggunaan *smartphone*.

Dampak Positif dan Negatif Smartphone

1. Dampak positif.
 - a. Mempermudah komunikasi

Dalam hal ini *smartphone* dapat mempermudah komunikasi dengan orang lain yang berada jauh dari kita dengan cara *sms*, telepon, atau dengan semua aplikasi yang dimiliki dalam *smartphone* kita.

- b. Menambah pengetahuan

³ Delfi Andre Eddy Putra, *Smartphone Sebagai Gaya Hidup*, <https://jurnal.usu.ac.id>, di akses tanggal 21 Agustus 2021.

⁴ Maxmanroe, *Sistim Operasi Fitur dan Jenis Smartphone*, <https://www.maxmanroe.com/vid/teknologi/mobile-app/pengertian-smartphone.html>, diakses tanggal 19 Juli 2021.

⁵ *Ibid.*

Dalam hal pengetahuan kita dapat dengan mudah mengakses atau mencari situs tentang pengetahuan dengan menggunakan aplikasi

yang berada didalam *smartphone* kita contohnya: Detik.kompas.com.google, crom.

c. Menambah teman

Dengan banyaknya jejaring sosial yang muncul akhir-akhir ini kita dapat dengan mudah menambah teman melalui jejaring sosial yang ada melalui *smartphone* yang kita miliki.

d. Munculnya metode pembelajaran yang baru

Dengan adanya metode pembelajaran ini. Dapat memudahkan siswa dan guru dalam proses pembelajaran. Dengan kemajuan teknologi terciptalah metode-metode baru yang membuat siswa mampu memahami materi-materi yang belum di pahamiya.⁶

2. Berikut ini beberapa dampak negatif dari ketergantungan *smartphone* :⁷

a. Merusak mata

Jika mata kita merasa lelah dan perih saat melihat ponsel tidak mengherankan sebenarnya, karena pada saat mata diajak untuk terus-menerus fokus pada benda kecil mata akan kering dan tingkat paling ekstrim bisa menderita infeksi.

b. Mengubah postur tubuh

Kristen Lord seorang ahli fisioterapi mengungkapkan bahwa tubuh bereaksi akan kebiasaan yang dilakukan sehari-hari. ketika kerap melihat ponsel, maka leher dan pundak turut terkena efeknya. Selain itu anak saat bermain dengan *smartphone* anak sering menahan lapar, haus, dan keinginan buang air kecil sehingga mengganggu system pencernaan (terlalu gemuk atau terlalu kurus).⁸

c. Mengganggu pendengaran

Hampir semua pengguna ponsel atau tablet tampak menggunakan *smartphone* untuk mendengarkan musik. Namun ini tidak baik jika dilakukan. Apalagi dengan volume yang terlalu besar.

d. Mengganggu pola tidur

Salah satu dampak anak yang ketergantungan *smarphone* adalah tidak bisa berhenti menggunakannya bahkan sampai larut malam. Bermain *smartphone* memang bisa menimbulkan

⁶ Sukiman, *Mendidik Anak di Era Digital*, (Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2016),15.

⁷ Kusuma Yuliandi dan D. Ardy Artanto, *Internet Untuk Anak Tercinta*, (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 2011), 71

⁸ *Ibid* 23.

ketagihan yang akan membuat mereka susah untuk berhenti. Akhirnya jam tidur mereka akan terganggu, bahkan jika dibiarkan terlalu lama bisa mengidam *insomnia*. Jika waktu tidur yang dibutuhkan tubuh tidak terpenuhi, maka berbagai penyakit dan gangguan kesehatan mudah menyerang.

e. Mengganggu proses belajar

Anak yang mengalami ketergantungan *smartphone* tidak bisa berhenti bermain *smartphone*, kegiatan belajar anak biasanya akan terganggu karena hampir sebagian besar waktunya digunakan untuk bermain *smartphone* dan sulit untuk berkonsentrasi saat belajar di sekolah, sehingga akhirnya prestasi di sekolahpun jadi menurun.

f. Kurang bersosialisasi

Ketergantungan *smartphone* menyebabkan anak hanya ingin berkomunikasi melalui aplikasi media sosial yang ada di *smartphone* saja dan enggan bersosialisasi dengan orang-orang disekitarnya. Akibatnya, hubungan pertemanan bahkan keluargapun merenggan karena *smartphone*.

Penggunaan *smartphone* memberikan dampak pada penggunanya. Kemudian dalam bidang teknologi membuat pengguna mempunyai pendapat yang berbeda dalam konteks akibat setelah menerima teknologi tersebut. Ada dampak positif dalam artian meningkatkan semangat belajar anak, tetapi juga ada dampak negatifnya dalam artian berdampak pada kemalasan karena anak lebih mementingkan *smartphone* nya dari pada pembelajarannya. Itulah beberapa dampak yang dapat disebabkan oleh penggunaan *smartphone* pada anak-anak.

Bentuk Penggunaan *Smartphone* Pada Anak

Banyak kita jumpai orangtua membelikan *smartphone* yang canggih dengan model yang sesuai dengan keinginan anak. Orang tua yang memiliki karir di luar rumah, *smartphone* digunakan untuk memantau aktifitas dan berkomunikasi dengan anak yang ada di rumah. Sedangkan ibu yang menetap di rumah membelikan *smartphone* bertujuan untuk mengalihkan perhatian anaknya agar tidak mengganggu aktifitasnya dalam mengerjakan pekerjaan rumah tangga.

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan akan berdampak buruk bagi anak hal itu akan terjadi apabila anak menggunakan aplikasi dan fitur-fitur yang ada pada *smartphone* secara berlebihan. Anak yang menghabiskan waktunya bermain dengan *smartphone* akan lebih

emosional, dan memiliki sikap cenderung pemberontak jika sedang diganggu saat asik bermain *smartphone* dan Malas mengerjakan rutinitas sehari-hari. Yang lebih menghawatirkan lagi apabila mereka sudah tidak memperhatikan sisi kanan dan kiri mereka atau tidak lagi memperdulikan orang disekitarnya, bahkan menyapa orang lain yang lebih tuapun enggan.

