

Menurunkan Kecanduan Game Dengan Penerapan Peraturan Penggunaan Ponsel Selama Pembelajaran Online

Lower Gaming Addiction With The Application Of Mobile Phone Usage Rules During Online Learning

Yeni Elviani¹, Ira Kusumawaty², Yunike³

^{1,2,3}Prodi Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palembang, Indonesia

Email: yenielviani@poltekkespalembang.co.id

Submisi: 29 Juni 2021; Penerimaan: 8 Juli 2021; Publikasi 30 Agustus 2021

ABSTRAK

Pandemi Covid-19 dengan pembatasan yang harus dilakukan, menjadikan siswa akrab dengan ponsel. Ponsel tidak hanya sebagai media pembelajaran, namun juga sebagai sumber informasi yang sangat luas serta terdapat banyak fitur lainnya termasuk game. Tanpa penerapan peraturan penggunaan ponsel yang tepat dari orang tua dan lingkungan, game akan menjadi masalah dalam perkembangan anak. Penelitian ini mengetahui hubungan penerapan peraturan penggunaan ponsel dalam pembelajaran online terhadap kecanduan game pada siswa sekolah dasar. Perilaku penerapan peraturan penggunaan ponsel dan kecanduan game dinilai melalui survey online menggunakan *quizizz* kepada siswa sekolah dasar di Provinsi Sumatera Selatan. Uji *Chi-Square* digunakan untuk menilai signifikansi hubungan variable dependen dan independent. Ditemukan hanya sebagian kecil peraturan penggunaan ponsel diterapkan pada anak, orang tua masih memberikan kebebasan untuk akrab dengan ponsel terutama sejak pembelajaran online. Hal ini diperberat dengan kurangnya pendampingan dan pemantauan terhadap penggunaan ponsel. Interaksi yang intens dengan ponsel pada anak memunculkan permasalahan kecanduan game. Diperoleh lebih dari setengah responden terindikasi mengalami kecanduan ringan dan dalam jumlah kecil terindikasi berat. Pemerintah menerapkan aturan belajar dengan sistem online untuk batas waktu yang tidak dapat ditentukan sehingga paparan terus menerus anak dengan ponsel tidak dapat dihindari. Dibutuhkan sinergi pemerintah, guru dan orang tua dalam mendampingi siswa belajar, menanggulangi kecanduan game yang telah terjadi, dan memodifikasi sistem belajar online serta memikirkan kemungkinan pembelajaran offline yang menerapkan protocol kesehatan agar kebutuhan *education touch* siswa terpenuhi.

Kata kunci : pengaturan ponsel, kecanduan game, siswa sekolah dasar, belajar online, Covid-19

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic with restrictions to be made, makes students familiar with mobile phones. Mobile phones are not only a medium of learning, but also as a very wide source of information and there are many other features including games. Without the proper application of mobile phone usage rules from parents and the environment, gaming will be a problem in the child's development. The study found a link between applying mobile phone use rules in online learning to gaming addiction in elementary school students. The behavior of applying mobile phone use regulations and gaming addiction is assessed through an online survey using *quizizz* to elementary school students in South Sumatra Province. The *Chi-Square* test is used to assess the significance of the results obtained. It was found that only a small percentage of mobile phone usage rules are applied to children, parents still give freedom to children to be familiar with mobile phones especially since online learning. This is exacerbated by a lack of mentoring and monitoring of mobile phone use. Intense interaction with mobile phones in children raises the issue of gaming addiction. more than half of the students who were respondents were indicated to be mildly addicted and a small number were indicated to be severe. The government applies online learning rules to an indefinite time limit so that a child's continuous exposure to a mobile phone is inevitable. It takes synergy between government, teachers and parents in assisting students in learning, tackling the game addiction that has occurred, and modifying the online learning system and thinking about the possibility of offline learning that applies health protocols so that *students' education touch* needs are met.

