

## **SOSIALISASI KECANDUAN *GADGET, TIME MANAGEMENT* DAN *GENTLE PARENTING* PADA ANAK DAN ORANG TUA MURID SDN 3 DESA PAKUHAJI**

**Ghina Shofa Athoya<sup>1</sup>, Khoirunnisa Lutfiah<sup>2</sup>, Muhammad Yusuf Taujiri<sup>3</sup>, Iwan Ridwan Yusup, M.Pd.<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati. e-mail: [1216000075@student.uinsgd.ac.id](mailto:1216000075@student.uinsgd.ac.id)

<sup>2</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati. e-mail: [1216000105@student.uinsgd.ac.id](mailto:1216000105@student.uinsgd.ac.id)

<sup>2</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati. e-mail: [1216000133@student.uinsgd.ac.id](mailto:1216000133@student.uinsgd.ac.id)

<sup>2</sup>Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati. e-mail: [iwanyusup@uinsgd.ac.id](mailto:iwanyusup@uinsgd.ac.id)

### **Abstrak**

Program Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Desa Pakuhaji tahun 2024 menitikberatkan pada sosialisasi mengenai kecanduan gadget, manajemen waktu, dan penerapan metode gentle parenting kepada anak-anak dan orang tua murid SDN 3 Pakuhaji. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pemahaman akan dampak negatif penggunaan gadget yang berlebihan, baik dari aspek kognitif, sosial-emosional, hingga fisik seperti gangguan tidur dan obesitas. Program ini juga mengajarkan pentingnya manajemen waktu untuk menyeimbangkan penggunaan gadget dengan kegiatan bermanfaat lainnya, seperti bermain di luar dan belajar. Bagi orang tua, diperkenalkan metode pengasuhan gentle parenting yang menekankan komunikasi empati dan penghargaan positif, menggantikan metode hukuman keras dalam mengatur perilaku anak serta membatasi penggunaan gadget. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman anak-anak terkait manajemen waktu dan penerapan metode pengasuhan yang lebih lembut oleh para orang tua. Program ini tidak hanya berhasil mengurangi penggunaan gadget secara berlebihan, tetapi juga meningkatkan dinamika keluarga dan hubungan antara orang tua dan anak. Dampak jangka panjang dari program ini diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan keluarga di Desa Pakuhaji.

**Kata Kunci:** Pakuhaji, Kecanduan gadget, manajemen waktu, gentle parenting, anak-anak, orang tua.

### **Abstract**

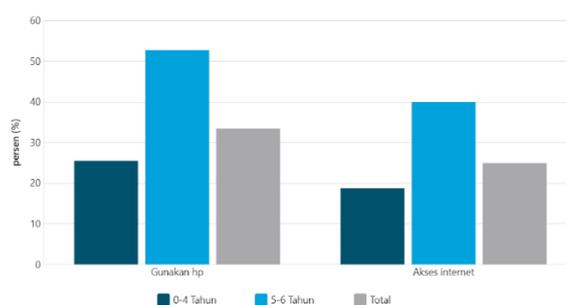
*The 2024 Community Service Program (KKN) in Pakuhaji Village focused on educating children and parents from SDN 3 Pakuhaji about the dangers of gadget addiction, time management, and the application of gentle parenting. This initiative aimed to raise awareness of the negative impacts of excessive gadget use on children, including cognitive and social-emotional issues, as well as physical effects such as sleep disruption and obesity. The program*

*emphasized the importance of time management to balance screen time with other productive activities, such as outdoor play and study. In parallel, gentle parenting approaches were introduced to parents, advocating for empathetic communication and positive reinforcement, rather than punitive measures, in managing children's behavior and limiting gadget use. The results showed a significant improvement in both children's understanding of time management and parents' adoption of gentler parenting practices. This program not only reduced gadget overuse but also fostered healthier family dynamics and better parent-child relationships. Overall, it is expected to have a long-term positive impact on family well-being in the community.*

