

# Strategi Parenting Ayah Mengatasi Anak Kecanduan Gadget Melalui Program Klinik Kecanduan Gadget

Oleh:

Alvina Damayanti

Didik Hariyanto

Progam Studi Ilmu komunikasi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

April, 2026

# Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital menjadikan gadget bagian tak terpisahkan dari kehidupan anak, namun penggunaan yang berlebihan memicu risiko kecanduan yang berdampak pada perkembangan sosial, emosional, dan kualitas interaksi keluarga. Data menunjukkan anak usia dini semakin akrab dengan gadget, sementara peran orang tua—khususnya ayah—dalam pengasuhan digital masih cenderung rendah. Fenomena *functional fatherlessness*, yaitu ayah hadir secara fisik namun minim keterlibatan emosional dan komunikasi, memperparah ketergantungan anak pada gadget sebagai pengganti relasi.

Kampung Lali Gadget melalui Program Klinik Kecanduan Gadget hadir sebagai inisiatif berbasis komunitas yang melibatkan ayah secara aktif dalam pendampingan anak melalui aktivitas non-digital. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk mengkaji bagaimana strategi parenting ayah dan pola komunikasi keluarga dibangun dalam upaya mencegah kecanduan gadget pada anak.

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

- Bagaimana dampak kecanduan gadget pada anak dalam konteks keterlibatan ayah?
- Bagaimana strategi parenting ayah dalam mencegah kecanduan gadget pada anak melalui Program Klinik Kecanduan Gadget?
- Apa saja tantangan yang dihadapi ayah dalam menjalankan peran pengasuhan digital?

# Metode

## **Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif.**

- Penelitian ini dilakukan di Kampung Lali Gadget, Sidoarjo.
- Subjek penelitian yaitu sebelas ayah peserta program klinik kecanduan gadget, pemateri program klinik kecanduan gadget Nadia Atuwi Dan founder KLG Ahmad Irfandi
- Teknik pengumpulan data yang digunakan yakni purposive sampling
- Melakukan wawancara, observasi partisipasi dan studi dokumentasi
- Lalu hasil observasi, wawancara yang telah di reduksi akan dijadikan bentuk deskriptif naratif dan akan diambil kesimpulan.

# Hasil

Hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa melalui Program Klinik Kecanduan Gadget, ayah mampu membangun pola komunikasi yang lebih seimbang dan strategi parenting yang adaptif sehingga berkontribusi dalam mengurangi ketergantungan anak terhadap gadget.

1. Dampak kecanduan gadget dan peran ayah yang hilang
2. Strategi parenting ayah dalam mencegah kecanduan gadget
  - a. membangun komunikasi terbuka ayah dengan anak (conversation orientation)
  - B. menetapkan aturan dan Batasan penggunaan gadget pada anak (conformity orientation yang dialogis)
  - c. memperkuat keterlibatan emosional ayah melalui klinik kecanduan gadget (integritasi conversation & conformity orientation).
3. Faktor penghambat dan pendukung keterlibatan ayah dalam peran pengasuhan aktif

# Pembahasan

Komunikasi dalam keluarga berperan penting dalam membentuk kepribadian anak, karena melalui interaksi dengan orang tua anak mempelajari nilai, norma, dan perilaku sejak dini. Pola komunikasi yang sehat, terbuka, dan konsisten serta keterlibatan aktif ayah dalam pengasuhan mampu memperkuat ikatan emosional, meningkatkan kepercayaan diri anak, dan membantu mencegah perilaku negatif seperti kecanduan gadget.

## 1. Dampak kecanduan gadget dan peran ayah yang hilang

dimana anak menunjukkan ketergantungan pada gadget, tantrum saat gadget dibatasi, minimnya interaksi sosial. Kecanduan gadget dipicu oleh kurangnya komunikasi emosional antara ayah dan anak, gadget menjadi substitusi relasi emosional dalam prespektif *Family Communication Patterns Theory* menunjukkan rendahnya *conversation orientation* dalam keluarga, yang mengakibatkan terbatasnya ruang dialog terbuka dan kelekatan emosional antara orang tua dan anak.