Keywords: *mobile phone settings, addicted to games, elementary school students, online learning, covid-19*

Pendahuluan

Pada tanggal 24 maret 2020 Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia mengeluarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran COVID-19, dalam surat edaran tersebut dijelaskan bahwa proses belajar dilaksanakan di rumah melalui pembelajaran online (Kemendikbud, 2020). Kebijakan ini mengakibatkan pergeseran yang tidak direncanakan karena pembatasan sosial yang harus dilakukan dari pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran digital (Khalil et al., 2020). Hal tersebut membuat siswa beralih ke ponsel dan internet untuk melakukan belajar dan aktivitas sehari-hari (Siste et al., 2020). Covid-19 telah meningkatkan ketergantungan masyarakat pada ponsel dan internet (Garrett, 2020). Meskipun internet telah banyak mencatat utilitas dan manfaat, namun berbagai fitur aplikasi ponsel seperti media sosial dan game online mengakibatkan anak menjadi kecanduan terutama pada game (Derevensky et al., 2019).

Kontrol orang tua adalah hal yang sangat penting dari pengasuhan anak dengan menetapkan batasan dan perilaku anak melalui sebuah aturan (Venkatesh et al., 2019). Dalam sebuah studi menunjukkan bahwa gaya pengasuhan secara tidak langsung berhubungan dengan kecanduan internet (Zhang et al., 2019) dan game online (Stockdale & Coyne, 2018), fitur formal pada video game dapat meningkatkan kemungkinan pengembangan perilaku adiktif pada anak (Sussman, 2018). Tidak menutup kemungkinan bahwa ketergantungan anak dengan internet dapat mempengaruhi aspek perkembangannya (Maguire et al., 2016).

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Choi et al., 2018) di Korea Selatan dengan menerapkan kebijakan penutupan game online, yang berlangsung dari pukul 12:00 hingga 6:00 pagi, sebagai cara untuk mencegah kecanduan internet pada remaja berusia 15 tahun ke bawah. Hasilnya kebijakan penutupan tersebut tidak

mengubah remaja dalam mengurangi kecanduan internet. Menurut (Karaer & Akadmir, 2019) strategi pencegahan dan pengobatan kecanduan internet pada anak dan remaja harus fokus pada peningkatan kualitas hubungan dengan orangtua.

Pembentukan perilaku anak diperoleh melalui observasi lingkungan sekitar yang kemudian mendapat penguat dari lingkungan luar. Apabila perilaku anak tidak diikuti dengan pengawasan yang tepat oleh orang tua dan lingkungan dapat membahayakan jika menimbulkan gangguan perilaku seperti kecanduan game yang dapat mengganggu perkembangan anak. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penerapan peraturan penggunaan ponsel terhadap kecanduan game pada siswa sekolah dasar.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain potong lintang menilai siswa sekolah dasar di Provinsi Sumatera Selatan. Teknik purposive sampling mendapatkan 589 siswa yang memenuhi kriteria inklusi, yaitu siswa sekolah dasar yang menerapkan metode pembelajaran hanya secara online sejak Maret 2020 sampai dengan Mei 2021.

Data penerapan peraturan penggunaan ponsel dan kecanduan game diperoleh melalui pengisian kuesioner online dalam bentuk *quizizz* yang diberikan pada siswa melalui *whatsapp* orang tua bekerjasama dengan guru disekolah. Kuesioner ini diadopsi peneliti dari tulisan (Dias et al., 2016) kemudian dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada 30 responden. Sedangkan kuesioner kecanduan game menggunakan kuesioner yang sudah baku yaitu SGAS (Short Game Addiction Scale) sebanyak 20 item pertanyaan yang di modifikasi agar mudah di pahami siswa sekolah dasar. Kecanduan Game pada siswa di kategorikan empat kategori yaitu tidak, ringan, sedang dan berat.

Analisis dalam penelitian ini menggunakan SPSS 25 menggambarkan informasi demografis siswa meliputi usia, jenis kelamin, urutan kelahiran dan

jumlah saudara. Data tersebut dikumpulkan sebagai bagian dari survei untuk menentukan faktor-faktor yang berkontribusi terhadap hasil penelitian.

Jawaban yang dikumpulkan dari siswa di uji dengan menggunakan *Chi-Square* untuk mengidentifikasi secara signifikan hubungan kedua variabel.

Hasil dan Pembahasan

Sebanyak 589 hasil jawaban *quizizz* valid dikumpulkan dari siswa sekolah dasar di Provinsi Sumatera Selatan selama 5 bulan sejak Januari sampai dengan Mei 2021. Kuesioner diisi oleh anak dengan usia rata-rata 10 tahun, dengan sebaran jenis kelamin merata, serta kelahiran anak sulung atau pertama yang paling banyak. Sebagian besar responden mempunyai saudara lebih dari satu.

