



Implementasi Teknik Asertif dalam Mengembangkan Sosio-Emosional Anak yang Teradiksi *Smartphone* di SDN 04 Gedong Air

Mareyke Jessy Tanod¹, Tiara Nadalifa², Uly Nafiah Mafud³

^{1,2,3}STKIP PGRI Bandar Lampung

¹mareykejessy15@gmail.com, ²tiaranadalifa@gmail.com,

³ully.nofiah08@gmail.com.

How to cite (in APA Style): Tanod, M.J., Nadalifa, T., Mafud, U.N. (2024). Implementasi Teknik Asertif dalam Mengembangkan Sosio-Emosional Anak yang Teradiksi *Smartphone* di SDN 04 Gedong Air. *LENTERA: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 17 (1), pp. 169-182.

Abstract: *Smartphone addiction can be defined as cell phone dependence or excessive coplusive use of cell phones. In terms of smartphone addiction, it is a phenomenon of excessive use of cellphones or smartphones which has an impact on self and life patterns. The phenomenon of smartphone addiction can be characterized by feelings of pleasure accompanied by an urge for excessive or uncontrolled behavior when using a smartphone, causing the individual to ignore other activities. When a child experiences a smartphone addiction, the social-emotional problems faced by the child are that the child spends more time alone and finds it difficult to interact with new people. Children often imitate the behavior and language styles often used by show characters or characters that children play.*

Keywords: *Smartphone Addiction, sosio-emotional, children.*

PENDAHULUAN

Memasuki abad 21 adalah era perkembangan IPTEK yang sangat pesat, perkembangan ini ditandai dengan munculnya berbagai macam teknologi untuk mempermudah kehidupan manusia, yaitu teknologi informasi. Salah satu produk dari teknologi informasi adalah perangkat computer beserta turunannya yaitu, laptop dan *smartphone*, munculnya teknologi tersebut menjadi peluang sekaligus tantangan bagi dunia pendidikan, melalui teknologi tersebut, manusia disuguhkan oleh kemudahan dalam mengakses informasi

Indonesia merupakan salah satu negara dengan persentase pengguna *smartphone* tertinggi di dunia dan populasi terbesar keempat di dunia. *Smartphone* merupakan salah satu media teknologi informasi yang sedang dikembangkan saat ini. Penggunaan *smartphone* merupakan kebutuhan modern yang menuntut mobilitas tingkat tinggi. Bagi kami, *smartphone* berfungsi sebagai jendela

pengetahuan dan alat komunikasi. Jika kita dapat menggunakannya untuk memenuhi kebutuhan utama kita. Banyak sekali dampak yang ditimbulkan dari perkembangan *smartphone* saat ini, baik dampak positif maupun dampak buruknya.

Smartphone dapat digunakan untuk bisnis, penyimpanan data, pengumpulan informasi, rekomendasi musik dan hiburan, bahkan dokumentasi. Anak-anak cenderung cepat mengenal *smartphone* karena fitur-fiturnya yang menarik. Apalagi dalam hal belajar sambil bermain atau bermain sambil belajar, anak lebih banyak akal dalam memperoleh segala ilmu dan berita yang dibutuhkannya. Tayangan yang berbeda-beda pada aplikasi *smartphone* berdampak pada emosi dan moral anak. Melihat anak-anak menggunakan bahasa yang kasar dan kasar saat berinteraksi dengan orang lain adalah hal yang lumrah. Hal ini sering terjadi karena tayangan yang mereka tonton di aplikasi *smartphone* adalah apa yang mereka dengar dan serap.

Media massa kerap memberitakan berbagai berita kejahatan yang dilakukan dengan menggunakan ponsel. Selain itu, perilaku yang tidak sesuai dengan usia anak ditunjukkan melalui perkataan dan cara bicaranya. Karena faktanya anak-anak meniru apa yang mereka lihat dan dengar dengan cukup baik.

Dampak sosio-emosional anak-anak akan menderita akibat penggunaan *smartphone* yang berlebihan karena mereka akan menjadi pendiam, pendiam, pemarah, dan terlalu malas untuk melakukan aktivitas lain. Anak-anak akan tersesat dalam dunianya sendiri karena *smartphone* hadir dengan banyak aplikasi menghibur, seperti game dan aplikasi menonton YouTube, yang sangat menarik bagi anak-anak karena ada jutaan video yang tersedia di berbagai situs web, bukan hanya satu. Hasil sosio-emosional anak-anak akan menderita akibat penggunaan *smartphone* yang berlebihan karena mereka akan menjadi pendiam, pendiam, pemarah, dan terlalu malas untuk melakukan aktivitas lain. Karena banyak sekali aplikasi hiburan di *smartphone*, seperti game dan aplikasi menonton YouTube, yang membuat anak asyik dengan dunianya sendiri, anak juga akan menjadi ketergantungan terhadap *smartphone*, anak akan sulit berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya dalam menjalankan segala aktivitas hidupnya.