1. Aplikasi penggunaan *smartphone* pada anak :

a. *Game*

Game adalah salah satu contoh aplikasi hiburan yang ada dalam *smartphone* yang telah menjadi semakin populer saat ini. Permainan ini dimainkan di dunia maya, *game* adalah tempat dimana seseorang pemain tidak terlalu merasa bosan dibandingkan kehidupan nyatanya. Seorang pemain dapat melakukan beragam kegiatan di dalam *game* mulai dari membangun karakternya sampai berinteraksi dengan pemain-pemain lainnya. Kecendrungan seorang anak berinteraksi dan berekspresi di dalam *gamenya* dapat membawanya kearah ketergantungan dapat dikatakan bahwa jika seorang anak semakin memisahkan dunia maya dengan dunia nyata semakin besar kecendrungan mereka kearah ketergantungan bermain *game* dengan *smartphonenya*.

Hal yang tidak pernah terfikirkan adalah *game online* tidak pernah berakhir dan mengalami perkembangan terus-menerus, memaksa pemain di dalam *game* untuk terus-menerus aktif, mereka biasanya telah menginvestasikan banyak waktu dan tenaga (dan kadang-kadang uang), dan berhenti bermain akan berarti membuang itu semua.⁹

Kini semakin jelaslah betapa *Smartphone* gaya kepribadian seseorang, lewat *game online* dengan perlahan namun pasti mulai membuat anak untuk terus menggunakan dan terus aktif dalam mengoperasikannya. Jika pada awalnya mereka merasa bahwa menggunakan *smartphone* hanya sekedar hiburan maka lama-kelamaan akan berubah menjadi tiada hiburan jika tanpa *smartphone*, rasa tiada hiburan tanpa *smartphone* inilah yang kemudian akan beralih menjadi candu/ kecanduan *smartphone*.

b. Sosial media

Di dunia maya, seseorang dapat menciptakan jaringan sosial hubungan-hubungan baru. Dengan kujungan rutin ke kelompok tertentu (misalnya, bidang obrolan tertentu, *facebook*, *instagram*, *youtube*, *line*, *e-mail*, *twiter*), rasa kebosanan mereka terhadap dunia nyata membuat mereka tidak bisa jauh dengan dunia maya, anak-anak yang menggunakan sosial media

⁹ Kimberly s.Young, Cristiano Nabuco de Abreu, *Kecanduan Internet*, terj. Helly Prajitno Soejipto (Celaban Timur: Pustaka Pelajar,2017),121-137

menjadikannya sebagai sarana untuk meluapkan emosional mereka terhadap kesakitan yang mereka alami didunia nyata. Tidak jarang media sosial juga menjadi sarana hiburan bagi anak-anak untuk membagikan aktifitas keseharian mereka disosial media sehingga mereka tidak memikirkan dampak-dampak yang mereka alami. Misalnya, seorang memasukan foto atau video di sosial medianya, Rasa penasaran tingkat tinggi tentang berapa jumlah *like* atau komentar seseorang dengan foto atau vidionya membuat anak-anak selalu bermain dengan *smartphonenya* untuk mengakses sosial media tersebut.

Kegiatan mengakses sosial media dilakukan oleh mereka tanpa memeperhatikan waktu dan tempat, tak jarang pula tidur mereka terganggu akibat kegiatan *online* yang mereka lakukan hingga larut malam, dan pecandu pada umumnya terjaga hingga larut malam untuk berselancar di sosial media terlepas dari kenyataan bahwa mereka harus bangun pagi-pagi keesokan harinya untuk pergi sekolah.¹⁰

Pernyataan diatas menerangkan betapa sosial media begitu menggoda pengguna hingga lupa waktu, khususnya anak-anak mereka tidak peduli apa dampak dan kebutuhan tubuhnya untuk beristirahat agar kuat menjalani aktifitas paginya, yang mereka pedulikan adalah segala macam hal yang dapat mereka lihat dalam alat genggamannya hingga lupa pada waktu istirahat.

Smartphone tidak hanya berisi aplikasi tentang pembelajaran mengenal huruf atau gambar, tetapi terdapat aplikasi hiburan seperti sosial media. Pada kenyataanya anak-anak tidak hanya menggunakan *smartphone* untuk bermain *game* atau belajar tetapi juga menggunakannya untuk berselancar di sosial media, sehingga anak-anak akan sering menggunakan *smartphonenya* untuk bermain *game* dan sosial media daripada untuk belajar ataupun bermain di luar rumah dengan teman-teman seusianya.¹¹

Berdasarkan uraian-uraian tersebut dapat terlihat jelas bahwa penggunaan *smarphone* terhadap anak kebanyakan untuk bermain *game*, dan sosial media ketimbang hal-hal yang berfaedah lainnya seperti menggunakan fitur-fitur yang ada dalam *smartphone* untuk belajar. Sedangkan hanya sedikit sekali yang menggunakan untuk berkomunikasi dengan orangtua mereka atau untuk melihat video pembelajaran. Penggunaan *smartphone* yang secara terus menerus hingga ketergantungan memberikan pengaruh buruk terhadap perkembangan anak. Pada usia anak-anak fungsi bermain mempunyai pengaruh besar sekali bagi perkembangan anak. Jika

¹⁰ *Ibid*, 31.

¹¹ Nurrachmawati, "Pengaruh Sistem Operasi Mobile Android pada Anak Usia Dini", Jurnal Pengaruh System Operasi Mobile Android pada Anak Usia Dini, No.2, (2014), 73.

pada orang dewasa sebagian besar dari perbuatannya diarahkan pada pencapaian tujuan dan prestasi dalam bentuk kerja, maka kegiatan anak sebagian besar berbentuk aktivitas bermain.

2. Kriteria ketergantungan *Smartphone*

Untuk mengatakan seseorang candu atau ketergantungan *smartphone* bukan hal yang mudah. Namun, faktor-faktor yang meningkatkan resiko potensi ketergantungan *smartphone*, yakni mereka yang menghabiskan waktu lebih dari 8 jam per hari untuk *online*, dan bermain *game*.¹²

Seseorang yang memiliki ketergantungan pada *smartphone* untuk memenuhi kebutuhan tertentu dan mencapai tujuan tertentu. seseorang akan menjadi lebih bergantung pada *smartphone* karena memenuhi beberapa kebutuhannya.

Pengguna *smartphone* dapat dianggap memiliki ketergantungan jika mereka memenuhi atau mendapat skor tinggi di semua kriteria di bawah ini:¹³

- 1) Terus menerus memikirkan *smartphone* sehingga mengabaikan kebutuhan dasar seperti tidur, makan maupun minum.
- 2) Mengalami perubahan suasana perasaan seperti cemas, frustrasi dan marah ketika dijauhkan dari *smartphonanya*.
- 3) Terus menerus memainkan *smartphone* walaupun merasakan efek negatifnya.
- 4) Megalami konflik sosial.