Distribusi penerapan peraturan penggunaan ponsel oleh orang tua dirumah dipersepsikan siswa sebesar 72,8%. Diperoleh data dari pertanyaan kuesioner bahwa orang tua tidak melakukan pengawasan penggunaan ponsel

dipersepsikan oleh sebagian kecil siswa, sedangkan pembatasan interaksi dengan ponsel dipersepsikan lebih dari 50%. Terdapat 23% orang tua memanfaatkan aplikasi pemantauan untuk membatasi anak mengakses situs-situs tertentu. Anak melaporkan orang tua mereka mengecek apa saja yang mereka buka di ponsel sebesar 43%.

Sebanyak enam responden ditemukan mengalami kecanduan game dalam tingkat berat, diikuti 14,6% terkategori sedang dan paling banyak 35,7% terkategori ringan. Diperoleh data lebih dari 50% siswa menyatakan dapat melupakan sedih atau marah saat bermain game, merasa gugup, marah dan kesal ketika tidak bisa bermain game, dan sering lupa mengerjakan tugas karena kelamaan bermain game.

Ada hubungan signifikan antara peraturan penggunaan ponsel yang diterapkan orang tua dirumah terhadap kecanduan game pada siswa dengan *P-Value* 0,000 dan faktor yang paling besar berpengaruh terhadap kejadian kecanduan game adalah jumlah saudara.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik dan Varibel dalam Penelitian

Variable	Golongan	Frekuensi	Persentase
Usia	≤ 10 Tahun	376	63,8
	> 10 Tahun	213	36,2
Jenis Kelamin	Laki-laki	213	36,2
	Perempuan	376	63,8
Urutan Kelahiran	Sulung	228	38,7
	Tengah	207	35,1
	Bungsu	154	26,1
Jumlah Saudara	Tidak ada	183	31,1
	< 2	344	89,5
	≥ 2	62	10,5
Peraturan	Ada	429	72,9
Penggunaan Handphone	Tidak Ada	160	27,19
Kecanduan Game	Tidak	287	48,7
	Ringan	210	35,7
	Sedang	86	14,6
	Berat	6	1,0

Tabel 2. Hubungan Penerapan Peraturan Penggunaan Ponsel dengan Kecanduan Game

Hubungan penaturan penggunaan hp dengan kecanduan game	Kecanduan Game						Nilai P
	Tidak		Ringan		Sedang		
	N	%	N	%	N	%	
Ada	228	53,1	130	30,3	71	16,6	0,000
Tidak Ada	59	36,9	80	50,0	21	13,03	

Tabel 3. Faktor yang Paling Berkontribusi Terhadap Kecanduan Game

Variabel Karakteristik	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Peraturan ponsel	.014	.014	.039	.957	.339
Umur	.037	.039	.039	.951	.342
Jenis Kelamin	.015	.043	.021	.876	.231
Urutan Kelahiran	.198	.048	.178	4.175	.030
Jumlah Saudara	.165	.020	.343	8.243	.000

Studi penelitian ini menilai peraturan penggunaan ponsel yang diterapkan di rumah dari persepsi anak, dan hubungannya dengan kejadian kecanduan game selama pembelajaran online. Pembelajaran online telah dimanfaatkan di dunia untuk melanjutkan kegiatan yang terdampak parah oleh pandemi Covid-19 (Chang et al., n.d.). Dalam hal ini, baik pengajaran maupun pembelajaran terjadi melalui perangkat elektronik yang relatif baru bagi seluruh komunitas belajar-mengajar (Selvaraja et al., 2020).

Penggunaan ponsel oleh anak pada pembelajaran online menjadi mutlak. Ponsel merupakan media yang menghubungkan guru dengan siswa di rumah dengan berbagai aplikasi seperti *Zoom*, *Google Meet*, *WhatsApp* dan sebagainya. Dengan ponsel siswa dapat berinteraksi dengan orang banyak melalui fitur-fitur aplikasi pada ponsel misalnya, menggunakan *WhatsApp* untuk berkomunikasi dengan guru atau untuk mengkonsultasikan pelajaran yang siswa belum ketahui. Melalui *Zoom* kegiatan pembelajaran dapat memberikan pengalaman lebih dimana siswa bisa berinteraksi secara langsung, siswa dapat melakukan tanya jawab, diskusi maupun presentasi terkait materi belajarnya (Knie et al., 2020).