Ade Diah Saputri (2018:277) menyatakan bahwa generasi muda pengguna ponsel mengalami permasalahan negatif dalam bergaul dengan orang lain, individualisme, dan kesulitan mengendalikan diri jika menjadi kecanduan. Ketika anak-anak terlalu banyak bermain video game, otak mereka pada akhirnya akan kesulitan untuk berkembang. Meskipun ada kekurangan pada *smartphone*, ada juga kelebihannya. Misalnya, anak-anak dapat belajar dari konten yang mereka lihat, yang menumbuhkan kreativitas, memfasilitasi komunikasi, dan memperluas jaringan sosial. Anak-anak sedang bertumbuh dan berkembang pada masa ini, jadi sangat penting untuk mengamati bagaimana mereka bergerak, berperilaku, dan merasakan untuk memastikan bahwa perkembangan mereka sesuai dengan usianya. Lingkungan, orang tua, pendidikan, dan sosial semuanya mempunyai dampak yang signifikan terhadap perkembangan sosio-emosional anak. Mengingat mereka

mempunyai kemampuan untuk membimbing, mendampingi, bahkan mendorong anak-anak untuk bermain menggunakan smartphone.

Sejauh mana seorang anak berinteraksi dengan orang lain dikenal sebagai perkembangan sosial mereka. Orang tua, saudara kandung, teman bermain, dan masyarakat luas adalah yang utama. Berdasarkan hal tersebut, perkembangan sosio-emosional anak diartikan sebagai kemampuannya dalam memahami dan memahami emosi orang lain dalam situasi sosial. Hubungan interpersonal adalah istilah sosial yang digunakan untuk menggambarkan hubungan antara manusia dan individu lain. Manusia tidak bisa lepas dari ikatan interpersonal dalam kehidupan sehari-hari. Di sisi lain, emosional mengacu pada ledakan sentimen yang terjadi secara tiba-tiba dan berlalu dengan cepat.

Hurlock menyatakan bahwa pola pertumbuhan emosi anak secara umum memiliki sembilan komponen ketakutan, rasa malu, kekhawatiran, kecemasan, kemarahan, kecemburuan, kesedihan, rasa ingin tahu, dan kegembiraan. Emosi berbeda dengan suasana hati karena sering kali durasinya lebih singkat. Emosi, sederhananya, adalah perasaan yang selalu hadir di sekitar seseorang. Terdapat dua macam emosi yaitu emosi positif dan emosi negatif. Hubungan kesehatan sosio-emosional dengan smartphone addiction. Kecanduan adalah ketika seseorang terobsesi dengan suatu aktivitas yang dapat menyebabkan aktivitas sehari-hari terganggu, begitupun dengan kecanduan smartphone. Perkembangan sosio-emosional anak-anak adalah proses dimana mereka belajar bagaimana berperilaku dalam situasi sosial dan lebih siap untuk mengatur emosi mereka berdasarkan kapasitas mereka untuk mengenali dan mengkomunikasikan emosi tersebut. Oleh karena itu, untuk menjadi pembimbing seseorang harus memiliki pengetahuan mengenai permasalahan sosioemosional anak. mendidik dalam Perkembangan sosioemosional anak dan pengaruh handphoneterhadap perkembangan tersebut.

KAJIAN TEORI

Sosio-Emosional

Chaplin (2008: 469) mengartikan sosial sebagai segala sesuatu yang berhubungan dengan masyarakat; hal ini mencakup hal-hal seperti membantu orang lain, dimarahi, dan memperhatikan kepentingan umum. Istilah “sosial” juga menggambarkan suatu hubungan yang melibatkan dua orang atau lebih. Frasa yang memiliki banyak arti ini digunakan untuk menggambarkan kumpulan perilaku, kebiasaan, atribut, dan sebagainya yang diperoleh dalam lingkungan sosial tertentu.

Menurut Elizabeth B. Hurlock (1995), yang setuju dengan pandangan sebelumnya, ada tiga langkah yang terlibat dalam pengembangan keterampilan sosial. Mengembangkan kualitas sosial, memerankan peran sosial yang sesuai, dan belajar bagaimana berperilaku dengan cara yang dapat diterima secara sosial adalah beberapa di antaranya. Definisi dalam emosi menurut Elizabeth B. Hurlock (1995) adalah luapan perasaan yang datang dengan cepat dan kemudian berlalu. Hurlock menyatakan bahwa ada sembilan komponen umum pola perkembangan emosi anak:

ketakutan, rasa malu, kekhawatiran, kecemasan, kemarahan, kecemburuan, kesedihan, rasa ingin tahu, dan kegembiraan. Dua elemen, termasuk temperamen dan masalah emosional dan perilaku, diketahui berdampak pada kesehatan sosial emosional (Laurent et al., 2023). Sebaliknya, Chaplin (2008:165) menyatakan bahwa emosionalitas terkait dengan ekspresi emosi atau perubahan besar yang menyertai emosi itu juga menggambarkan mereka yang mudah dirangsang untuk menunjukkan perilaku emosional.