Mereka yang mengguakan *smartphone* sering kali tidak menyadari waktu penggunaan *smartphonanya*, mereka sepenuhnya berfokus pada kegiatan yang mereka lakukan dengan *smartphonanya* dan tidak memperhatikan hal lainnya termasuk di antaranya adalah rasa sakit, kelelahan, lapar, haus, dan sering kali bermain selama 8 jam atau lebih secara terus menerus setiap hari.

Pemakaian *smartphone* di kategorikan dengan intensitas tinggi jika menggunakan *smartphone* dengan durasi lebih dari 120 menit per hari dan dalam sekali pemakaian lebih dari 75 menit. Selain itu dalam sehari, bisa berkali-kali (lebih dari 3 kali pemakaian) pemakaian *smartphone* dengan durasi 30 sampai 75 menit akan menimbulkan ketergantungan dalam pemakaian *smartphone*. Selanjutnya penggunaan *smartphone* dengan intensitas sedang jika menggunakan *smartphone* dengan durasi lebih dari 40 sampai 60 menit per hari dan intensitas

¹² Kimberly s.Young, Cristiano Nabuco de Abreu,Helly Prajitno Soejipto, *Kecanduan Internet...*,131.

¹³ *Ibid.*

penggunaan dalam sekali penggunaan 2 samapi 3 kali sehari setiap penggunaan. Kemudian penggunaan *smartphone* yang baik adalah dengan kategori rendah yaitu dengan durasi penggunaan kurang dari 30 menit per hari dan intensitas penggunaan maksimal 2 kali pemakaian.¹⁴

Demikianlah klasifikasi penggunaan *smartphone* kategori tinggi dan klasifikasi kategori sedang dan kategori rendah pada anak, dalam klasifikasi kategori tinggi ini berpeluang besar dalam mempengaruhi psikososial anak.

Tabel Durasi dan Intensitas Penggunaan *smartphone* pada anak

Kategori	Durasi	Intensitas
Tinggi	75-120 menit	Lebih dari 3 kali per hari
Sedang	40-60 menit	2 sampai 3 kali per hari
Rendah	5-30 menit	Maks.1 sampai 2 kali per hari

Sumber data: Buku Kecanduan Internet

Berdasarkan uraian-uraian tersebut terlihat jelas bahwa penggunaan *smartphone* memang harus memiliki batasan-batasan dan kriteria tertentu dalam pemakaian *smartphone* untuk menghindari tingkat ketergantungan anak dalam menggunakan *smartphone*.

3. Pengaruh ketergantungan *Smartphone* terhadap Perkembangan Anak

Anak adalah makhluk yang aktif dan dinamis. Kebutuhan-kebutuhan jasmaniah dan rohaniannya sebagian besar dipenuhi melalui bermain, baik bermain sendiri maupun bermain dengan teman-temannya, baik bermain permainan tradisional maupun menggunakan *smartphone*.

Dengan bermain anak-anak menemukan dan mempelajari hal-hal baru dan belajar kapan harus menggunakan keahlian tersebut, serta memuaskan apa yang menjadi kebutuhannya.¹⁵ Melalui bermain perkembangan wawasan diri yakni dengan bermain anak mengetahui tingkat kemampuannya dibandingkan dengan temannya. Akan tetapi jika dalam suatu permainan anak mengalami ketergantungan maka akan berdampak buruk bagi perkembangannya, salah satunya adalah *smartphone*.

¹⁴ Sari, Mitsalia, "Pengaruh Penggunaan *Smartphone* Terhadap Personal Sosial Anak", *Jurnal Profesi*, No.13, Volume II (2016), 73-77.

¹⁵ Warni Djuwita, *Psikologi Perkembangan*, (Mataram: LKIM Mataram, 2011), 72.

Berikut ini beberapa dampak pengaruh ketergantungan *smartphone* terhadap perkembangan anak:¹⁶

a. Sulit konsentrasi pada dunia nyata

Rasa ketergantungan pada *smartphone* akan membuat anak mudah bosan, gelisah dan marah ketika dia dipisahkan dengan *smartphonenya*. Ketika anak merasa nyaman bermain dengan *smartphone*, dia akan lebih senang menyendiri memainkan *smartphonenya* tersebut. Anak akan tumbuh menjadi pribadi yang lebih mementingkan diri sendiri sehingga sulit bergaul secara langsung serta akan sulit mengenali berbagai nuansa perasaannya. Akibatnya anak akan mengalami kesulitan berinteraksi dengan dunia nyata, berteman dan bermain dengan teman sebayanya.

b. Terganggunya fungsi *PFC*

ketergantungan teknologi selanjutnya dapat mempengaruhi perkembangan otak anak. *PFC* atau *Pre Frontal Cortex* adalah bagian didalam otak yang mengontrol emosi, kontrol diri, tanggung jawab. Pengambilan keputusan dan nilai-nilai moral lainnya. Anak yang ketergantungan *smartphone* seperti *game* otaknya akan memproduksi hormon dopamin secara berlebihan yang mengakibatkan fungsi *PFC* terganggu.

c. *Introvert* (Penyendiri)

Ketergantungan terhadap *smartphone* pada anak membuat mereka menganggap bahwa *smartphone* itu adalah segala-galanya bagi mereka. Mereka akan galau dan gelisah jika dipisahkan dengan *smartphone* tersebut. Sebagian besar waktu mereka habis untuk bermain dengan *smartphone*. Akibatnya tidak hanya kurang kedekatan antara orangtua dengan anak akan tetapi juga anak cenderung menjadi *introvert*.