Kewajiban orang tua adalah mengawasi sikap dan perilaku anak agar tidak mendapat

pengaruh buruk terutama dari pengaruh lingkungan baik dari lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Pengaturan penggunaan ponsel wajib dilakukan orang tua kepada anak-anaknya. Sebagian orang tua menjadikan ponsel sebagai alat penenang bagi anak dan apabila hal itu dilakukan secara berulang-ulang maka anak tersebut akan terbiasa bermain ponsel (Masya & Candra, 2016). Dimana ponsel ini menawarkan fitur yang paling menyenangkan seperti game, video, film dan banyak lagi, dan ini menyebabkan anak tidak bisa berhenti dari aktifitas tersebut.

Game termasuk salah satu fitur yang paling digemari oleh anak, dan anak susah untuk menghentikan diri dari aktifitas bermain game. Kecanduan game merupakan gangguan permainan yang ditandai dengan pola perilaku permainan yang terus-menerus atau berulang dan tidak terkendali (Esposito, 2020). Kecanduan game dikaitkan dengan kurangnya perhatian dari orang tua, lingkungan, dan pola asuh (Wang et al., 2014). Akibatnya anak menjadi malas, lupa waktu, emosional anak juga akan terganggu karena efek game, dan sebagainya. Seseorang yang bermain game tidak akan pernah bisa menyelesaikan permainan sampai tuntas. Lebih lanjut sikap seseorang yang selalu ingin menjadi pemenang dan bangga semakin mahir bermain sebuah game, maka kebanyakan orang merasa senang sehingga

menjadi pecandu.

Meskipun bertujuan untuk mempermudah manusia, ponsel merupakan alat yang penggunaannya harus dibatasi karena bisa bersifat adiktif yang akan mempengaruhi sistem tubuh terutama pada anak usia dini. Penelitian (Lubis et al., 2020) ponsel tidak boleh diberikan kepada bayi sampai dengan usia 2 tahun hal ini merupakan hasil penelitian bahwa terdapat sinar biru dari layar ponsel yang membahayakan perkembangan otak anak (Dierayani, 2019). Anak usia di atas enam tahun diperbolehkan menggunakan ponsel dua jam maksimal per hari, namun pada kenyataannya anak usia sekolah dengan sistem belajar online penggunaan ponsel menjadi suatu kebutuhan. Interaksi anak dengan ponsel akan menjadi sangat intens mengingat media pembelajaran dan sumber belajar system ini semua menggunakan fitur ponsel.

Salah satu fitur ponsel yang sangat menarik bagi anak disemua kalangan umur adalah game. Game menimbulkan sifat adiksi karena membuat orang yang bermain game menjadi susah menunda keinginan terbiasa untuk mendapat reward cepat seperti yang didapatkan pada saat bermain *game* (Miswanto et al., 2020). Anak-anak sampai usia 10 tahun sangat menyukai tantangan sehingga permainan dalam game sesuai dengan insting yang mereka sukai. Usia 10 tahun keatas atau biasanya mulai memasuki kelas 5-6 SD dikategorikan remaja awal, remaja mulai mencari identitas diri dan mengawali pembentukan pengendalian diri, usia inilah yang rentan untuk terjadi adiksi game, sehingga dibutuhkan dukungan yang membantu mereka mampu mengontrol diri sendiri dan akhirnya menemukan jati diri (Siregar, 2020). Kecanduan game pada anak dan remaja akan menjadi cikal bakal ketidakmampuan mengontrol diri dan pada akhirnya membentuk ketidakpercayaan pada diri remaja dan ketidakjelasan jati diri pada remaja.