Menurut definisi yang diberikan di atas, perkembangan sosial-emosional adalah proses dimana seorang individu menjadi matang dan menyadari pikiran dan perasaan tertentu sebagai akibat dari dorongan untuk mengatur dan mengekspresikan emosinya, membentuk hubungan interpersonal yang hangat dan intim, mengeksplorasi lingkungannya, dan mempelajari keterampilan baru.

Smartphone Addict

Menurut Hermawati (2013), *smartphone* merupakan sebuah gadget yang dapat membantu dalam berkomunikasi dan mempunyai fitur yang mirip dengan komputer. *Smartphone* merupakan perangkat komunikasi serba guna yang dilengkapi aplikasi dan fitur tambahan yang mampu meningkatkan produktivitas. Menurut O'brien (2010), kecanduan adalah suatu kondisi yang muncul sebagai gejala ketergantungan, toleransi, dan penarikan diri di samping konteks sosial. Senada dengan itu, Cooper (2000) juga berpendapat bahwa kecanduan adalah perilaku yang ditandai dengan ketergantungan pada objek yang diinginkan. Menurut Davey (2014), Organisasi Kesehatan Dunia memandang kecanduan sebagai suatu bentuk ketergantungan, dimana pecandu merasa seolah-olah mereka menggunakan atau melakukan segala sesuatu terus-menerus karena rasa ingin tahu, kenyamanan, atau keadaan tertentu. Ketika kecanduannya hilang, pecandu merasa seolah-olah kehilangan sesuatu.

Kecanduan *smartphone* dapat diakibatkan oleh kurangnya pengendalian diri yang baik sesuai dengan salah satu aspek *smartphone* addiction yakni overuse yang di mana seseorang memiliki kemampuan rendah dalam mengontrol penggunaan *smartphone*, hal ini dapat diartikan dengan salah satu aspek kesehatan sosio-emosional yakni kompetensi emosi tepatnya pada aspek pengendalian diri. (Furlong, dkk, 2021). Sama seperti Furlong, Kwon (2013) menjelaskan kecanduan *smartphone* merupakan obsesi seseorang terhadap aktivitas *smartphone* yang kemungkinan dapat mengakibatkan gangguan sosial seperti kurangnya toleransi, penarikan diri, kesulitan melakukan aktivitas sehari-hari maupun gangguan kontrol impuls.

Menurut Kwon, Kim dkk (2013), terdapat beberapa faktor internal maupun eksternal yang mempengaruhi *smartphone addiction*. Faktor internal yang dapat mempengaruhi antara lain merasa kesepian, depresi, permasalahan dengan harga diri, kesehatan mental, pengendalian diri dan stress. Faktor eksternal yang mempengaruhi antara lain kondisi sosial, kehidupan kampus, dan hubungan

pribadi. *Smartphone addiction* dapat diartikan sebagai ketergantungan ponsel atau penggunaan ponsel yang berlebihan secara komplusif. Secara istilah *smartphone addiction* merupakan fenomena penggunaan ponsel atau *smartphone* secara berlebihan yang dapat berdampak kepada diri dan pola kehidupan. Fenomena *smartphone addiction* dapat ditandai dengan perasaan senang yang disertai desakan pada perilaku berlebihan atau tidak terkontrol saat menggunakan *smartphone* sehingga menyebabkan individu mengabaikan aktivitas lainnya (Ching, dkk, 2015).

Singh & Goswami (2016) Sebutkan tiga ciri orang yang diduga ketagihan *Smartphone*: Pertama orang yang kecanduan akan selalu membawa dan melindungi *smartphone*. Kedua, jika memungkinkan, berkomunikasi menggunakan *smartphone* dibandingkan telepon rumah yang tersedia. Ketiga, biaya yang meningkat akibat kurangnya sosialisasi lingkungan dan penggunaan *smartphone* yang berlebihan. Menurut Kwon, Kim, Cho, dan Yang (2013), yang sependapat dengan pendapat tersebut di atas, ada enam ciri yang mengindikasikan kecanduan *smartphone*, yaitu: 1) *Daily-life Disturbance*, yaitu gangguan dalam kehidupan sehari-hari, seperti kesulitan fokus di kelas; 2) *Positive Anticipation*: Orang yang memiliki *smartphone* melaporkan merasa puas saat menggunakannya dan merasa kesepian saat tidak menggunakannya; 3) *Penarikan*: Ketika pengguna *smartphone* melakukan ini, mereka menjauhkan diri dari lingkungannya; 4) *Berorientasi dunia maya*, artinya pemilik *smartphone* mempunyai koneksi ke internet; 5) *Overuse*, yaitu penggunaan *smartphone* secara berlebihan dan tidak terkendali; 6) *Toleransi*, yaitu upaya untuk berhenti menggunakan *smartphone* namun terus menerus gagal.