**Keywords:** Pakuhaji, Gadget addiction, time management, gentle parenting, children, parents.

## A. PENDAHULUAN

Dunia saat ini sudah memasuki zaman yang telah melakukan transformasi revolusi industri 4.0 dimana terjadinya perkembangan serta kemajuan teknologi informasi yang menjadi bagian terpenting kehidupan manusia dan pesatnya penggunaan internet. Kemajuan teknologi dan pesatnya penggunaan internet menjadi ciri masuknya era digital. Di era digital berbagai macam informasi dapat diakses secara mudah yang tentunya diinginkan serta dibutuhkan oleh masyarakat secara luas. Kemajuan tersebut memberikan pengaruh baik positif dan negatif terhadap kehidupan manusia, termasuk anak usia dini. Salah satu yang dihasilkan dari kemajuan serta canggihnya teknologi abad 21 yaitu gadget, gadget mempunyai beberapa model ataupun jenis dari mulai smartphone sampai laptop. Berdasarkan laporan Newzoo, Indonesia menjadi negara yang masuk pada peringkat atau urutan lima besar dalam penggunaan smartphone pada tahun 2020.



*source : Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan, hampir separuh anak usia dini di Indonesia sudah bisa menggunakan handphone (HP) atau gawai, juga mengakses internet pada 2022. Secara total, ada 33,44% anak usia dini di Indonesia yang menggunakan handphone atau gawai nirkabel. Sementara anak usia dini yang bisa mengakses internet mencapai 24,96%.*

Fenomena gadget terhadap anak dibawah umur sudah meluas ke seluruh penjuru Indonesia. Di tengah era digital ini, gadget mampu memberikan pengaruh positif ataupun negatif pada tumbuh kembangnya anak. Apabila dilihat sisi positif,

gadget mampu mendukung untuk menambah pengetahuan anak dan dapat membantu dalam melakukan persiapan terhadap anak untuk beradaptasi dengan perkembangan teknologi. Gadget yang digunakan sebagai alat pembelajaran pada anak akan berdampak positif seperti peningkatan proses kreativitas dan pemikiran anak. Anak dapat memperoleh berbagai informasi melalui gadget, mereka mendapat wawasan baru yang dapat menambah pengetahuan mereka, dan meningkatkan kemampuan berpikir mereka. Anak dapat melihat beragam aktivitas yang disukainya sehingga dapat merangsang kreativitas yang dimiliki oleh anak.

Sisi lain ketika anak-anak sibuk bermain gadget tanpa mengenal waktu, pengaruh buruk yang dialami ketika menggunakan gadget ini tentunya lebih dirasakan oleh anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gadget yang digunakan oleh anak-anak dengan berlebihan dari batas waktu yang sudah ditentukan, membuat anak-anak tersebut mengalami kecanduan serta berkurangnya kepekaan di ruang lingkup lingkungannya. Pada aspek kognitif, anak usia 2-3 tahun yang menggunakan gadget akan meniru apa yang mereka lihat dan dipraktikkan dalam aktivitasnya baik itu hal positif maupun negatif dan menjadikan pertumbuhan otak terlalu cepat. Secara fisik anak-anak mengalami kurang tidur dan obesitas anak-anak semakin meningkat, terdapat kekhawatiran akan lebih banyak waktu anak di depan layar komputer atau gadget dibandingkan beraktivitas di luar.

Oleh karena itu pengetahuan mengenai cara mengendalikan waktu (*Time Management*) pada anak dan juga mengenalkan (*Gentle Parenting*) pada orang tuanya, karena setelah dilakukan studi awal di Desa Pakuhaji ini dengan cara observasi, anak – anak Desa Pakuhaji ini kebanyakan berkumpul tetapi bukannya bermain permainan tradisional ataupun mengobrol dengan teman – temannya, tetapi mereka hanya fokus dengan *gadget* mereka masing – masing. Selain itu hasil studi awal lainnya dengan cara observasi, bahwa anak – anak di Desa Pakuhaji banyak melawan orang tua mereka dan lebih memilih untuk bermain *gadget* daripada mendengarkan orang tuanya, dikarenakan cara mendidik orang tua di Desa Pakuhaji yang keras dan tidak terlalu memerhatikan *reward and punishment* agar bisa bernegosiasi dengan anaknya agar meminimalisir kecanduan *gadget* mereka.