Sebuah studi di Finlandia menemukan kecanduan game pada anak perempuan sebesar 4,7% dan 5,3% anak laki-laki, dan sejalan dengan penelitian (Wang et al.,

2014) yang menyimpulkan tingkat kecanduan game online pada laki-laki lebih tinggi dari perempuan. Seseorang kecanduan game online tidak bisa mengontrol dirinya untuk berhenti bermain game online karena dalam permainan game online memiliki format atau desain permainan 3D hampir sama dengan realita kehidupan nyata, sehingga dapat menjadi tempat pelarian dari dunia nyata (Masya & Candra, 2016). Perempuan cenderung menyelesaikan masalah dengan bercerita dengan orang lain seperti sahabat, sedangkan laki-laki lebih banyak mencari penyelesaian dalam dirinya sendiri melalui aktifitas sendiri salah satunya game.

Regulasi diri adalah kemampuan individu untuk mengendalikan pikiran, perilaku dan emosi, hal ini sangat penting dilatih sejak usia dini terutama usia sekolah dan diharapkan akan sudah dimiliki setelah remaja untuk menghadapi berbagai perubahan dalam kehidupannya. Urutan kelahiran seseorang menunjukkan bagaimana dia di asuh dirumah, anak sulung akan lebih banyak diberi tanggungjawab daripada anak tengah dan anak bungsu. Penelitian (Wahid & Ridfah, 2020) mendapatkan posisi masing - masing anak dalam keluarga menyebabkan adanya tanggung jawab dan konsekuensi yang berbeda, bergantung pada kebudayaan maupun sikap orangtua. Hal ini sangat mempengaruhi gaya pengasuhan orang tua terhadap anak, termasuk penerapan aturan pada tiap anak. Anak sulung akan di berikan tanggungjawab dan kontrol yang lebih ketat daripada adik-adiknya karena dianggap bertanggungjawab terhadap keluarga (Wahid & Ridfah, 2020). Anak sulung akan lebih diawasi daripada anak dibawahnya, pada penelitian ini di dapat faktor urutan kelahiran sangat mempengaruhi kecanduan game dengan asumsi adanya perbedaan yang signifikan berdasarkan urutan kelahiran dengan peneran peraturan yang dilakukan orang tua terhadap anaknya.

Jumlah saudara menggambarkan jumlah anak dalam keluarga, hal ini mempengaruhi pola asuh dan perhatian orang tua terhadap anak. Keluarga dengan satu atau dua anak tentu sangat berbeda jika dibandingkan dengan keluarga yang mempunyai banyak anak, begitu pula perhatian dan pengawasan

yang di berlakukan pada anak (Chung et al., 2019). Semakin sedikit jumlah anak memudahkan pendampingan dan pengawasan orang tua terhadap peraturan yang ditetapkan (Adawiah, 2017). Penerapan peraturan penggunaan ponsel pada keluarga dengan anak yang sedikit akan lebih mudah untuk dilakukan pengawasan dan pengendalian. Pengawasan terhadap jalannya peraturan tentang penggunaan ponsel akan mengurangi interaksi anak dengan ponsel dan kejadian kecanduan game dapat di atasi. Hasil penelitian ini menunjukkan jumlah saudara mempengaruhi secara signifikan terhadap kecanduan game.

Penelitian ini mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kecanduan game menjadi kendala orang tua dalam menerapkan peraturan penggunaan ponsel pada anak. Anak-anak memanfaatkan teknologi pendidikan terbaru, namun akan berdampak buruk pada anak apabila tidak diberikan pendidikan dan pengawasan yang tepat pada orang tua (Chen et al., 2020).

Faktor pertama yang menjadi penerapan peraturan penggunaan ponsel adalah orang tua tidak mempunyai waktu mendampingi anaknya belajar online. Menurut (Dong et al., 2020) orang tua cenderung menolak pembelajaran online karena tiga alasan utama yaitu kekurangan pembelajaran online, regulasi diri anak yang tidak memadai, dan kurangnya waktu dan pengetahuan profesional mereka dalam mendukung pembelajaran online anak-anak. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa anak-anak berinteraksi intens dengan ponsel di dukung oleh sikap orang tua sehingga menjadi salah satu faktor risiko terjadinya *Internet Game Disorder*. Oleh karena itu, dibutuhkan pengasuhan yang tepat dan memaksimalkan waktu dalam mendampingi anak belajar selama masa pandemi.