# Pembahasan

## 2. Strategi parenting dalam mencegah kecanduan gadget

Parenting merupakan proses yang tidak hanya berfokus pada pemenuhan kebutuhan fisik anak, tetapi juga mencakup bimbingan emosional, sosial, dan moral untuk membentuk kepribadian yang sehat, terutama di era digital yang menuntut orang tua lebih bijak dalam mengarahkan penggunaan teknologi. Dalam hal ini, ayah memiliki peran penting tidak hanya sebagai figur otoritas, tetapi juga sebagai teladan yang mengedepankan komunikasi efektif dalam pengasuhan digital. Strategi parenting ayah dalam penelitian ini dianalisis melalui beberapa indikator utama, yaitu :

### a. Membangun Pendekatan Komunikasi Antara Terbuka Ayah Dengan Anak (*Conversation Orientation*)

Ayah meluangkan waktu berkualitas tanpa gadget, Dialog rutin (saat makan, sebelum tidur), Anak merasa dihargai dan aman secara psikologis.

Dampak: Anak lebih terbuka dan Tidak menjadikan gadget sebagai pelarian emosional.

# Pembahasan

## **b. Menetapkan Aturan Penggunaan Gadget (Conformity Orientation Dialogis)**

Pembatasan waktu dan hari penggunaan gadget, Aturan disertai penjelasan dan kesepakatan bersama, Anak memahami alasan pembatasan, bukan sekadar patuh, Membentuk disiplin dan kontrol diri jangka Panjang.

## **c. Memperkuat keterlibatan emosional ayah melalui klinik kecanduan gadget (*Integrasi Conversation & Conformity Orientation*)**

Program Klinik Kecanduan Gadget (KLG) membantu meningkatkan keterlibatan emosional ayah dengan anak melalui aktivitas non-digital dan komunikasi yang lebih terbuka, sehingga mendorong ayah menjadi lebih aktif sebagai teladan dan memperkuat hubungan untuk mengurangi ketergantungan gadget. Namun, keberhasilan program ini masih dipengaruhi oleh keterbatasan waktu dan konsistensi pendampingan di rumah. Selain itu, aspek keteladanan menjadi tantangan karena meskipun ayah menyadari bahwa perilaku penggunaan gadget akan ditiru anak, tidak semua mampu menerapkannya secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

# Pembahasan

## 3. Faktor Penghambat dan Pendukung Keterlibatan Ayah dalam Peran Pengasuhan Aktif

Keterlibatan ayah dalam pengasuhan aktif masih menghadapi berbagai tantangan, seperti keterbatasan waktu karena pekerjaan, rendahnya kehadiran dalam kegiatan parenting, serta kesulitan menghadapi anak yang mengalami kecanduan gadget dan menunjukkan tantrum saat dibatasi. Selain itu, tekanan sosial dari teman sebaya dan kurangnya komunikasi emosional dalam keluarga semakin memperumit peran ayah dalam mengontrol penggunaan gadget pada anak.

# Temuan Penting Penelitian

Temuan utama penelitian ini merupakan bagaimana keberhasilan mengatasi kecanduan gadget pada anak sangat dipengaruhi oleh kualitas komunikasi keluarga yang seimbang antara keterbukaan (orientasi percakapan) dan penerapan aturan (orientasi konformitas), dengan peran ayah sebagai faktor kunci. Keterlibatan aktif ayah dalam aktivitas non-digital terbukti mampu membangun komunikasi dua arah yang hangat sekaligus menciptakan aturan penggunaan gadget yang lebih dialogis dan diterima anak. Selain itu, penelitian ini menegaskan bahwa kecanduan gadget bukan hanya masalah perilaku individu anak, tetapi berkaitan erat dengan relasi emosional dalam keluarga, meskipun masih terdapat tantangan seperti keterbatasan waktu ayah, resistensi anak, dan pengaruh lingkungan sosial

# Manfaat Penelitian

Memberikan kontribusi praktis dan konseptual dalam pengasuhan anak di era digital, khususnya dengan menekankan pentingnya keterlibatan ayah sebagai figur komunikatif, bukan sekadar pengontrol. Penelitian ini juga menawarkan model intervensi berbasis komunitas melalui Program Kampung Lali Gadget yang dapat dijadikan rujukan bagi orang tua, praktisi pendidikan, maupun pembuat kebijakan dalam merancang strategi pencegahan kecanduan gadget pada anak. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat membantu menciptakan pola pengasuhan yang lebih adaptif, komunikatif, dan berkelanjutan dalam menghadapi tantangan perkembangan teknologi.