Beberapa anak yang mempunyai waktu lebih banyak dalam menggunakan gadget akan lebih berpengaruh membuat anak emosional atau menjadi pemberontak. Mereka cenderung mengalami ketidaknyamanan emosional dan pada akhirnya dapat bertindak agresif. Anak yang terbiasa menggunakan gadget akan menunjukkan perilaku kesal ketika ada sesuatu yang mengganggu, hal tersebut karena anak mengalami kesulitan dalam mengontrol emosinya. Suhana juga menyatakan bahwa pengaruh dari aktivitas pemberian gadget terhadap anak sehingga digunakan oleh anak yaitu keterisolasian diri dari kehidupan sosial serta kurangnya manajemen emosi. Sedangkan pengaruh gadget terhadap perkembangan sosial anak usia dini yaitu anak akan mempunyai sikap individual dan lebih menyukai permainan pasif apabila dilakukan perbandingan dengan anak sebayanya yang tidak bermain gadget.

Penggunaan gadget yang berlebihan, terutama pada anak-anak dan remaja, telah menimbulkan kekhawatiran mengenai dampaknya terhadap kesehatan mental,

fisik, dan sosial mereka. Banyak orang tua merasa khawatir tetapi tidak tahu bagaimana cara yang efektif untuk mengatasi masalah ini.

Oleh karena itu kami memutuskan untuk melakukan sosialisasi mengenai bahaya kecanduan gadget dan juga cara untuk *manage* waktu dengan baik dan juga cara menerapkan *gentle parenting* pada orang tua.

## **B. METODE PENGABDIAN**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan menggunakan metode pendekatan partisipatif yang mengutamakan peran aktif atau keterlibatan mitra yang didampingi. Mitra yang didampingi adalah murid dan juga orang tua murid SDN 3 Desa Pakuhaji. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 21 dan 23 Agustus. Tahapan pelaksanaan pendampingan ini direncanakan sebagai berikut:

### 2.1. Sosialisasi dan koordinasi

Kegiatan ini dilakukan di sekolah dengan mengganti jam belajar mereka menjadi sosialisasi, ini dilakukan di waktu pagi di dua hari yang berbeda dengan target sosialisasi yang berbeda. Pada kegiatan ini disampaikan dampak positif dan dampak negative penggunaan *gadget* yang berlebihan dan juga cara mengatur waktu yang baik dan cara menerapkan *gentle parenting*.

### 2.2 Pendampingan

Pendampingan dilakukan secara langsung di ruang kelas 5 dan 6 SDN 3 Desa Pakuhaji, yaitu mendampingi anak – anak dan juga orang tua mempraktekan bagaimana cara membagi waktu dengan baik dan juga bagaimana cara menerapkan *gentle parenting*, tim KKN juga memberikan solusi lain berupa bermain permainan tradisional di masing – masing posko yang telah disediakan.

## **C. PELAKSANAAN KEGIATAN**

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan dalam dua pertemuan, pertemuan pertama dilakukan pada tanggal 21 Agustus 2024. Pada pertemuan pertama kami berfokus untuk memberikan materi mengenai kecanduan *gadget* pada anak dan juga cara mengatur waktu yang baik. Kegiatan ini dilaksanakan dengan durasi waktu 2 jam. Berikut adalah prosedur kegiatannya :

1. Guru membuka acara dengan memberi tahu kepada partisipan (murid kelas 5 dan 6) bahwa ada mahasiswa KKN akan melaksanakan sosialisasi
2. Setelah acara dibuka oleh guru, selanjutnya acara di buka oleh mahasiswa KKN, disini mahasiswa menjelaskan apa saja yang akan dijelaskan pada acara hari itu.
3. Sebelum menjelaskan materi agar suasana menjadi tidak formal, mahasiswa KKN melakukan *ice breaking* dengan para murid.