Penjelasan di atas membawa kita pada kesimpulan bahwa kecanduan *smartphone* adalah perilaku seseorang yang menggunakan *smartphone* secara berlebihan (tanpa melakukan kontrol) hingga menjadi sebuah kebiasaan. Kebiasaan ini bahkan dapat menimbulkan perasaan kehilangan bila dilanggar dan berdampak buruk pada kesejahteraan fisik dan mental seseorang.

Assertive Training

Kata asertif berasal dari kata kerja asing “menegakkan” yang berarti membuat pernyataan tegas. Kemampuan mengungkapkan diri secara jujur, jelas, tegas, terbuka, anggun, spontan, apa adanya, dan tepat mengenai keinginan, pikiran, perasaan, dan emosi yang dialami juga dapat dikatakan sebagai sikap asertif.

Houston (Nursalim, 2005: 129) mengemukakan bahwa “latihan asertif merupakan suatu program belajar untuk mengajar manusia mengeskpresikan perasaan dan pikirannya secara jujur dan tidak membuat orang lain menjadi terancam.

Sejalan dengan pendapat di atas, Latipun (2003) juga mengungkapkan hal serupa yaitu pelatihan asertif merupakan suatu proses membantu orang yang tidak mampu mengungkapkan perasaan tersinggung, kesulitan untuk mengatakan tidak, kesulitan untuk mengungkapkan afeksi positif dan respon positif lainnya. Pendapat

yang sama dari Rahmawati (2008) mengatakan bahwa pelaksanaan pelatihan asertif memiliki tujuan untuk meningkatkan efektivitas perilaku sehari-hari klien atau untuk meningkatkan kualitas hidup klien agar lebih baik. Indikator penting dalam asertive training adalah berkurangnya tingkat kecemasan anak serta meningkatnya kemampuan anak dalam mengekspresikan diri dengan berbagai situasi sosial.

METODE

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif, karena jenis penelitian ini lebih bersifat observasi lapangan, bukan analisis statistik atau teknik kuantifikasi untuk menghasilkan temuan. Fokus penelitian kualitatif ini adalah memahami permasalahan masyarakat dalam konteks kondisi dunia nyata atau lingkungan alam yang realistis, rumit, dan terperinci. Agar dapat memperoleh data yang objektif. Maka dalam penelitian ini menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yang layak dan representatif dalam mendukung terselenggaranya penelitian antara lain; Observasi, wawancara, dokumentasi.

Individu yang direkrut peneliti berfungsi sebagai sumber data penelitian. Peneliti membagi sumber data yang digunakan dalam penelitian ini menjadi dua kategori, yaitu: 1) Data Primer yaitu hasil wawancara yang diperoleh dari objek utama adalah peserta didik kelas IV; dan 2) Data sekunder meliputi informasi dari formulir yang telah diisi oleh orang tua anak serta informasi dari dokumen penelitian tentang segala hal yang berkaitan dengan penelitian.

Penentuan subjek data dan sumber data dari orang-orang yang diwawancarai dalam penelitian ini dilakukan secara *purposive* yaitu dipilih dengan pertimbangan dan tujuan tertentu. Penelitian ini akan menggunakan pendekatan behavioral dengan pendekatan pelatihan asertif sebagai metodologinya. Pelatihan asertif merupakan salah satu metode yang digunakan dalam pendekatan behavioral untuk memodifikasi perilaku individu yang diteliti. Kata “asertif” berasal dari kata asing yang berarti “menyatakan dengan tegas”. Perilaku yang penuh ketegasan mengarah pada pembebasan emosional dan keadaan suportif yang sukses.

Asertif dari kata *asing to assert* yang berarti menyatakan dengan tegas. Pengertian perilaku asertif mengandung suatu tingkah laku yang penuh ketegasan yang timbul karena adanya kebebasan emosi dan keadaan efektif yang mendukung. Asertif adalah suatu pernyataan tentang perasaan, keinginan dan kebutuhan pribadi kemudian menunjukkan kepada orang lain dengan penuh percaya diri Taumann (2000:55). Menurut Corey (2003), asumsi dasar dari asertif training adalah setiap orang memiliki hak untuk mengungkapkan perasaannya, pendapat, apa yang diyakini serta sikapnya terhadap orang lain. Ada beberapa prosedur yang harus diikuti untuk melaksanakan pelatihan asertif. Pendekatan ketegasan umumnya dibangun pada proses pembelajaran internal yang memerlukan modifikasi, peningkatan, dan pemutakhiran. Menjadi agresif melibatkan banyak langkah, khususnya: a) mengenali situasi unik yang menimbulkan masalah bagi klien b) memantau pikiran dan tindakan klien c) Konselor memberikan umpan balik verbal, menyoroti hal-hal

