

Prophetic parenting training for mothers as an effort to overcome the problem of online game addiction

Fitria Istikhomah✉, Cherilla Kapindanu, Hersi Agustin, Yanu Ainur Fitri, Zilla Fazzira, Mariyati
Universitas Widya Husada Semarang, Semarang, Indonesia

✉ fitriaistikhomah928@gmail.com

 <https://doi.org/10.31603/ce.6863>

Abstract

In the modern era, science and technology are developing very quickly. One example is the internet. Online game addiction is one of the harmful effects of internet development. To stop this horrible thing, parents play a critical role. Peers and other external factors can also be destructive. The purpose of this community service project is to improve parents' awareness of prophetic parenting. It is believed that parents will be able to use this knowledge in their daily lives to reduce the number of children who become addicted to online games. This community service is carried out through health education about the dangers of online game addiction and the practice of prophetic parenting through 6 stages. As many as 20 SDN Krapyak Semarang City guardians participated in this exercise. The service's outcomes revealed an improvement in parenting abilities using the prophetic parenting approach as well as increased understanding about the negative effects of online game addiction on students' mental health.

Keywords: Online game addiction; Prophetic parenting; Students; Mental health

Pelatihan prophetic parenting pada ibu untuk mengatasi masalah kecanduan game online

Abstrak

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi sangatlah pesat di era modern ini, salah satunya adalah internet. Dampak negatif dari perkembangan internet adalah kecanduan game online. Peran orang tua sangat penting untuk mencegah hal tersebut agar tidak terjadi. Selain itu, pengaruh lingkungan (teman sebaya) dapat berdampak negatif. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah meningkatkan pengetahuan orang tua tentang *prophetic parenting*, dan diharapkan orang tua mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari sehingga angka kecanduan game online pada anak semakin berkurang. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui pendidikan kesehatan tentang bahaya kecanduan game online dan praktik pola asuh *propetic parenting* melalui 6 tahapan. Kegiatan ini diikuti oleh wali murid SDN Krapyak Kota Semarang sebanyak 20 orang. Hasil dari pengabdian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang bahaya kecanduan game online terhadap kesehatan mental siswa dan peningkatan ketrampilan pola asuh dengan metode *prophetic parenting*.

Kata Kunci: Kecanduan game online; Prophetic parenting; Siswa; Kesehatan mental

1. Pendahuluan

Fitur yang cukup berkembang bahkan memberikan manfaat hiburan dalam dunia internet adalah game online. Selain menghibur ada pula dampak yang ditimbulkan dari bermain game online, baik dampak positif maupun negatif. Adapun dampak positifnya yaitu dapat meningkatkan sistem motorik, sedangkan dampak negatifnya adalah akan mudah melupakan aktivitas kesehariannya (Rahma, 2018). Game adalah aktivitas menyenangkan yang dilakukan secara berkompetisi dan berstrategi sesuai aturan di dalamnya. Dikarenakan aturan yang ada, maka akan terdapat pemain yang menang dan kalah. Selain itu, game membawa arti sebuah konten, fisik atau mental, menurut aturan tertentu, untuk hiburan, rekreasi, atau untuk menang taruhan. Adapun sebuah game atau permainan yang dimainkan secara *online* melalui internet, bisa menggunakan PC (*personal computer*) atau bisa saja game seperti PS2, X-Box dan sejenisnya disebut game online (Latubessy & Ahsin, 2016). Wiguna & Herdiyanto (2018) menyatakan bahwa sebagian besar pecandu game online awalnya bermain dikarenakan ajakan dari teman-temannya untuk bermain bersama.

Menurut lembaga riset pemasaran asal Amsterdam terdapat 43,7 juta pemain game online di Indonesia pada 2017. Bahkan jumlah pemain game online Indonesia terbanyak di Asia Tenggara, yang bermain di telepon pintar, komputer dan laptop. Sehingga pemain game online yang tidak mampu mengendalikan diri untuk berhenti bermain maka sudah dinyatakan mengalami kecanduan. Prevalensi kecanduan game online di sekolah yang terletak di Manado, Medan, Pontianak, dan Yogyakarta pada tahun 2012 menemukan bahwa 45,3% dari 3.264 siswa di sekolah yang bermain game online selama sebulan terakhir dan tidak berniat untuk berhenti.

Anak usia Sekolah Dasar yang mengalami kecanduan game online akan berdampak buruk baik dalam jangka pendek ataupun panjang. Dampak buruk tersebut dapat memengaruhi kesehatan mental dan fisik pada anak. Adapula dari 12 siswa SD Magetan 100% didominasi oleh anak laki-laki yang bermain kecanduan game online dan rata-rata bermain selama 20–23 jam dalam seminggu (Guno, 2018). Sedangkan hasil observasi di SDN Krapyak sendiri menunjukkan bahwa terdapat 63 siswa kelas 4-6 mengalami kecanduan game online.