Faktor kedua adalah orang tua tidak mengetahui pengaturan penggunaan ponsel yang efektif terhadap anak. Metode pembelajaran adalah menumbuh kembangkan potensi anak tanpa tekanan, menjadikan siswa aktif mencari pengetahuan, mentransformasikan pengalaman menjadi pengetahuan, dan

melibatkannya dalam proyek-proyek yang berkaitan dengan masalah sehari-hari (Wulandari, 2020).

Menurut (Karaer & Akademir, 2019) secara umum, jika anak memiliki persepsi positif tentang keterikatan orang tua-anak, maka anak kemungkinan besar akan menyesuaikan diri dengan harapan orang tua untuk penggunaan handpone yang tidak berlebihan, dan membuat kecanduan game lebih kecil kemungkinannya terjadi. Sebaliknya, jika anak memiliki persepsi negatif tentang keterikatan orang tua-anak, maka kemungkinan besar anak akan memberontak terhadap orang tua sebagai sarana untuk mendapatkan perhatian orang tua sehingga berkontribusi pada penggunaan handphone yang berlebih dan akhirnya kecanduan.

Kesibukan sebagai orang tua terkadang membuat orang tua lupa memenuhi kewajiban anak di rumah salah satunya yaitu memberikan aturan anak bermain dan belajar. Sebagian orang tua yang sudah lelah bekerja sering mengabaikan anaknya dan membiarkan anaknya bermain ponsel seharian.

Faktor ketiga adalah orang tua tidak memahami bahaya anak bermain game. Pada era teknologi yang semakin canggih seperti sekarang masih terdapat orang tua yang tidak mengetahui bahaya *game* bagi anaknya. Anak dibiarkan betah di rumah dengan bermain ponsel. Pembatasan fisik selama pandemi (Yomoda & Kurita, 2021) telah membuat orang tua memilih membiarkan anaknya bermain ponsel asalkan anaknya berada di rumah. Apabila tidak segera diatasi *game* dapat berdampak buruk pada kesehatan anak bahkan dapat mempengaruhi psikologinya (Martins, 2020). Orang tua harus mengetahui bagaimana memanfaatkan dan meningkatkan teknologi agar penggunaannya pada anak lebih efisien (Selvaraja et al., 2020).

Kesimpulan Dan Saran

Pembelajaran online merupakan alternatif pada masa pandemic Covid-19 memberikan dampak negative salah satunya kecanduan game, terindikasi lebih dari 60% siswa mengalami kecanduan game, 1% diantaranya terindikasi kecanduan berat,

14,6% kecanduan sedang dan 35,7% dalam taraf ringan. Penerapan peraturan ponsel mengalami banyak kendala dari orang tua dan lingkungan. Dibutuhkan sinergi orang tua, guru dan pemerintah dalam membersamai pembelajaran siswa, menanggulangi kecanduan game yang terlanjur terjadi, dan memodifikasi sistem belajar online serta memikirkan kemungkinan pembelajaran offline yang menerapkan protocol kesehatan agar kebutuhan pembelajaran optimal siswa terpenuhi.