baik, dan menandai perilaku yang tidak pantas dengan sikap yang baik dengan cara yang tidak menghukum dan menyalahkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian yang melibatkan siswa kelas empat sekolah dasar ini adalah untuk mengetahui bagaimana penggunaan *smartphone* yang berlebihan mempengaruhi perkembangan sosial dan emosional anak. Anak-anak yang menggunakan ponsel umumnya meniru bahasa dan perilaku tayangan serta permainan yang dimainkan anak-anak (A), (R), dan (M), berdasarkan temuan observasi dan wawancara. Anak-anak ini juga berkembang secara sosial dan emosional. Selain itu, anak juga kurang memperhatikan lingkungan di sekitarnya sehingga mengurangi jumlah interaksi sosial yang terjadi antara anak dan orang dewasa.

Smartphone tidak akan berdampak pada perkembangan sosial emosional anak yang jarang menggunakannya karena anak tidak akan merasa tersesat jika tidak dimainkan selama beberapa hari dan mereka dapat mengatur cara penggunaannya. Anak-anak sebaiknya hanya menggunakan *smartphone* untuk tujuan pendidikan; setelah itu, mereka tidak boleh menggunakannya lagi. Masalah sosial-emosional yang dialami oleh anak-anak yang mengalami kecanduan *smartphone* antara lain menghabiskan lebih banyak waktu sendirian dan sulit bersosialisasi dengan orang baru. Walaupun (S) dan (I) tidak terlalu mempengaruhi perkembangan sosial dan emosional anak karena mereka tidak sering menggunakan *smartphone*, anak-anak sering kali meniru perilaku dan gaya bahasa selebriti, tokoh televisi, atau karakter yang mereka perankan (M). (L) sering meniru bahasa dan tindakan video game.

Para peneliti menemukan bahwa kecanduan *smartphone* pada anak-anak memengaruhi pembelajaran mereka dengan berbagai cara, termasuk buruknya fokus atau kurangnya konsentrasi (R), (A), dan (M). Selain itu, anak juga sering tidak menyelesaikan pekerjaan rumahnya (kanan). (A) dan (M), seringkali mengatakan bahwa mereka tidak mengerjakan tugas dengan dalih lupa membawa buku tulis, setelah digali lebih dalam lagi, (A) dan (M) mengatakan bahwa mereka lupa mengerjakan tugas karena sibuk bermain game dan *smartphone* pada malam hari, sehingga tugas-tugas yang diberikan oleh guru terbengkalai begitu saja. (M) juga mengatakan bahwa sering merasa sulit untuk fokus pada saat melaksanakan kegiatan belajar mengajar karena fokusnya teralih dengan *smartphone*. (M) merasa selalu kesepian jika tidak memegang *smartphonena*, (M) memilih untuk bermain game yang berada di *smartphonena* dibandingkan bermain bersama dengan teman-temannya. (R) mengatakan bahwa sering sekali kedua orang tua mereka mengajak untuk pergi bersama-sama keluar, tetapi (R) memilih untuk tetap berada di rumah dan bermain salah satu game yang ada di *smartphone* nya. (R) Mengatakan bahwa dengan bermain game yang ada di *smartphonena* dapat membuatnya senang dan tidak merasa sepi. (R) juga mengatakan bahwa bermain

game bersama dengan teman lebih mengasyikan daripada pergi keluar bersama, karena jika pergi (R) merasa melelahkan karena harus bercengrama dengan banyak orang.

Peneliti menemukan bahwa orang tua menerapkan berbagai strategi untuk mengatasi anak yang kecanduan ponsel, termasuk meminta mereka untuk berpartisipasi dalam aktivitas di luar rumah, berdasarkan temuan observasi dan wawancara. Selain itu, orang tua menonaktifkan koneksi WiFi untuk memastikan bahwa anak-anak pada akhirnya berhenti menggunakan ponsel mereka untuk bermain game.