4. Setelah itu mahasiswa akhirnya memberikan materi apa itu *gadget*, dampak positif dan negatif.
5. Setelah memberikan materi tersebut, mahasiswa KKN melakukan *ice breaking* lagi dan juga menonton video yang telah disediakan oleh mahasiswa KKN, video nya berisikan tentang tontonan menarik dari efek negatif kecanduan *gadget*.
6. Lalu setelah *ice breaking*, materi dilanjutkan dengan materi *time management*, disini kami menjelaskan apa itu mengatur waktu dengan baik, dan juga hasil positif yang akan didapat jika dapat mengatur waktu dengan benar.
7. Setelah memberikan materi *time management*, kita mahasiswa KKN memberikan sebuah kertas kepada para murid berupa jadwal yang berisikan jam – jam yang harus mereka isi dengan kegiatan yang baik, kami mendampingi mereka dalam mengisi kertas tersebut.
8. Setelah acara tersebut selesai kami melakukan sesi dokumentasi

Lalu pertemuan kedua dilaksanakan pada tanggal 23 Agustus 2024, tetap di tempat yang sama yaitu ruang kelas 5 dan 6, namun target sosialisasi kali ini adalah orang tua murid. Kegiatan ini sama dilakukan selama 2 jam. Berikut prosedur kegiatannya :

1. Guru membuka acara dengan memberi tahu kepada partisipan (orang tua murid) bahwa ada mahasiswa KKN akan melaksanakan sosialisasi
2. Setelah acara dibuka oleh guru, selanjutnya acara di buka oleh mahasiswa KKN, disini mahasiswa menjelaskan apa saja yang akan dijelaskan pada acara hari itu.
3. Sebelum menjelaskan materi agar suasana menjadi tidak formal, mahasiswa KKN melakukan perkenalan terlebih dahulu dan juga pendekatan masalah dengan para orang tua.
4. Setelah itu mahasiswa akhirnya memberikan materi apa itu *gadget*, dampak positif dan negatif.
5. Setelah memberikan materi tersebut, mahasiswa KKN melakukan sesi diskusi dengan orang tua setelah memberikan materi *gentle parenting*, orang tua murid sangat antusias dalam sesi diskusi itu.
6. Setelah kegiatan selesai kami melakukan sesi dokumentasi dengan para orang tua murid dan juga para guru SDN 3 Pakuhaji.

#### **D. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Mark D. Griffiths mendefinisikan internet addiction sebagai suatu bentuk kecanduan yang melibatkan penggunaan internet secara berlebihan dan tidak terkendali, yang mengakibatkan dampak negatif pada kehidupan pribadi, pekerjaan, dan sosial individu yang terlibat. Griffiths memandang kecanduan internet dalam konteks yang sama dengan kecanduan lain seperti judi dan alkohol, di mana perilaku ini dianggap sebagai tindakan yang kompulsif dan berulang meskipun adanya konsekuensi negatif.

Salah satu faktor dari internet addiction menurut Griffiths adalah parenting. Menurut Griffiths, pola asuh orang tua memainkan peran penting dalam pengembangan kecanduan internet pada anak-anak dan remaja. Faktor-faktor seperti kurangnya pengawasan orang tua, dukungan emosional yang minim, dan pola asuh yang otoriter atau permisif dapat berkontribusi pada meningkatnya risiko kecanduan internet pada anak-anak.

Griffiths menggunakan model biopsikososial untuk menjelaskan bahwa faktor lingkungan, termasuk pola asuh, dapat mempengaruhi perilaku adiktif. Pola asuh yang tidak memadai dapat menyebabkan anak mencari pelarian di internet untuk memenuhi kebutuhan emosional dan sosial yang tidak terpenuhi di rumah. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa kontrol psikologis yang berlebihan dan kurangnya dukungan otonomi dari orang tua dapat meningkatkan kerentanan anak terhadap kecanduan internet.