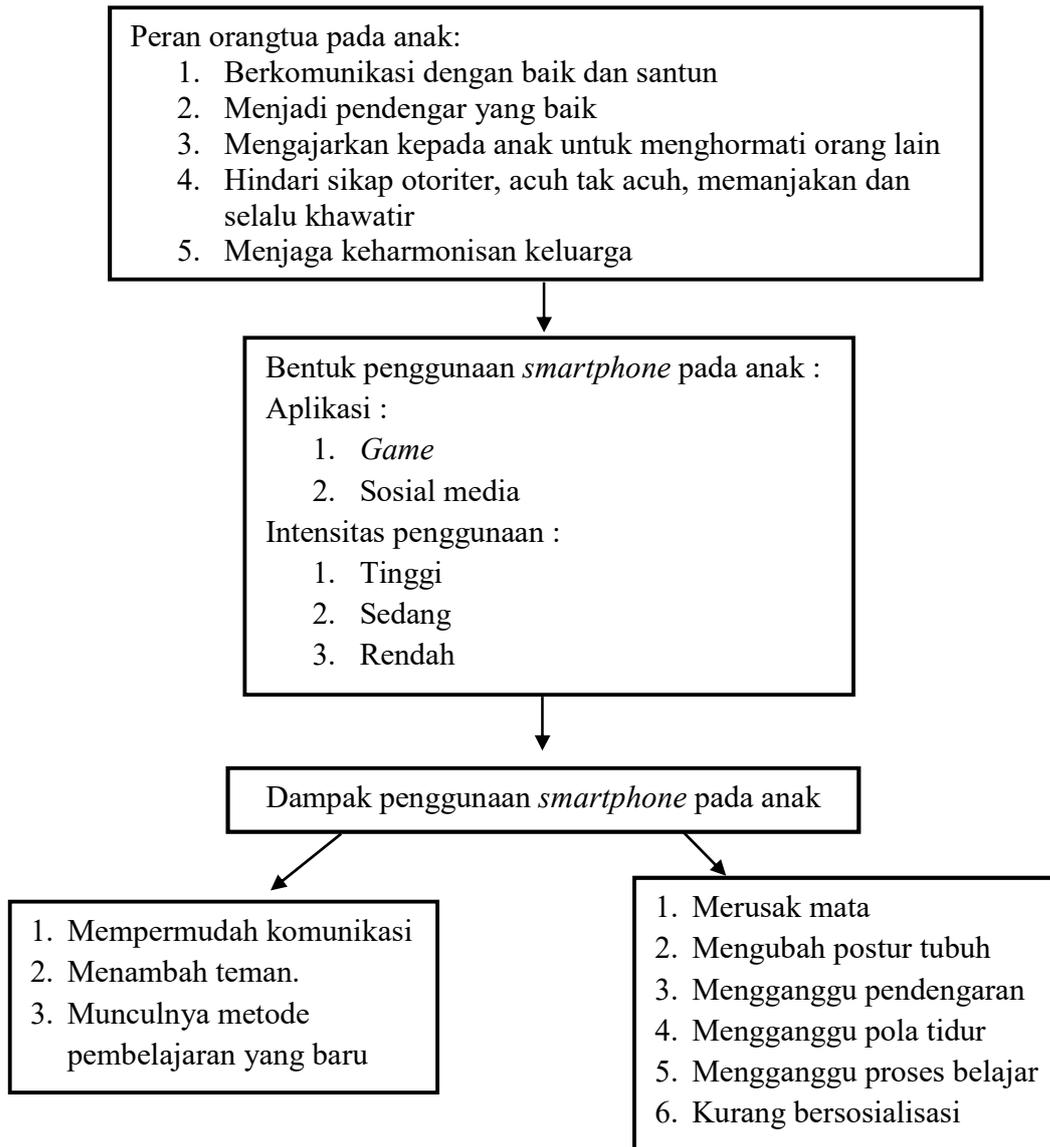
Theoretical Framework (Kerangka Teori)

penggunaan *smartphone* memang harus memiliki batasan-batasan dan kriteria tertentu dalam pemakaian *smartphone* untuk menghindari tingkat ketergantungan anak dalam menggunakan *smartphone*. Bentuk penggunaan *smartphone* pada anak dapat di klasifikasikan pada tingkat tinggi, sedang, dan rendah. Kategori rendah apabila penggunaan *smartphone* hanya saat waktu senggang contohnya saat pulang sekolah atau selesai belajar dan durasi pemakaian hanya setengah jam. Kategori sedang adalah jika pemakaian *smartphone* berkisar antara 40

¹⁶ Hastuti, *Psikolog Perkembangan Anak*, (Yogyakarta: Tugu Publisher, 2012), 117

sampai 60 menit dalam sekali pemakaian 2 sampai 3 kali per hari. Namun apabila penggunaan *smartphone* memiliki durasi waktu lebih dari 60 menit per hari secara terus-menerus atau lebih dari 120 menit dalam sekali pemakaian maka dapat dikategorikan tingkat penggunaan *smartphone* yang tinggi dan sudah bisa dikatakan memiliki sikap ketergantungan.

Kerangka Teori



METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Ini disebabkan karena data yang hendak diperoleh berupa uraian-uraian seperti problematika yang dihadapi dan solusinya serta bersifat deskriptif dan cenderung menggunakan analisis dengan pendekatan induktif,¹⁷ mengemukakan, “desain yang dikembangkan dalam penelitian kualitatif merupakan kemungkinan yang terbuka akan perubahan yang diperlukan, dan lentur dengan kondisi yang ada di lapangan”.

1. Subjek penelitian

Subjek penelitian adalah orang, tempat atau yang diamati dalam rangka pembubutan sebagai sasaran.¹⁸ Dalam penelitian ini jumlah anak yang berusia 11-17 adalah 65 orang dan terbagi kedalam 30 orang laki-laki dan 35 perempuan. Dan subjek dalam penelitian ini adalah anak-anak yang sudah mengalami ketergantungan *smartphone* di Wilayah Bima.

2. Metode Analisis Data

Dalam pengolahan dan menganalisis data terdapat tiga teknik analisis data sebagai berikut:¹⁹

- a. Redukasi data, yaitu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu dan mengorganisasi data sedemikian rupa sehingga kesimpulan akhir dapat di ambil.
- b. Penyajian data, yaitu kegiatan ketika sekumpulan informasi disusun sehingga dapat dilakukan penarikan kesimpulan. Bentuk penyajian data kualitatif berupateks naratif (berbentuk cacatan lapangan), matriks, grafik, jaringan dan bagan.
- c. Penarikan kesimpulan, yaitu hasil analisis yang dapat digunakan untuk mengambil tindakan.
- d.

Peran Orang Tua Dalam Mengoptimisasi Ketergantungan Anak Pada *Smartphone*

- a. Bentuk-bentuk ketergantungan *smartphone* yang dialami anak
 - 1) ketergantungan *Game*

¹⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), 205.

¹⁸ *Ibid.*

¹⁹ Ariesto Hadi Sutopo, Adrianus Arief, *Terampil Mengolah Data Kualitatif*, (Jakarta: Prenada Media Group, 2010), 10.