Kecanduan game online telah dikenal secara internasional, bermain kecanduan game online sudah diklasifikasikan sebagai salah satu gangguan kesehatan mental. Hal ini di kemukakan oleh World Health Organisation (WHO) bahwa tidak semua game bersifat negatif atau memberi dampak buruk bagi kesehatan mental pemainnya (Eka, 2017). Game online memiliki dampak negatif seperti kesulitan dalam berkenalan dan menjalin hubungan dengan orang lain dalam kehidupan nyata (Kusumawati et al., 2017).

Faktor terpenting timbulnya kecanduan game online pada anak disebabkan oleh kurangnya perhatian dari pihak orang tua kepada anak tersebut. Hal ini terjadi karena berbagai alasan orang tua, seperti sibuk dengan urusan masing-masing, kurangnya pengetahuan tentang penggunaan teknologi pada zaman sekarang dan sikap yang terlalu memanjakan anak. Melihat adanya pernyataan tersebut, maka perlunya pengembangan pendidikan berkarakter pada anak melalui pola asuh yang tepat oleh orang tua, tidak sekedar memfasilitasi ilmu pengetahuan akademik semata. Sehingga perlu dibutuhkan komunitas ibu ramah terhadap anak dengan menerapkan program *parenting* dengan 6 gerakan dalam mengatasi kecanduan game online pada anak.

Melalui 6 gerakan ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas cara pendidikan dan pengasuhan sebagai orang tua dalam mencegah kecanduan game online pada anak.

2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada hari Sabtu, 29 Januari 2021 pukul 08.00–12.00 WIB bertempat di SDN Krapyak Semarang Barat. Pengabdian masyarakat ini membahas tentang pelatihan kepada orang tua/wali mengenai demonstrasi *prophetic parenting* agar anak bebas dari kecanduan game online. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan, yaitu melakukan pengamatan dan meninjau lokasi tujuan, menentukan alternatif pemecahan masalah, identifikasi kebutuhan kegiatan, pelaksanaan dan evaluasi. Peserta kegiatan adalah masyarakat yang berperan sebagai orang tua/wali dari siswa-siswi yang sedang menempuh pembelajaran di sekolah tingkat SDN Krapyak Semarang Barat kelas IV.

Kegiatan dilakukan di ruang kelas VB di SDN Krapyak, yang berjumlah 20 peserta. Metode pelaksanaan berupa kegiatan yang terdiri dari beberapa tahapan, yaitu mengisi *pre test* kepada peserta, pemaparan dan pengenalan materi mengenai dampak positif dan dampak negatif bahaya kecanduan game online pada anak menurut kesehatan, kemudian dilanjutkan mendemonstrasikan mengenai bagaimana mengaplikasikan 6 metode *prophetic parenting* dalam kehidupan sehari-hari, dan dilanjutkan diskusi mengenai masalah yang dialami orang tua/wali dalam mencegah kecanduan game online pada anak. Akhir kegiatan dilakukan dengan pemberian *post test* kepada peserta dengan tujuan mengukur tingkat pemahaman dan kepuasan peserta pada kegiatan. Kemudian selama 2 minggu kami memfasilitasi pendampingan grup melalui WhatsApp agar orang tua/wali diberikan kesempatan untuk konseling atau menceritakan hal-hal yang memerlukan dukungan dalam mempraktikkan *prophetic parenting* di kehidupan sehari-hari. Setelah 2 minggu kami akan mengkaji seberapa besar tingkat kesuksesan program ini dalam mengatasi anak-anak yang kecanduan game online dengan memberikan kuesioner kepada anak.

3. Hasil dan Pembahasan

Peserta yang hadir ini merupakan bentuk dari keantusiasan mereka sebagai orang tua dalam keinginan mengatasi permasalahan kecanduan game online. Sebagian besar orang tua/wali mengatakan belum mengetahui atau memahami apa yang dimaksud game online, dampak negatif secara fisik maupun psikis akibat kecanduan game online, bagaimana cara pencegahannya, dan gambaran mengenai *prophetic parenting*. Namun, setelah kegiatan berlangsung peserta mengatakan sudah memahami gambaran mengenai bahaya kecanduan game online pada anak dan cara pencegahannya dengan *prophetic parenting*, hal ini ditunjukkan saat pemaparan materi para peserta kegiatan banyak yang menyampaikan respons dan tanggapan mereka dari materi yang sudah dijelaskan. Akhirnya tingkat pengetahuan atau pemahaman peserta bertambah baik, kesadaran mereka untuk mencegah kecanduan game online pada anak dengan *prophetic parenting* mulai terlihat. Suwaid (2010) menyebutkan pengasuhan secara *prophetic parenting* memiliki 6 metode antara lain metode keteladanan, metode pembiasaan, metode nasihat, metode perhatian, metode pujian atau hukuman, dan metode kisah.