Referensi

- Adawiah, R. (2017). Pola Asuh Orang Tua Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan Anak. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 7(1), 33–48.
- Chang, T., Hsu, M., & Kwon, J. (n.d.). ScienceDirect Effect of online learning for dental education in asia during the pandemic of. *Journal of Dental Sciences*, xxxx. <https://doi.org/10.1016/j.jds.2021.06.006>
- Chen, I. H., Lee, Z. H., Dong, X. Y., Gamble, J. H., & Feng, H. W. (2020). The influence of parenting style and time management tendency on internet gaming disorder among adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(23), 1–16. <https://doi.org/10.3390/ijerph17239120>
- Choi, J., Cho, H., Lee, S., Kim, J., & Park, E.-C. (2018). Effect of the Online Game Shutdown Policy on Internet Use, Internet Addiction, and Sleeping Hours in Korean Adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 62(5), 548–555. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2017.11.291>
- Chung, S., Lee, J., & Lee, H. K. (2019). Personal factors, internet characteristics, and environmental factors contributing to adolescent internet addiction: A public health perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(23). <https://doi.org/10.3390/ijerph16234635>
- Derevensky, J. L., Hayman, V., & Gilbeau, L. (2019). Behavioral Addictions: Excessive Gambling, Gaming, Internet, and Smartphone Use Among Children and Adolescents. In *Pediatric Clinics of North America* (Vol. 66, Issue 6, pp. 1163–1182). <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2019.08.008>
- Dias, P., Brito, R., Ribbens, W., Daniela, L., Rubene, Z., Dreier, M., Gemo, M., Di Gioia, R., & Chaudron, S. (2016). The role of parents in the engagement of young children with digital technologies: Exploring tensions between rights of access and protection, from ‘Gatekeepers’ to ‘Scaffolders.’ *Global Studies of Childhood*, 6(4), 414–427. <https://doi.org/10.1177/20436106166676024>
- Dierayani, A. P. (2019). *Perancangan Kampanye Sosial Mengenai Dampak Bahaya Blue Light Terhadap Kesehatan Mata Anak* [Universitas Pasundan]. <http://repository.unpas.ac.id/43891/>
- Dong, C., Cao, S., & Li, H. (2020). Young children’s online learning during COVID-19 pandemic: Chinese parents’ beliefs and attitudes. *Children and Youth Services Review*, 118(September), 105440. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2020.105440>
- Esposito, M. R. (2020). An investigation into video game addiction in pre-adolescents and adolescents: A cross-sectional study. *Medicina (Lithuania)*, 56(5). <https://doi.org/10.3390/medicina56050221>
- Garrett, L. (2020). COVID-19: the medium is the message. *The Lancet*, 395(10228), 942–943. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30600-0](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30600-0)
- Karaer, Y., & Akademir, D. (2019). Parenting styles, perceived social support and emotion regulation in adolescents with internet addiction. *Comprehensive Psychiatry*, 92, 22–27. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2019.03.003>

- Kemendikbud. (2020). *Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19*. Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan.
<https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-covid19>
- Khalil, R., Mansour, A. E., Fadda, W. A., Almisnid, K., Aldamegh, M., Al-Nafeesah, A., Alkhalifah, A., & Al-Wutayd, O. (2020). The sudden transition to synchronized online learning during the COVID-19 pandemic in Saudi Arabia: A qualitative study exploring medical students' perspectives. *BMC Medical Education*, 20(1), 1–10.
<https://doi.org/10.1186/s12909-020-02208-z>
- Knie, K., Schwarz, L., Frehle, C., Schulte, H., Taetz-Harrer, A., & Kiessling, C. (2020). To zoom or not to zoom – the training of communicative competencies in times of covid 19 at witten/herdecke university illustrated by the example of “sharing information.” *GMS Journal for Medical Education*, 37(7), 1–8.
<https://doi.org/10.3205/zma001376>
- Lubis, M. A., Azizan, N., & Ikawati, E. (2020). Persepsi Orang Tua Dalam Memanfaatkan Durasi Penggunaan Gadget untuk Anak Usia Dini Saat Situasi Pandemi Covid-19. *Jurnal Kajian Gender Dan Anak*, 04(1), 63–82.
- Maguire, L. K., Niens, U., McCann, M., & Connolly, P. (2016). Emotional development among early school-age children: gender differences in the role of problem behaviours. *Educational Psychology*, 36(8), 1408–1428.
<https://doi.org/10.1080/01443410.2015.1034090>
- Martins, M. V. (2020). Adolescent internet addiction – role of parental control and adolescent behaviours. *International Journal of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 7(3), 116–120.
<https://doi.org/10.1016/j.ijpam.2019.12.003>
- Masya, H., & Candra, D. A. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Gangguan Kecanduan Game Online pada Peserta Didik Kelas X Di Madrasah Aliyah Al Furqon Prabumulih Tahun Pelajaran 2015/2016. *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(2), 97–112.
- Miswanto, M., Armitasari, A., & ... (2020). Kecanduan Game Online Ditinjau Dari Jenis Kelamin Laki-Laki dan Perempuan. ... *Seminar Bimbingan Dan ...*, 2009.
<http://conference.um.ac.id/index.php/bk2/article/view/79>
- Pranata, L., Fari, N. A. I., Kep, M., Nanda, C. C. S., Elvantin, M. H., Nainggolan, S. S., ... & Simatupang, B. R. (2021). Manajemen Keperawatan “Aplikasi Komunikasi Perawat & Kepuasan Kerja”. LPP Balai Insan Cendekia.
- Pranata, L., Fari, N. A. I., Kep, M., Gultom, B. E., Antika, R. T. A., Adetia, P., ... & Nitantri, M. (2021). Manajemen Keperawatan “Pendidikan Keperawatan & Proses Pembelajaran”. LPP Balai Insan Cendekia.
- Pranata, L., Fari, N. A. I., Kep, M., Antoni, I. W., Aprillia, P., Dinanti, R., ... & Elvira, E. (2021). Manajemen Keperawatan “Kualitas Pelayanan Keperawatan”. LPP Balai Insan Cendekia.
- Pranata, L., Indaryati, S., Rini, M. T., & Hardika, B. D. (2021). Peran Keluarga Sebagai Pendidik Dalam Meningkatkan Pengetahuan Tentang Pencegahan Covid 19. *Prosiding Penelitian Pendidikan dan Pengabdian 2021*, 1(1), 1389-1396.
- Pranata, L. (2018). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi Kelas X SMAN 1 Lalan Musi Banyuasin. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 7(2), 92-99.
- Selvaraja, A., Vishnub, R., A, N. K., Benson, N., & JoMathew, A. (2020). Effect of pandemic based online education on teaching and learning system. *International Journal of Educational Development*.
<https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2021.102444>