Pada umumnya anak-anak di wilayah Bima memiliki *smartphone* yang mereka gunakan untuk bermain *game*, dalam pengamatan peneliti anak-anak yang bermain *game* dilingkungan tersebut kebanyakan adalah laki-laki dan mereka masih berumur 11-17 tahun. Mereka berkumpul disalah satu rumah warga yang memiliki wifi untuk di sewakan, Mereka mulai bermain ketika pulang sekolah tanpa memikirkan makan, maupun pekerjaan sekolahnya.²⁰

Dalam hal ini berbagai alasan mereka ungkapkan ketika ditanyakan alasan mereka bermain *game* sehingga mereka bisa menghabiskan banyak waktu untuk memainkannya. Seperti yang diungkapkan oleh Wahyu berikut ini:

saya senang bermain *game* di sini, karena bagi saya bermain *game* ini membuat saya bersemangat dan juga kalau saya tinggalkan, level saya akan turun. saya juga menyukai *game* yang sedang kami mainkan, karena saya bisa berinteraksi dengan pemain lain, membuat, dan menggerakannya sesuka saya, saya bisa memainkannya seharian bahkan berjam-jam karena saya menyukainya dan ini membuat saya juga melupakan lelahnya saat belajar di sekolah.²¹

Hal serupa di ungkap oleh anak lainnya :

saya menyukai *game* ini karena bisa bermain bersama-sama dengan teman-teman menggunakan wifi, kalau hari libur sekolah tiba saya bisa bermain sepuasnya dari pagi hingga sore, begitu juga teman-teman yang lainnya, kami bersama-sama melatih kemampuan kami agar bisa menang saat mengikuti kejuaraan *game*.²²

Dari ungkapan kedua anak tersebut dapat diketahui bahwa Mereka memiliki semangat yang tinggi, berpacu menjadi yang terbaik di antara yang lainnya dalam berbain *game*, sehingga ketika mereka mencapai level tertinggi mereka bisa membanggakan dirinya serta menganggap itu adalah pencapain terbaik. Ketika mereka berada di level tertinggi mereka menganggap bahwa mereka sudah siap dalam mengikuti turnamen *game* yang di adakan setahun sekali dilingkungan tersebut. Hal ini pula yang membuat anak-anak bisa menghabiskan waktu mereka hanya dengan bermain *game* seharian tanpa henti dan tanpa orang yang menghentikan mereka, selain itu tawaran dari banyaknya hadiah yang akan mereka dapat dari kejuaraan *game*, membuat mereka sangat antusias dan terus mengasa kemampuan mereka dalam memainkan *game* tersebut.

Dari banyaknya *game online* yang dimainkan peneliti menemukan bahwa anak-anak di lingkungan tersebut banyak menyukai *game* perang yang dimainkan secara *online* yaitu *free fire*.

²⁰ Observasi ketergantungan *Smartphone* pada anak (Bima, 04 September 2021).

²¹ Wahyu, *wawancara*, (Bima, 04 September 2021).

²² Rangga, *wawancara*, Bima, 04 September 2021).

2) Ketergantungan Sosial Media

Sosia Media adalah media komunikasi atau jejaring sosial yang membentuk dunia maya (*online*). Banyak kalangan yang menggunakannya baik anak-anak, remaja, dewasa, maupun orangtua. Mereka menggunakan Sosial Media berupa *Facebook*, *Instagram*, *Whatsapp*, dan yang baru-baru ini muncul adalah *Tik Tok*. Hampir di seluruh Indonesia menggunakan sosial media sebagai media komunikasi *online*, mereka lebih senang berinteraksi secara *online* dari pada bertatap muka. Tidak terkecuali di wilayah Bima. Anak-anak di lingkungan tersebut banyak menggunakan sosial media sebagai aktifitas utama mereka sehari-hari terutama perempuan.

Dari pengamatan peneliti, Media sosial digunakan untuk *eksis* oleh anak-anak ini di wilayah Bima, tak jarang mereka terlihat begitu aktif di media sosial dengan foto-foto yang mereka *upload*, sehingga hampir semua anak di lingkungan tersebut memiliki *smartphone* canggih yang mereka gunakan untuk *eksis*, apalagi oleh anak yang begitu aktif di Media sosial, hampir semua media sosial mereka gunakan. Kualitas kamera yang bagus sengaja dipilih saat membeli *smartphone* karena akan mempengaruhi hasil foto yang nantinya akan mereka unggah di akun media sosial yang mereka miliki, semua ini mereka lakukan demi menyalurkan hobi maupun sekedar untuk kepuasan pribadi.²³ Penjelasan tersebut di dukung oleh hasil wawancara berikut ini:

Untuk foto-foto selfie untuk saya unggah di akun sosial media saya, makanya saya ganti *smartphone*, soalnya saya mencari yang kameranya bagus, dan dapat mengunduh banyak aplikasi, soalnya saya suka sekali *eksis* agar banyak yang like foto dan *video* yang saya unggah di media sosial.²⁴

Selain pengakuan diatas, dalam pengamatan peneliti terlihat tingginya intensitas penggunaan *smartphone* oleh anak dari perilaku mereka ketika pulang sekolah yang langsung mencari dan memainkan *smartphone* baik untuk mengakses media sosial maupun bermain *game* hingga menjelang pukul 15:30 wita. Hal yang sama juga terjadi ketika waktu malam tiba, penggunaan *smartphone* dimulai sejak pukul 18:40 wita hingga pukul 23:00 wita. Penggunaan *smartphone* oleh anak di wilayah Bima akan berakhir jika orangtua memanggil serta memarahi mereka untuk tidur.²⁵

Penggunaan *smartphone* oleh anak dalam penelitian ini memiliki intensitas yang tinggi. Mereka memainkan *smartphon*nya hampir di semua aktifitas mereka. Bagi anak di wilayah

²³ Hasil Observasi ketergantungan *Smartphone* Pada Anak (Bima, 04 September 2021).

²⁴ Amanda, wawancara, (Bima, 05 September 2021).

²⁵ Hasil Observasi ketergantungan *Smartphone* Pada Anak (Bima, 09 September 2021)

Bima keberadaan *smartphone* menjadi begitu penting karena aktifitas media sosial mereka harus terus ditingkatkan baik dalam konteks intensitas mereka dalam mengakses maupun pada tataran jumlah foto yang mereka unggah. Ini dilakukan untuk memenuhi hasrat mereka yaitu mendapat *Like* dalam jumlah banyak.