Pertama, metode keteladanan ialah suatu metode yang paling meyakinkan keberhasilannya dalam mempersiapkan dan membentuk anak dalam moral, spiritual, dan sosial. Anak akan selalu meniru dan meneladani sikap dari orang dewasa. Apabila orang tua berperilaku sopan santun anak akan menirunya, dan apabila orang tua mereka berperilaku jujur anak akan tumbuh perilaku yang jujur, dan seterusnya. Dalam kegiatan ini akan dilihat bagaimana keteladanan yang diperlihatkan oleh orang tua kepada anak. *Kedua*, metode kebiasaan, orang yang berperan besar dalam mendidik anak adalah bapak dan ibunya. Kebiasaan dari orang tua dan anggota keluarga lainnya merupakan pemberi andil yang besar dalam membentuk akhlak (Djamarah, 2014). *Ketiga*, metode nasihat, selama seseorang masih hidup di dunia tidak akan terhindar dari nasihat. Dalam metode nasihat ini anak bisa berpikir lebih baik dan mendorong anak untuk lebih maju. *Keempat*, metode perhatian, orang tua harus selalu memperhatikan perilaku anak-anaknya, apabila anak melalaikan kewajiban maka orang tua akan mengingatkan dengan bahasa yang halus. Mengawasi dan memperhatikan kesiapan mental dan sosial. Ibu memiliki peran memberikan cinta yang dibutuhkan untuk anak-anaknya, sedangkan peran ayah ialah sebagai peran suportif, sebagai guru penasihat, sebagai pembimbing moral dan spiritual, menjadi model keteladanan, menjadi pendengar yang baik, mempersiapkan masa depan anak-anak (Taufiqi, 2017). *Kelima*, metode hukuman, hukuman ini diberikan kepada anak apabila anak telah melanggar aturan Islam dengan melampaui batas. Hukuman diberikan sebagai tindakan tegas agar anak berjalan di jalan yang benar. *Keenam*, metode kisah dilakukan dengan cara orang tua dapat memberikan cerita atau gambaran tentang bahaya game online dan apa yang dapat terjadi jika seseorang kecanduan game online dan orang tua dapat menceritakan atau dapat memberikan gambaran bahaya bermain game online.

Kegiatan seperti pada Gambar 1, pemateri pertama memberikan pemaparan dan pengenalan materi mengenai dampak positif dan dampak negatif bahaya dari kecanduan game online. Pada Gambar 2 dilanjut pemaparan materi mengenai pencegahan game online pada anak dengan metode *prophetic parenting*. Setelah selesai kegiatan ini, orang tua dapat meningkatkan pemahaman terkait dampak positif dan dampak negatif bahaya dari kecanduan game online.



Gambar 1. Pemaparan materi pertama



Gambar 2. Pemaparan materi kedua

Pada Gambar 3, peserta antusias dalam memberikan tanggapan dan pertanyaan mengenai materi yang telah dipaparkan. Setelah kegiatan pemaparan materi selesai, dilakukan evaluasi untuk mengetahui ketercapaian kegiatan dengan memberikan *post test* kepada peserta (Gambar 4) dan terlihat bahwa hasil jawaban peserta tersebut banyak yang benar dan terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 95% yang awalnya hanya 45%.



Gambar 3. Proses diskusi

Gambar 4. Peserta mengerjakan *post test*

Kegiatan kami tidak sampai berhenti di situ saja, setelah kegiatan selesai, tim masih melakukan *monitoring* selama 2 minggu dengan memberikan fasilitas pendampingan grup melalui aplikasi WhatsApp agar orang tua/wali diberikan kesempatan untuk konseling atau menceritakan hal-hal yang memerlukan dukungan dalam mempraktikkan *prophetic parenting* di kehidupan sehari-hari. Setelah 2 minggu kami akan menganalisis kembali untuk mengevaluasi seberapa besar tingkat kesuksesan program ini dalam mengatasi anak-anak yang kecanduan game online dengan memberikan kuesioner kepada anak. Kuesioner dikembangkan berdasarkan indikator-indikator yang telah ditetapkan yaitu mengenai tingkat kecanduan game online dan tingkat perilaku agresif. Hasil analisis kuesioner diketahui bahwa 80% anak-anak dari peserta mengalami kecanduan game online dan tingkat perilaku agresif menunjukkan angka penurunan saat bermain game online sehingga anak dapat menggunakan gadget secara bijak dengan pengawasan orang tua. Akan tetapi masih ada 20% pernyataan anak yang masih belum bisa membatasi waktu saat bermain game online.