Menjadi orang tua yang efektif dalam mendidik anak tentang penggunaan gadget memerlukan pendekatan yang bijaksana dan seimbang. Misalnya dengan menerapkan gaya pengasuhan otoritatif, yaitu gaya pengasuhan yang seimbang antara otoritas dan dukungan. Orang tua menetapkan batasan yang jelas tetapi juga mendukung dan responsif terhadap kebutuhan anak (Baumrind 1991). Dalam penggunaan gadget, gaya pengasuhan ini dapat dilakukan dengan menetapkan aturan penggunaan gadget yang jelas, seperti durasi penggunaan harian dan jenis konten yang boleh diakses dan jelaskan alasan di balik aturan tersebut sehingga anak memahami pentingnya batasan.

Selain gaya pengasuhan di atas, terdapat gaya pengasuhan yang dikemukakan oleh Ockwell-Smith (2016) yaitu gentle parenting. Gentle Parenting adalah pendekatan pengasuhan yang berfokus pada empati, rasa hormat, dan komunikasi yang lembut. Pendekatan ini menekankan pentingnya memahami kebutuhan dan perasaan anak serta memberikan dukungan yang positif tanpa hukuman keras atau manipulasi. Dalam edukasi mengenai gadget, Gentle Parenting dapat diterapkan melalui empati dan komunikasi, di mana orang tua mendengarkan dan memahami alasan di balik keinginan anak untuk menggunakan gadget serta menjelaskan batasan dengan cara yang penuh pengertian. Selain itu, kerjasama dan negosiasi juga penting, dengan melibatkan anak dalam proses pembuatan aturan penggunaan gadget dan membuat kesepakatan bersama tentang durasi dan jenis konten yang diizinkan. Fokus pada pujian dan dorongan ketika anak menggunakan gadget dengan bijak, serta memberikan panduan dan alternatif aktivitas yang menarik tanpa menghakimi, merupakan aspek lain yang mendukung pendekatan ini.

Langkah praktis yang bisa diterapkan berdasarkan gaya pengasuhan ini antara lain adalah: menetapkan aturan yang jelas dan konsisten dengan pendekatan otoritatif, serta melibatkan anak dalam proses pembuatan aturan untuk meningkatkan rasa tanggung jawab dan kepatuhan mereka; memberikan dukungan dan panduan saat mereka menghadapi kesulitan dalam mengatur penggunaan gadget; fokus pada hubungan emosional dengan memastikan waktu bersama keluarga tidak tergantikan oleh waktu di depan layar, menerapkan prinsip dari teori keterikatan, dan menggunakan waktu berkualitas untuk membangun ikatan emosional yang kuat

dengan anak sehingga memperkuat rasa aman dan kepercayaan diri mereka; serta menerapkan prinsip-prinsip gentle parenting dengan mendengarkan dan memahami perasaan anak terkait penggunaan gadget, menghindari hukuman keras, dan menggunakan konsekuensi alami serta dialog untuk mengatasi masalah penggunaan gadget yang berlebihan (Ockwell-Smith, 2016).

Kegiatan sosialisasi yang dilakukan di SDN 3 Desa Pakuhaji berhasil mencapai tujuan utama dalam meningkatkan pemahaman anak-anak dan orang tua mengenai kecanduan gadget, manajemen waktu yang baik, dan penerapan metode gentle parenting. Berdasarkan evaluasi yang dilakukan melalui diskusi dan observasi langsung, para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung.

Pada sesi pertama yang dihadiri oleh murid kelas 5 dan 6, terlihat bahwa banyak dari mereka memiliki kesadaran yang minim mengenai dampak negatif dari penggunaan gadget yang berlebihan. Setelah diberikan materi dan dilibatkan dalam diskusi serta pengisian jadwal harian, anak-anak menunjukkan peningkatan pemahaman dalam mengatur waktu mereka, terutama dalam menyeimbangkan antara penggunaan gadget dan aktivitas lainnya seperti belajar dan bermain di luar ruangan. Ice-breaking yang dilakukan di tengah kegiatan juga berhasil membuat suasana menjadi lebih interaktif dan menyenangkan, yang mendukung keberhasilan penyampaian materi.