Tabel 1. Verbatim Wawancara

Pewawancara	: Selamat pagi adik-adik siswa.
Narasumber	: Pagi, bu
Pewawancara	: Apakah kalian biasa membawa hp ke sekolah?
Narasumber	: Iya bu, diberikan sama mama hp
Pewawancara	: Kenapa mama memberikan kamu hp?
Narasumber	: Awalnya karena mama sibuk kerja bu, terus karena waktu itu kan covid, jadi pembelajarannya daring
Pewawancara	: Biasanya kalau main hp itu ngapain saja?
Narasumber	: Main game, nonton video sih bu biasanya, tapi paling sering main game bu
Pewawancara	: Kalau boleh tau, biasanya main game apa?
Narasumber	: Banyak bu, tapi paling sering main ff (free fire)
Pewawancara	: Oh.. Kalau nonton video, biasanya video apa saja yang ditonton?
Narasumber	: Kalau video sih, nonton di Youtube, kadang-kadang di Tiktok bu
Pewawancara	: Apakah selama kegiatan belajar-mengajar sering membuka hpnya?
Narasumber	: Kadang-kadang bu, soalnya kalo gurunya galak biasanya hp nya dikumpulin bu. Tapi kalo nggak dikumpulin, biasanya main hp diem-diem sih bu
Pewawancara	: Kalau main hp saat belajar itu, mengganggu konsentrasi belajarnya tidak?
Narasumber	: Hm.. mengganggu sih bu..
Pewawancara	: Nah, iya karena kalau pada saat kegiatan belajar kamu bermain hp, fokus dalam belajar kamu dapat teralihkan dengan hp
Narasumber	: Iya bu
Pewawancara	: Kalau pada saat istirahat, kamu bermain hp atau bermain dengan teman-teman yang lain?
Narasumber	: Kadang-kadang bu, tapi biasanya main hp bu main game bareng-bareng
Pewawancara	: Kenapa?
Narasumber	: Lebih seru main game bu

Pewawancara	: Emangnya kalau main bareng-bareng tanpa hp nggak seru ya?
Narasumber	: Seru juga sih bu, ya tapi gitu lah bu
Pewawancara	: Kamu tahu nggak dampak negatif dari bermain hp yang berlebih?
Narasumber	: Tahu bu, aku jadi malas belajar, susah fokus juga
Pewawancara	: Nah.. kalau seperti itu hal apa yang harus dilakukan?
Narasumber	: Mengurangi bermain hp
Pewawancara	: Pinter, walaupun tidak bisa langsung dapat berkurang, tetapi kalau dicoba perlahan dan bertahap pasti bisa
Narasumber	: Iya bu, nanti deh aku mau coba tapi pelan-pelan
Pewawancara	: Baik, terimakasih untuk hari ini. Semangat terus ya untuk kedepannya, ibu yakin kamu pasti bisa.

Pembahasan

Setelah wawancara dan observasi lima sumber berbeda, peneliti menganalisis informasi dari observasi tidak terstruktur dan hasil wawancara. Pembahasan ini merupakan pengujian yang membandingkan hipotesis sebelumnya dengan hasil penelitian lapangan. Berikut sub fokus yang akan peneliti bahas.

1. Latar Belakang Penggunaan *Smartphone* oleh Anak

Temuan lapangan mengungkapkan bahwa jadwal orang tua yang padat menghalangi mereka untuk mengajak anak bermain dan membuat mereka merasa seolah-olah anak akan mengganggu pekerjaan mereka, yang merupakan penyebab utama penggunaan *smartphone* oleh anak-anak. Selain itu, siswa yang mengikuti program pembelajaran daring selama pandemi juga harus mengikuti program pembelajaran daring bisa menggunakan *smartphone* sebagai media pembelajaran anak. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan Marselius kepada Todok: para orang tua pada akhirnya memberikan *smartphone* kepada anaknya agar tidak diganggu dengan kehadirannya.

2. Dampak Positif dan Negatif Penggunaan *Smartphone* bagi Anak

Hasilnya menunjukkan manfaat penggunaan ponsel cerdas bagi anak-anak, termasuk kemampuan mereka menggunakan aplikasi yang meningkatkan pembelajaran seperti Google Meet, Zoom, Video Call, dan WhatsApp. Selain itu, anak-anak dapat belajar banyak tentang berbagai topik dari video YouTube. Berikut ini adalah beberapa dampak buruk bagi anak-anak: Anak-anak meniru bahasa dan karakter dari video dan video game yang mereka mainkan.

Hal ini terkait dengan temuan Putri Miranti dan Riri Dasa Putri yang menyatakan bahwa salah satu manfaat penggunaan *smartphone* adalah menambah pengetahuan anak melalui media sosial yang dapat memberikan informasi. Selain itu, ada dampak negatifnya juga, menurut kesaksian Putri Miranti dan Riri Dasa Putri. Pertama, semakin banyak anak yang memerlukan pengawasan orang dewasa saat menonton video. Kedua, anak-anak cenderung kurang berinteraksi dengan

orang lain karena anak-anak lebih sering menggunakan *smartphone*. Ketiga, anak akan menjadi gamer sehingga bisa mengamati tindakan orang lain.