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat didapatkan bahwa peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu tentang bahaya kecanduan game online dan pendampingan anak saat menggunakan gadget melalui metode pendekatan *prophetic parenting* menurunkan tingkat kecanduan dan perilaku agresif anak. Hal tersebut ditunjukkan adanya penurunan durasi dalam bermain game online sebelumnya >3 jam/hari menjadi 1 jam/hari, penurunan perilaku agresif seperti marah-marah saat diminta berhenti bermain game online, berbicara kotor, dan membanting barang yang ada di sekitarnya. Pola asuh orang tua yang menekankan metode *prophetic parenting* yang dilakukan terus menerus dapat memberikan pengaruh anak dalam mencegah kecanduan bermain game online. Terdapat beberapa faktor yang salah satunya adalah faktor pola asuh orang tua yang dapat membuat anak kecanduan game online. Peranan orang tua dalam upaya mengatasi kecanduan game online menjadi penting karena anak menjadi mudah memahami apa yang ingin orang tua terapkan kepada mereka. Dari hasil penelitian ini hubungan antara pola asuh orang tua sangat berpengaruh dalam mencegah kecanduan game online pada anak, sehingga pola asuh orang tua juga berperan penting untuk mengatasi kecanduan game online.

4. Kesimpulan

Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, dapat disimpulkan pelaksanaan kegiatan pelatihan anak bebas dari kecanduan game online di SDN Krapyak Semarang Barat sudah lebih memahami pentingnya mencegah anak dari

kecanduan game online. Hal ini ditunjukkan saat pemaparan materi para peserta kegiatan banyak yang menyampaikan respons atau tanggapan mereka dari materi yang sudah dijelaskan. Tingkat pengetahuan atau pemahaman peserta juga bertambah baik dan kesadaran mereka untuk mencegah kecanduan game online pada anak dengan metode *prophetic parenting* mulai terlihat. Sehingga sebagian besar anak-anak dari peserta tingkat kecanduan game online dan tingkat perilaku agresif menunjukkan angka penurunan saat bermain game online sehingga anak dapat menggunakan *gadget* secara bijak dengan pengawasan orang tua.

Kekurangan dari kegiatan ini diantaranya masih ada beberapa peserta yang kurang menceritakan pola asuh metode *prophetic parenting* apa saja yang diberikan ke anaknya dalam mencegah kecanduan game online saat di rumah. Berdasarkan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat disarankan untuk pihak sekolah memprogramkan kegiatan yang berkaitan dengan cara mencegah kecanduan game online pada anak. Kegiatan ini juga perlu adanya dukungan dari berbagai pihak (pemerintah, sekolah dan orang tua) baik secara moril, ataupun materiil untuk tercapainya keberhasilan yang lebih optimal.

Daftar Pustaka

- Djamarah, S. B. (2014). *Pola asuh orang tua dan komunikasi dalam keluarga upaya membangun citra membentuk pribadi anak*. Rineka Cipta.
- Eka, S. (2017). *WHO Akan Masukkan Kecanduan Main Game Jadi Kelainan Mental*. CNN Indonesia.
- Guno, D. C. (2018). *Gambaran Perilaku Kecanduan Game Online Pada Anak Usia Sekolah di Wilayah Kecamatan Magetan*. Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.
- Kusumawati, R., Aviani, Y. I., & Molina, Y. (2017). Perbedaan Tingkat Kecanduan (Adiksi) Games Online pada Remaja Ditinjau dari Gaya Pengasuhan. *Jurnal RAP*, 8(1), 88–99. <https://doi.org/10.24036/rapun.v8i1.7955>
- Latubessy, A., & Ahsin, M. N. (2016). Hubungan Antara Adiksi Game Terhadap Keaktifan Pembelajaran Anak Usia 9-11 Tahun. *Jurnal Simetris*, 7(2), 687–692.
- Rahma, A. (2018). *Interaksi Sosial Pada Anak Remaja Kecanduan Game Online*. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Suwaid, M. N. A. H. (2010). *Prophetic Parenting: Cara Nabi SAW mendidik anak*. Pro-U Media.
- Taufiqi, H. M. (2017). *Religius Parenting; Hypnoteaching and Hypnotherapy for Brilian Kids*. CV Media Sutra Atiga.
- Wiguna, G. Y., & Herdiyanto, Y. K. (2018). Coping Pada Remaja yang Kecanduan Game Online. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(3), 669–678. <https://doi.org/10.24843/JPU.2018.v05.i02.p15>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License