# Referensi

- ATIKA LARASATI AULIA, "POLA KOMUNIKASI INTERPERSONAL ORANG TUA DENGAN ANAK DALAM MENGURANGI PENGGUNAAN GADGET (STUDI PADA SD ISLAM TERPADU HARAPAN MULIA PALEMBANG) Skripsi," FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN ILMU POLITIK UNIVERSTAS SRIWIJAYA, 2019.
- Y. Utami Niki Kusaini<sup>1</sup>, Ninil Elfira<sup>2</sup>, "Strategi Parenting untuk Menghadapi Tantangan di Era Digital Utami," *J. Wahana Didakt.*, vol. 23, no. 02, pp. 141–157, 2025.
- S. Okina, F. Dakwah, D. A. N. Komunikasi, U. I. N. Ar-raniry, and B. Aceh, "Strategi komunikasi ibu terhadap anak dalam mencegah pengaruh negatif penggunaan smartphone," 2020.
- Maulana Anwar *et al.*, "Seminar Parenting: Peran Ayah dalam Pengasuhan Anak Usia Dini di Desa Tanjunganom, Kecamatan Rowosari, Kabupaten Kendal," *J. Pelayanan Masy.*, vol. 1, no. 3, pp. 54–62, 2024, doi: 10.62951/jpm.v1i3.462.
- A. F. Koerner and M. A. Fitzpatrick, "Family communication patterns theory: A social cognitive approach," *Engag. Theor. Fam. Commun. Mult. Perspect.*, no. August, pp. 50–65, 2006, doi: 10.4135/9781452204420.n4.
- A. R. Putri and S. Suryanto, "Hubungan penggunaan gadget dengan perkembangan sosial emosional anak," *Coping Community Publ. Nurs.*, vol. 9, no. 1, pp. 45–52, 2021.
- H. Didik, *Buku Ajar Pengantar Ilmu Komunikasi Penulis : Didik Hariyanto Diterbitkan oleh Jl . Mojopahit 666 B Sidoarjo ISBN : 978-623-6081-32-7 Copyright © 2021 . Authors All rights reserved.* 2021.
- Y. R. Fanny Fidya Ramadhanti<sup>1</sup>, "J + PLUS : Jurnal Mahasiswa Pendidikan Luar Sekolah Penerapan Program Belajar Sambil Bermain Tradisional dalam Mengurangi Kecanduan Gadget pada Anak di Kampung Lali Gadget Sidoarjo," vol. 14, no. 1, pp. 173–184, 2025.
- A. Mutiarasari, A. Listiana, and Y. Rachmawati, "Strategi dan tantangan keterlibatan ayah dalam pengasuhan anak usia dini di era digital," *J. Obs. J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 8, no. 6, pp. 1874–1886, 2024.

# Referensi

- V. I. Hasan and A. Kusyairi, "Pengaruh konseling parenting terhadap kemampuan digital parenting pada orang tua dengan anak kecanduan gadget di sekolah TK wilayah Desa Gejungan Pajajaran," *J. Cent. Publ.*, vol. 3, no. 2, pp. 3205–3220, 2025.
- M. A. Ramadhan, D. I. Mufid, R. Ilham, S. W. B. Tarigan, G. S. Bangun, and T. Andriani, "Keterampilan komunikasi efektif, komunikasi terbuka dan jelas dalam micro leading," *J. Kepemimp. dan Pengur. Sekol.*, vol. 10, no. 3, pp. 1019–1028, 2025.
- C. Kusumawati, "Pola komunikasi orang tua dan anak kecanduan TikTok dalam komunikasi keluarga di Desa Kebonbatur Demak Jawa Tengah," Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2025.
- M. Mohzana, M. Maryanti, D. E. Subroto, D. Pepilina, A. Rofi'i, and M. A. Anggreni, "Analisis peran kecerdasan emosional dan keterlibatan dalam pengambilan keputusan terhadap komitmen kerja guru," *Edu Cendikia J. Ilm. Kependidikan*, vol. 4, no. 03, pp. 1457–1464, 2024.
- Z. Warda, "Komunikasi Interpersonal Orang Tua dan Anak Dalam Mengatasi Ketergantungan Pada Gadget Di Desa Purbadana Kecamatan Kembaran," *Purwokerto Univ. Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto*, pp. 1–150, 2024.
- W. Hendriani, A. A. Tedjadipura, S. M. Khaerunnisa, P. Y. Wulandari, and R. Cahyono, "Peran ayah dalam pengasuhan yang memperkuat resiliensi digital anak," *J. Fam. Consum. Sci. Ilmu Kel. Konsum.*, vol. 17, no. 2, 2024.