Di antara banyaknya sosial media, dari pengamatan peneliti, anak-anak di lingkungan tersebut lebih banyak menggunakan *facebook*, sebagai media sosial yang paling banyak mengundang hasrat mereka untuk memegang *smartphonenya*. Alasan mereka lebih memilih bermain *facebook* yaitu, banyak teman-teman mereka yang bermain *facebook* dari pada yang aplikasi media sosial lainnya, *facebook* lebih mudah diakses dan menghemat kuota mereka dan juga mereka mengekspresikan semua hal yang mereka inginkan dengan *facebook*.²⁶

Saya bermain *facebook*, hanya untuk melihat berapa banyak yang menyukai dan memberi komentar pada status yang saya buat, berkomunikasi dengan teman-teman dan juga saya bisa mengungkapkan keluh kesah saya dengan dunia nyata dengan cara membuat status di *facebook*.²⁷

Smartphone sudah mereka anggap sebagai orangtua mereka, karena mereka mengungkapkan, menceritakan, mengekspresikan semua hal yang berkaitan dengan dunia nyata mereka menggunakan *smartphone*, tidak jarang pula ditemukan bahwa dalam segala aktifitas mereka tidak terlepas dengan *smartphone*, baik saat makan, tidur, bahkan saat melakukan pekerjaan rumah mereka.

b. Peran orang tua dalam Mengoptimisasi ketergantungan *Smartphone* Pada Anak

Untuk mengoptimisasi ketergantungan yang ada pada anak-anaknya maka orang tua melakukan berbagai cara agar anak-anak mereka mendegarkan apa yang mereka katakan :

1) Menjadi sahabat untuk anak-anaknya

Perhatian dan kasih sayang dari orangtua sangatlah dibutuhkan oleh anak-anak, anak akan merasa tidak memiliki beban jika orangtua mereka selalu berada di sisi mereka. Beberapa orangtua di wilayah Bima yang mencoba mengalihkan perhatian anaknya pada *smartphone* terlihat usaha mereka dengan jalan menjadi sahabat bagi anaknya, hal ini mereka wujudkan dengan cara melibatkan diri dalam setiap aktifitas anak baik menjadi teman bermain dalam memainkan permainan tradisional seperti, bermain layang-layang (*mpaa wele*), bermain *voly*, bermain karet gelang (*mpaa geta*), maupun menjadi guru di rumah yang mengontrol pekerjaan

²⁶ *Ibid*

²⁷ Putri, wawancara, (Bima, 04 September 2021).

sekolah mereka.²⁸ Selain menjadi teman bagi anak, orangtua juga melibatkan anak pada pekerjaan-pekerjaan rumah yang mudah dikerjakan, misalkan mengajak mereka untuk mencuci piring serta pakaiannya sendiri, selain untuk mengalihkan perhatian mereka dari *smartphone* cara ini juga sekaligus bertujuan untuk mendidik anak agar lebih mandiri dan bisa membantu mengerjakan pekerjaan orangtua.

Bahkan tidak jarang juga terlihat orangtua yang ingin mengalihkan perhatian anaknya dari *smartphone* secara rutin menemani anaknya bermain di luar rumah pada sore hari.²⁹ Karena diperhatikan dan ditemani oleh orangtuanya sang anak juga terlihat lebih aktif dan lebih serius dalam bermain permainan tradisional seperti bermain layang-layang (*mpaa wele*), bermain *voly*, bermain karet gelang (*mpaa geta*), dengan pembagian waktu yang benar orangtua dapat mengalihkan perhatian anaknya dari *smartphone* yakni di waktu pagi hingga siang digunakan untuk sekolah, waktu sore digunakan untuk mengajak anak mengerjakan pekerjaan rumah atau menemani mereka bermain, serta waktu malam digunakan untuk menjadi teman bagi anak dalam belajar serta untuk menyelesaikan pekerjaan sekolah mereka.

2) Memberikan batas waktu pada penggunaan *smartphone* pada anak

Penggunaan *smartphone* yang berlebihan pada anak, akan mengarah kepada hal yang berdampak tidak baik, sehingga orangtua harus memilih strategi yang tepat agar anak-anak tidak mengarah kepada penggunaan yang berlebihan. Memberikan batasan waktu dalam penggunaan *smartphone* juga merupakan salah satu peran yang dilakukan oleh orangtua, terlihat peran/strategi ini merupakan cara yang paling mudah serta yang lumayan sering dilakukan oleh para orang tua. Dalam melaksanakan strategi ini orangtua hanya perlu menyita dan menyembunyikan *smartphone* milik anaknya saja untuk sementara waktu.³⁰

Cara ini dilakukan tentunya untuk menghindari ketergantungan anak pada *smartphone*, jika anak dibatasi penggunaan *smartphon*nya secara berkesinambungan maka anak akan terbiasa untuk menggunakan *smartphone* pada waktu yang telah ditentukan dan dengan intensitas yang telah ditentukan pula.

Orangtua memang haruslah siap siaga dalam menjaga anak-anaknya terutama dari pengaruh *smartphone* yang saat ini banyak membawa dampak buruk terhadap anak. Jika orangtua menanamkan perilaku yang baik dan kedisiplinan yang baik, dan menjadi contoh yang

²⁸ Hasil Observasi ketergantungan *Smartphone* Pada Anak (Bima, 24 September 2021)

²⁹ *Ibid*

³⁰ *Ibid*

baik untuk anak-anaknya, maka hal itu dapat membuat anak-anak lebih betah dengan orangtuanya dari pada menggunakan *smartphonenya*.

3) Memberikan penjelasan yang baik tentang dampak negatif penggunaan *smartphone*.

Banyak anak-anak yang tidak mengetahui dampak negatif dari penggunaan *smartphone* yang mereka miliki, mereka hanya memikirkan kesenangan mereka saat bermain dengan *smartphone*, dalam hal ini peran orangtua sangatlah penting agar anak-anak mengetahui dan memahami apa saja yang akan mereka alami jika berlebihan menggunakan *smartphone*.