Pada sesi kedua, yang melibatkan orang tua, fokus pada gentle parenting juga mendapatkan respon positif. Banyak orang tua yang menyadari bahwa pendekatan yang lebih lembut dan penuh pengertian dapat menjadi cara efektif untuk mengurangi ketergantungan anak terhadap gadget. Diskusi yang terbuka mengenai pengalaman mereka dalam mendidik anak-anak membantu meningkatkan kesadaran akan pentingnya memberikan waktu berkualitas dan perhatian yang lebih besar kepada anak. Pendampingan langsung dalam penerapan gentle parenting, di mana orang tua dilatih untuk bernegosiasi dan memberikan penghargaan yang sesuai, juga dinilai sangat bermanfaat.

Masalah utama yang dihadapi di Desa Pakuhaji adalah tingginya penggunaan gadget di kalangan anak-anak tanpa pengawasan yang memadai, serta metode pengasuhan yang kurang efektif. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa anak-anak cenderung lebih memilih bermain gadget daripada berinteraksi sosial dengan teman sebayanya, dan sebagian besar orang tua cenderung menerapkan pendekatan pengasuhan yang keras, yang justru memperburuk masalah kecanduan gadget.

Solusi yang ditawarkan melalui sosialisasi ini adalah dengan memperkenalkan manajemen waktu yang baik kepada anak-anak serta memberikan pelatihan kepada orang tua mengenai gentle parenting. Implementasi dari solusi ini diharapkan dapat

memberikan dampak jangka panjang yang positif, yaitu berkurangnya ketergantungan anak-anak pada gadget serta peningkatan kualitas hubungan antara anak dan orang tua. Keberhasilan kegiatan ini diukur melalui beberapa indikator, antara lain:

### 1. Peningkatan Pemahaman

Baik anak-anak maupun orang tua menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang dampak negatif kecanduan gadget dan pentingnya manajemen waktu serta gentle parenting.

### 2. Perubahan Perilaku

Anak-anak mulai menunjukkan perubahan dalam kebiasaan sehari-hari, seperti pengurangan waktu bermain gadget dan peningkatan keterlibatan dalam aktivitas lain seperti belajar dan bermain di luar.

### 3. Peningkatan Interaksi Orang Tua dan Anak

Orang tua yang mengikuti sosialisasi menunjukkan peningkatan dalam pendekatan pengasuhan, dengan lebih banyak memberikan waktu berkualitas kepada anak-anak dan menggunakan teknik gentle parenting.

Dengan langkah-langkah tersebut, diharapkan sosialisasi ini dapat memberikan dampak yang lebih luas dan berkelanjutan dalam meningkatkan kesejahteraan anak dan orang tua di Desa Pakuhaji.

**Tabel 1.** Jadwal Kegiatan Harian

**JADWAL**  
*Kegiatan Harian*

Tanggal :

05.00 WIB :	SHOLAT SUBUH
06.00 WIB :	PERSIAPAN SEKOLAH
07.00 WIB :	SEKOLAH
12.00 WIB :	SHOLAT DZUHUR + MDTA
15.15 WIB :	SHOLAT ASHAR + MAIN
18.00 WIB :	SHOLAT MAGHRIB, NGAJI
19.00 WIB :	SHOLAT ISYA, ISTIRAHAT
19.30 WIB :	MAIN GADGET
20.00 WIB :	ISTIRAHAT, TIDUR

Catatan

Penting!