Begitu anak-anak mulai menikmati penggunaan *smartphone*, mereka akan tersesat dalam dunia online dan berhenti memperhatikan dunia luar. Akibatnya, anak menjadi malas berinteraksi langsung dengan teman sebayanya. Akibat hal ini, anak-anak mungkin menjadi kurang tanggap terhadap respons emosional orang lain. dan susah mengenali karakter-karakter orang lain.

3. Perkembangan sosial emosional anak yang sering menggunakan *smartphone* setiap hari

Menurut Romo bermain gadget dalam durasi yang panjang dan dilakukan setiap hari secara terus-menerus, bisa berkembang ke arah pribadi yang antisosial. Ini terjadi karena anak tidak diperkenalkan dengan untuk bersosialisasi dengan orang lain. Selain itu, waktu untuk bercengkrama secara langsung berkurang karena waktu tersita untuk menikmati semuanya dalam bermain *smartphone*.

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan di lapangan, sesuai dengan apa yang ditemukan peneliti. Anak-anak lebih suka bermain dengan *smartphone* sendiri.

Anak lebih suka menyendiri di kelas dibandingkan bermain bersama dengan teman-temannya, anak beralasan bahwa dengan memainkan *smartphonenya* anak lebih merasa terhibur.

4. Perkembangan sosio-emosional anak yang jarang menggunakan *smartphone*

Menurut American Academy of Pediatrics dalam buku Maria dan Amalia menjelaskan bahwa perkembangan sosio-emosional anak adalah kemampuan anak dalam mengelola dan mengekspresikan emosi secara lengkap baik emosi positif maupun emosi negatif. Anak mampu berinteraksi dengan teman sebayanya atau orang dewasa di sekitarnya secara aktif belajar dengan mengeksplorasi lingkungannya. Hal ini bertentangan dengan apa yang ditemukan para peneliti lapangan. Tidak semua anak yang jarang menggunakan ponsel dapat berkomunikasi dengan temannya.

5. Hambatan masalah sosio-emosional yang dihadapi anak yang terkena *smartphone addict*

Instruktur dan orang tua harus menyadari bagaimana anak-anak berperilaku dengan perangkat berikut: a. Anak kehilangan minat terhadap aktivitas di luar ruangan. b. Anak-anak tidak suka bermain di luar atau berhubungan dengan teman-temannya. c. Anak-anak tidak takut berbohong atau berbuat curang agar mendapat lebih banyak waktu bermain di *smartphonenya*. Hasil penelitian para praktisi di lapangan mendukung sejumlah hipotesis di atas. tidak sesuai dengan apa yang peneliti temukan, seperti pada poin c, kenyataannya anak seringkali diberikan

kebebasan untuk bermain *smartphone*, bahkan bisa dalam waktu 24 jam anak bermain *smartphone* tanpa henti.

6. Dampak kecanduan *smartphone* terhadap pembelajaran anak

Ada dampak baik dan buruk penggunaan ponsel terhadap pembelajaran anak, klaim Jawuhari Maknuni. Penggunaan *smartphone* sebagai alat belajar merupakan salah satu manfaat kecanduan *smartphone* bagi pendidikan anak. 2) *Smartphone* sebagai sumber data. 3) *Smartphone* sebagai alat komunikasi antara dosen dan mahasiswa. 4), *smartphone* sebagai alat untuk meningkatkan pemahaman.

Berikut beberapa dampak negatif penggunaan *smartphone* terhadap pendidikan anak: 1) Kurangnya fokus saat belajar; Anak-anak sering mengalami hal ini karena orang tuanya cenderung meremehkan kecerdasan emosionalnya. 2) Potensi menciptakan rasa tanggung jawab. 3) Prestasi menurun akademik. 4) Meningkatkan kesadaran dan pemahaman terhadap mata pelajaran. 5) Perilaku kondisional, awal mencatat di kelas.

Hal tersebut sejalan dengan apa yang peneliti temukan di lapangan, bahwa anak sulit merasa fokus dalam kegiatan belajar mengajar dikarenakan terganggu oleh *smartphonena*, dan anak sering merasakan bahwa jika tidak memegang *smartphonena* anak merasa sepi dan bingung.

7. Solusi dalam mengatasi anak yang kecanduan *smartphone*

Salah satu cara mengatasi anak yang ketagihan *smartphone* adalah dengan memberikan penggantinya, menurut penulis Anita Hairunnisa. Dengan kata lain, orang tua perlu menemukan aktivitas menarik untuk menggantikan *smartphone* bagi anak-anak mereka ketika mereka ingin berhenti bermain dengan ponsel tersebut. Kerja sama antara ayah dan ibu dalam mengatasi masalah sosio-emosional anak yang kecanduan *smartphone* menurut ikatan Dokter Anak di Amerika Serikat (America Academy of Pediatrics/APP) merekomendasikan hal berikut untuk para orang tua yang ingin memfasilitasi anak dengan *smartphone*.