Memberikan penjelasan tentang dampak negatif penggunaan *smartphone* adalah cara yang paling banyak digunakan oleh orangtua. Hal ini terbukti ketika para sewaktu-waktu orangtua berkumpul pada sore hari terkadang mereka berbagi cerita tentang langkah-langkah yang orang tua lakukan dalam mengoptimalkan ketergantungan *smartphone* pada anak. Berbagai macam dampak negatif tentang penggunaan *smartphone* diungkapkan seperti sakit mata, mata berdarah dan dampak-dampak serupa.³¹ Bahkan tidak jarang juga orangtua dalam menunjukkan dampak negatif ketergantungan *smartphone* pada anak dengan cara yang berlebih misalkan menakut-nakuti anak dengan kejadian *smartphone* yang terbakar karena terlalu sering dimainkan serta mengaitkan berbagai macam penyakit berbahaya dengan penggunaan *smartphone* yang berlebih yang sebenarnya penyakit tersebut tidak ada keterkaitan dengan intensitas penggunaan *smartphone*. Hasil observasi di atas di perkuat oleh hasil wawancara dengan salah satu orangtua yang menggunakan cara ini.

Selain berdongeng saat mereka ingin tidur, saya juga sering menceritakan kepada anak saya tentang dampak negatif penggunaan *smartphone* diantaranya saya menceritakan ada anak yang matanya mengeluarkan darah karena terlalu sering bermain *smartphone*, memang terkesan berlebihan tapi itu bisa memberikan rasa takut pada mereka agar tidak lagi menggunakan *smartphone* dalam waktu yang lama.³²

Tidak jarang memang orang tua mengarang cerita yang berlebihan untuk menakut-nakuti anaknya, tapi semua itu mereka lakukan untuk mencegah anaknya dari ketergantungan *smartphone* yang dapat memberikan bahaya bagi kehidupan anaknya.

Penggunaan *smartphone* ini dalam kenyataannya dapat memberikan akibat atau dampak bagi anak yang memilikinya, baik itu terhadap diri anak itu sendiri maupun terhadap interaksi

³¹ Hasil Observasi ketergantungan *Smartphone* Pada Anak (Bima, 26 September 2021)

³² Astuti, *Wawancara*, (Bima06 September 2021)

dalam keluarga. *Smartphone* sebagaimana fungsinya sebagai alat komunikasi memang dimaksudkan untuk memberi kemudahan dalam berkomunikasi antar manusia. Seperti yang sudah dipaparkan dalam penggunaan *smartphone* oleh anak sebelumnya, anak lebih sering menggunakan *smartphonena* untuk berkomunikasi dengan teman melalui media sosial dan bermain *game*.

a. Dampak ketergantungan *smartphone* yang terjadi pada anak

Dampak dari penggunaan *smartphone* dengan intensitas tinggi juga dialami oleh anak, berikut adalah dampak-dampak yang terjadi:

1) Mengganggu pola tidur

Karena terpedaya oleh berbagai macam hiburan yang diberikan oleh *smartphone* melalui media sosial dan *game* menyebabkan anak tidak sadar akan penggunaan *smartphonena* yang melebihi batas wajar. Dengan intensitas penggunaan yang tinggi hingga lupa pada waktu istirahat menyebabkan waktu tidur mereka sangat sedikit, karena keasikan berselancar di media sosial dan bermain *game* menyebabkan mereka lupa pada waktu yang sudah larut hingga pukul 23:30 wita, hal ini berdasar kan pengakuan dari orangtua dari anak yang mengalami dampak ketergantungan *smartphone*.

Kalau saya pulang kerja larut malam sekitar pukul 23:00 atau 24:00 wita, saya selalu melihat anak saya di warung *wifi*. Ketika saya panggil untuk tidur jawabannya selalu saja “sebentar lagi”.³³

Dengan demikian anak-anak tersebut hanya memiliki waktu sekitar 5 jam saja dalam sehari untuk tidur. Waktu tersebut tentu masih jauh dibawah waktu normal tidur untuk usia anak yakni minimal 8 jam dalam sehari. Kurangnya waktu tidur di malam hari sudah pasti berdampak buruk pada kondisi fisik anak, kekurangan tidur akan membuat tubuh melemah hingga rentan diserang penyakit.

Akibat menggunakan *smartphone* hingga larut malam, pada keesokan harinya anak-anak telat bangun untuk berangkat sekolah. Sering terdengar saat pagi, ibu-ibu yang memarahi anaknya karena susah dibangunkan dan mulai menasihati anaknya jikalau kehidupan dengan cara malas dan tidak belajar maka kebodohan dan kemiskinan yang akan menghampiri, selain itu juga tidak mungkin mendapat juara kelas.³⁴

³³ Husni, wawancara, (Bima, 10 Oktober 2021).

³⁴ Hasil Observasi ketergantungan *Smartphone* Pada Anak(Bima, 11 Oktober 2021)

2) Mengganggu proses belajar

intensitas penggunaan yang sangat tinggi sampai larut malam sehingga mengurangi waktu beristirahat sehingga berakibat pada terganggunya kesehatan tubuh dan menghambat segala aktifitas. Tidak hanya berhenti sampai disini, kurangnya waktu istirahat di malam hari juga akan menyebabkan terganggunya proses belajar anak di sekolah. Ini semua bersumber dari tingginya intensitas penggunaan *smartphone* sampai larut malam sehingga saat pagi tiba anak-anak masih merasa ngantuk sementara waktu sudah harus mewajibkan mereka untuk bangun dan berangkat ke sekolah, ini adalah masalah yang paling besar dari dampak ketergantungan *smartphone* yang nampak di wilayah Bima

Saat waktu bersekolah tiba terlihat anak-anak di wilayah Bima dalam keadaan lemas dan lesu, keadaan ini dikarenakan tubuh mereka kekurangan waktu tidur di malam hari serta waktu siangnya juga tidak istirahat.³⁵ Keadaan ini juga akan terus berlanjut hingga jam pelajaran tiba, anak-anak yang waktu malamnya kurang beristirahat akan merasa ngantuk ketika jam pelajaran dimulai serta ilmu yang disampaikan oleh guru juga tidak bisa diserap dengan baik oleh anak.

Secara berkesinambungan pada akhirnya ketergantungan *smartphone* yang digunakan hingga tengah malam akan mempengaruhi waktu belajar serta prestasi anak di Sekolah. Bukan hanya berdampak sampai di sini, jika dibiarkan terus-menerus anak akan menjadi pribadi pemalas yang tidak terbiasa untuk belajar dan bekerja.