- Siregar, E. S. (2020). *Pengaruh Interaksi Orang Tua Terhadap Jati Diri Remaja Di Kelurahan Bonan Dolok Kecamatan Padangsidempuan Utara*.
- Siste, K., Hanafi, E., Sen, L. T., Christian, H., Adrian, Siswidiani, L. P., Limawan, A. P., Murtani, B. J., & Suwartono, C. (2020). The Impact of Physical Distancing and Associated Factors Towards Internet Addiction Among Adults in Indonesia During COVID-19 Pandemic: A Nationwide Web-Based Study. *Frontiers in Psychiatry, 11*. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.580977>
- Stockdale, L., & Coyne, S. M. (2018). Video game addiction in emerging adulthood: Cross-sectional evidence of pathology in video game addicts as compared to matched healthy controls. *Journal of Affective Disorders, 225*, 265–272. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2017.08.045>
- Sussman, C. J. (2018). Internet and Video Game Addictions: Diagnosis, Epidemiology, and Neurobiology. In *Child and Adolescent Psychiatric Clinics of North America* (Vol. 27, Issue 2, pp. 307–326). <https://doi.org/10.1016/j.chc.2017.11.015>
- Venkatesh, V., Sykes, T. A., Chan, F. K. Y., Thong, J. Y. L., & Hu, P. J. H. (2019). Children's internet addiction, family-to-work conflict, and job outcomes: A study of parent-child dyads. *MIS Quarterly: Management Information Systems, 43*(3), 903–927. <https://doi.org/10.25300/MISQ/2019/12338>
- Wahid, W. O. R. U., & Ridfah, A. (2020). Rasa Tanggung Jawab Anak Sulung Di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi TALENTA, 2*(2), 9. <https://doi.org/10.26858/talenta.v2i2.13202>
- Wang, C. W., Chan, C. L. W., Mak, K. K., Ho, S. Y., Wong, P. W. C., & Ho, R. T. H. (2014). Prevalence and correlates of video and internet gaming addiction among Hong Kong adolescents: A pilot study. *Scientific World Journal, 2014*. <https://doi.org/10.1155/2014/874648>
- Wulandari, W. (2020). Implementation of merdeka belajar in online learning methods at the school for children of Indonesia. In *ACM International Conference Proceeding Series*. <https://doi.org/10.1145/3452144.3452273>
- Yomoda, K., & Kurita, S. (2021). Influence of social distancing during the COVID-19 pandemic on physical activity in children: A scoping review of the literature. *Journal of Exercise Science and Fitness, 19*(3), 195–203. <https://doi.org/10.1016/j.jesf.2021.04.002>
- Zhang, R., Bai, B., Jiang, S., Yang, S., & Zhou, Q. (2019). Parenting styles and internet addiction in Chinese adolescents: Conscientiousness as a mediator and teacher support as a moderator. *Computers in Human Behavior, 101*, 144–150. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.07.019>