- a. Anak di bawah 18 bulan sama sekali tidak diperkenankan menggunakan *smartphone*.
- b. Membuat screent ime atau batas waktu dalam sehari.
- c. Anak berusia 6 tahun keatas diberikan batasan waktu yang tegas dalam menggunakan *smartphone*.
- d. Ajarkan anak bersosialisasi secara bijaksana dan menghargai orang lain.
- e. Menemani anak bermain agar anak lebih dekat dengan orang tua dibandingkan dengan *smartphone*.

SIMPULAN

Terdapat pengaruh *smartphone* terhadap perkembangan sosio-emosional anak, seperti anak sering berkata-kata yang tidak senonoh dan mengikuti tingkah

laku yang mengikuti apa yang ditonton. Selain itu, anak juga lebih asik dengan permainan *smartphone* dan kurang suka untuk bergaul atau bermain bersama dengan teman sebayanya. Perkembangan sosio-emosional anak dapat terpengaruh dari *smartphone* yang dimainkannya. Anak menghadapi tantangan sosio-emosional seperti kesulitan berinteraksi sosial dengan orang lain di lingkungannya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana perkembangan sosio-emosional anak dipengaruhi oleh penggunaan *smartphone* yang berlebihan.

Dapat disimpulkan bahwa tidak semua anak yang mengalami kecanduan *smartphone* addict mendapatkan pengaruh yang negatif, ada pula yang mendapatkan pengaruh yang positif.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad Muhaimin Azzert. (2014). *Mobile Phone Addict*. Surabaya: Putra Media.
- Agusta, Duha. (2016). "Faktor-faktor Resiko Kecanduan Menggunakan Smartphone Pada Siswa di SMK Negeri 1 Kalasan Yogyakarta". *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Volume 3, No.3, 1-3.
- Anggito Albi, Setiawan Johan. (2018). *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: CV Jejak.
- Armayanti, L. (2013). "Pengaruh Gadget Terhadap Kemampuan Bersosialisasi Pada Remaja ". *Jurnal An-Nafs*, Volume 8, No.2, Maret 2013, 1-20.
- Andriani, M. (2022). *Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok Terhadap Sosio-Emosional Siswa Sekolah Dasar*. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Ar – Rahman*, 8 (1), 41-47.
- Hildayani, Rini, dkk. (2009). *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentan Kehidupan)*. Jakarta: Eirlangga.
- Hikmawati, L., Arbarini. (2023). *Pola Pengasuhan Anak Usia Dini Dalam Membina Perilaku Sosio-Emosional Anak*. *jurnal obsesi: jurnal pendidikan anak usia dini*, 7(2), 1447 -1464
- Irsan, I., Sufinuran, S. (2022). Analisis Perkembangan Prilaku Sosio-Emosional siswa Dalam Penarapan Pembelajaran Daring Di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6 (1), 943- 953.
- Kwon, M., Kim, D., Cho, H., & Yang, S. (2013). "The *Smartphone* Addiction Scale". *Jurnal Development and Valiation of Short Version for Adolescents*, Volume 8, 2013, 1-7.
- Lesyari, Rahmy, Illawaty Sulian. (2020). "Faktor-Faktor Penyebab Siswa Kecanduan Handphone Studi Deskriptif Pada Siswa di SMP Negeri 13 Kota Bengkulu". *Jurnal consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, Volume 2, No.1, 23-37.
- Maknuni, Jauhari. (2020). "Pengaruh Media Belajar *Smartphone* Terhadap Belajar Siswa Di Era Pandemi". *Jurnal Indonesian Educational Administration And Leadership (IDEAL)*, Volume 2, No.02, 2020, 1-5.

- Marat, S., & Siregar, J.R. (1991). *Pengantar Psikologi Pengembangan*. Bandung: Fakultas Psikologi Universitas Padjajaran.
- Miranti, Putri dan Dasa Putri. (2021). “Waspada Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Dini”. *Jurnal Cendikia Ilmiah PLS*, Volume 6, No.1, Juni 2021.
- Mulyani, Novi. (2014). “Upaya Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini”. *Jurnal Raushan Fikr*, Volume 1, No.2, 133-147.
- Pratiwi, F. (2021). “Gambaran Perkembangan Anak Usia Dini Dalam Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid-19”. *Jurnal Pendidikan Anak*, Volume 7, No.1, 09-18.
- Rahayu,. S. (2019). *Efektivitas Teknik Asseritive Training Dalam Layanan Konseling Kelompok Untuk Meningkatkan Perilaku Asertif Siswa Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Kampar Timur*. Skripsi. Universitas Islam Negeri Sultah Syarif Kasim Riau: Pekanbaru.
- Yuwanto, L., & Umum, L. (2010). *Mengembangkan Kecerdasan Sosial Bagi Anak*. Yogyakarta: Dirgen PAUDNI.