3) Dampak Finansial atau Ekonomi

Sementara itu dari segi ekonomi juga menjadi salah satu dampak dari ketergantungan *smartphone* pada anak di wilayah Bima pada khususnya. Selain harus mengeluarkan banyak uang untuk membeli *smartphone* dengan fitur canggih, orangtua juga harus terbebani dengan biaya sewa *wifi* yang harus ditanggung untuk si anak bermain *smartphone*. Hal ini dikarenakan aplikasi yang digunakan anak dalam menggunakan *smartphone* adalah aplikasi yang bersifat *online*, sehingga menyewa *wifi* menjadi kebutuhan yang wajib dilakukan agar *smartphone* dapat digunakan.

Dari pengamatan peneliti, biaya sewa *wifi* yakni seharga Rp. 2.000, sementara untuk waktu sewa *wifi* dalam sehari dibagi menjadi 2 waktu, yakni waktu sewa di pagi hari pukul 06:00 Wita akan berlaku sampai pada pukul 18:00 Wita dan setelah itu akan dikenakan biaya

³⁵ *Ibid*

sewa lagi untuk pukul 18:01 Wita hingga pukul 05:00 Wita.³⁶ Sehingga jika di totalkan, orangtua harus mengeluarkan uang sejumlah Rp. 4.000 untuk menyewa *wifi* setiap hari dan itupun hanya untuk satu buah *smartphone*. Biaya sewa tersebut akan lebih banyak lagi untuk orangtua yang memiliki anak lebih dari satu dan memiliki *smartphone* masing-masing.

Dampak ekonomi dari ketergantungan *smartphone* cukup memprihatinkan terlebih untuk para orangtua, akan semakin banyak biaya yang harus mereka keluarkan dalam sehari. Ini berdasarkan pernyataan dari salah satu orangtua yang mengatakan:

Biaya sewa *wifi* seharga Rp. 2.000 memang terdengar murah, akan tetapi jika dihitung dengan uang jajan sekolah akan menambah lagi pengeluaran, saya biasa memberi uang pada anak saya untuk sekolah sebesar Rp. 10.000. Belum lagi anak-anak sepulang sekolah pasti minta uang jajan untuk siangnya biasanya Rp. 5.000, sementara sewa *wifi* harus dua kali dalam sehari karena anak saya akan membayar sewa *wifi* lagi untuk waktu malam.³⁷

Dari pernyataan Ibu Rukna diatas, jika dikalkulasikan jumlah pengeluaran untuk anak yang harus di berikan dalam sehari lebih kurang Rp. 19.000. Biaya tersebut hanya untuk satu orang anak saja, jumlah pengeluaran akan bertambah lagi untuk orangtua yang memiliki anak lebih dari satu. Sehingga menjadi sangat jelas bahwa selain dari mengganggu waktu tidur dan mengganggu proses belajar, faktor ekonomi juga menjadi salah satu dampak dari ketergantungan *smartphone* pada anak dikarenakan orangtua harus menambah biaya untuk sewa *wifi* anak-anak dalam menggunakan *smartphonanya*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mengenai peran orangtua dalam mengoptimalkan ketergantungan *smartphone* pada anak dapat di ambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Dalam melakukan perannya untuk mengoptimalkan ketergantungan *smartphone* yang dialami oleh anaknya, Orangtua memiliki cara tersendiri yaitu, menjadi sahabat untuk anak-anaknya, memberi batasan waktu penggunaan *smartphone* pada anak, serta memberikan penjelasan yang baik kepada anak tentang dampak negatif dari penggunaan *smartphone* yang berlebihan.

³⁶ Hasil Observasi (Bima, 11 Oktober 2021)

³⁷ Rukna, *Wawancara*, (Bima, 11 Oktober 2021)

2. Dampak dari ketergantungan *smartphone* yang di alami oleh anak-anak di wilayah Bima yakni, mengganggu pola tidur, mengganggu proses belajar dan dampak secara finansial atau ekonomi. Jika hal ini di biarkan terus terjadi maka hal in akan berdampak serius bagi anak di masa mendatang, anak akan cenderung lebih mementingkan *smartphone* dari pada hal lain yang lebih penting. Di samping itu juga , anak akan menjadi pribadi yang malas dan itu akan mempengaruhi kesuksesan hidupnya di masa depan.

Daftar Pustaka

- Ariesto Hadi Sutopo. Adrianus Arief. Terampil Mengolah Data Kualitatif. Jakarta: Prenada Media Group. 2010
- Delfi Andre Eddy Putra. Smartphone Sebagai Gaya Hidup . <https://jurnal.usu.ac.id>. di akses tanggal 21 Agustus 2021.
- Hastuti. Psikolog Perkembangan Anak. Yogyakarta: Tugu Publisher. 2012
- Kimberly s.Young. Cristiano Nabuco de Abreu. Kecanduan Internet. terj. Helly Prajitno Soejipto Celaban Timur: Pustaka Pelajar.2017
- Kimberly s.Young. Cristiano Nabuco de Abreu.Helly Prajitno Soejipto. Kecanduan Internet....
- Kusuma Yuliandi dan D. Ardy Artanto. Internet Untuk Anak Tercinta. (Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia. 2011)
- Maxmanroe. Sistem Operasi Fitur dan Jenis Smartphone.
<https://www.maxmanroe.com/vid/teknologi/mobile-app/pengertian-smartphone.html>. diakses tanggal 19 Juli 2021.
- Nurrachmawati. “Pengaruh Sistem Operasi Mobile Android pada Anak Usia Dini”. Jurnal Pengaruh System Operasi Mobile Android pada Anak Usia Dini. No.2. (2014).
- Rukna. Wawancara. Bima. 11 Oktober 2021
- Sari. Mitsalia. “Pengaruh Penggunaan Smartphone Terhadap Personal Sosial Anak”. Jurnal Profesi. No.13.Volume II (2016)
- Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif. Kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta. 2011
- Sukiman. Mendidik Anak di Era Digital. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2016
- Sukiman. Menumbuhkan Karakter Bersahabat Pada Anak. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2016
- Warni Djuwita. Psikologi Perkembangan. Mataram: LKIM Mataram. 2011
- Yasraf Amir Piliang. Dunia Yang Dilipat. Bandung: Matahari. 2010
- Putri. wawancara.Bima. 04 September 2021
- Rangga. wawancara. Bima. 04 September 2021
- Wahyu. wawancara. Bima. 04 September 2021
- Astuti. Wawancara. Bima06 September 2021