Agenda

Keterangan: Tabel Interaktif yang bisa diisi oleh murid untuk membuat jadwal kegiatan sehari untuk belajar *manage* waktu dengan baik



**Gambar 1.** Sosialisasi Hari – 1 pada murid



**Gambar 2.** Sesi interaktif murid



**Gambar 3.** Sesi Foto Bersama setelah sosialisasi



**Gambar 4.** Sosialisasi Hari – 2 pada orang tua murid



**Gambar 5.** Sesi Diskusi



**Gambar 6.** Sesi Dokumentasi

## **E. PENUTUP**

Program sosialisasi mengenai kecanduan gadget, manajemen waktu, dan gentle parenting yang dilaksanakan di SDN 3 Desa Pakuhaji berhasil mencapai tujuan utamanya dalam meningkatkan pemahaman anak-anak dan orang tua mengenai isu-isu tersebut. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan kesadaran dan pemahaman di kalangan anak-anak mengenai dampak negatif dari penggunaan gadget yang berlebihan serta pentingnya manajemen waktu. Orang tua juga menunjukkan antusiasme terhadap konsep gentle parenting, yang diharapkan dapat mengurangi ketergantungan anak pada gadget dan memperkuat hubungan antara orang tua dan anak. Implementasi dari solusi ini diharapkan dapat memberikan dampak jangka panjang yang positif di masyarakat Desa Pakuhaji.

## **F. UCAPAN TERIMA KASIH**

Kami ucapkan terima kasih banyak kepada semua pihak yang bergabung khususnya untuk para guru SDN 3 Pakuhaji dan juga para murid kelas 5-6 dan orang tua murid kelas 5-6, yang telah membantu memeriahkan dan juga membuat acara berjalan menjadi lancar, dan juga tidak lupa untuk para mahasiswa KKN lainnya yang membantu dalam kegiatan sosialisasi tersebut.

## **G. DAFTAR PUSTAKA**

- Mark Griffiths, "Internet Addiction: Fact or Fiction?" *The Psychologist* 12 (1999): 246-250.
- Mark Griffiths, "A 'Components' Model of Addiction within a Biopsychosocial Framework," *Journal of Substance Use* 10, no. 4 (2005): 191-197, <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>.
- Tülin Bağatarhan, Deniz M. Siyez, and Alexander T. Vazsonyi, "Parenting and Internet Addiction among Youth: The Mediating Role of Adolescent Self-Control," *Journal of Child and Family Studies* 32 (2023): 2710-2720, <https://doi.org/10.1007/s10826-022-02341-x>.
- Huseyin Dogan, Hasan Bozgeyikli, and Canan Bozdas, "Perceived Parenting Styles as Predictor of Internet Addiction in Adolescence," *International Journal of Research in Education and Science* 1, no. 2 (2015): 167, <https://doi.org/10.21890/ijres.87952>.
- Sarah Ockwell-Smith, *The Gentle Parenting Book: How to Raise Calmer, Happier Children from Birth to Seven* (London: Piatkus, 2016).
- Diana Baumrind, "The Influence of Parenting Style on Adolescent Competence and Substance Use," *Journal of Early Adolescence* 11, no. 1 (1991): 56-95.

Alfi Nuridayanti, Chikda Dewi Skripsia, and Susilowati Jayadi, "Duration of Gadget Use and Fine Motor Development in Four Years Children at Putra Bangsa Pre-School," *International Journal of Nursing and Midwifery Science* 7, no. 2 (2023): 250-255.

Ika Arafah and Susanto Susanto, "Parenting Patterns in the Use of Gadget on the Social Emotional Development of Preschool Children in TK-Dharma Wanita Mangunrejo," *Indonesian Journal of Nutritional Epidemiology and Reproductive* 6, no. 2 (2023): 57-63.

G.S. Wijayanti, N. Azizah, and P.W. Nugroho, "Time Management, Daily Journaling Habit, and Gadget Utilization by High School Students," *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan* 15, no. 4 (2023): 5618-5626.

Bambang Mabaroh and Linda Sugianti, "Gadget Addiction and the Students' Achievement," *International Journal of Social Learning (IJSL)* 1, no. 3 (2021): 321-332.