

# **Bentuk Pendampingan Pastoral untuk Anak Kecanduan Gadget**

**Rode Rini<sup>1</sup>, Antonius Sitompul<sup>2</sup>, Ishak Dm Ubro<sup>3</sup>, Priskila Issak Benyamin<sup>4</sup>,  
Anatasia Runesi<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Persada Indonesia

<sup>2,3,4,5</sup>Sekolah Tinggi Theologia Bethel Indonesia, Jl. Petamburan IV no. 5,  
Ishakubro27@gmail.com

## **Abstract**

*Gadgets have high-value benefits when used to help humans work. Nevertheless, it will have the opposite impact if it is used to play games, access porn videos, and play social media without a clear purpose. If there is no assistance and control action, it will lead to more complicated problems. The purpose of this study is to reveal a pastoral counseling strategy to deal with children who are addicted to playing with gadgets. The method used in this research is descriptive qualitative. The results showed that the form of pastoral assistance that can be applied to children who are addicted to gadgets is medical therapy to restore the child's physical, maximizing the role of the family in educating following child psychology, as well as the church that conducts counseling and involves children in church activities.*

**Keywords:** Addiction; gadgets; healing; family, church

## **Abstrak**

Gadget memiliki manfaat yang bernilai tinggi bila digunakan untuk membantu manusia bekerja. Namun akan berdampak sebaliknya jika digunakan untuk bermain game, mengakses video porno, dan bermain media sosial tanpa tujuan yang jelas. Jika tidak ada tindakan pendampingan dan pengendalian, maka akan menimbulkan masalah yang lebih rumit. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengungkap strategi konseling pastoral untuk menghadapi anak yang kecanduan bermain gadget. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk pendampingan pastoral yang dapat diterapkan pada anak yang kecanduan gadget adalah terapi medis untuk memulihkan fisik anak, memaksimalkan peran keluarga dalam mendidik psikologi anak berikut, serta gereja yang melakukan penyuluhan dan pembinaan. melibatkan anak-anak dalam kegiatan gereja.

**Kata kunci:** Kecanduan; gadget; penyembuhan; keluarga, gereja

## PENDAHULUAN

Era digitalisasi ditandai dengan kemajuan teknologi yang makin cepat termasuk di dalamnya alat-alat komunikasi. Salah satu alat komunikasi yang makin sering digunakan adalah gadget. Perkembangan gadget yang semakin canggih dilengkapi dengan kegunaan teknologi tinggi menarik perhatian untuk semua usia baik anak-anak maupun usia dewasa.<sup>1</sup> Penggunaannya bukan tanpa alasan, sebab gadget satu alat yang memiliki banyak fungsi yang lengkap fitur-fiturnya yang dapat mempermudah aktivitas manusia, seperti berkomunikasi antara satu dengan yang lain tanpa bertatap muka, serta mudahnya informasi yang didapat dengan penggunaan gadget.<sup>2</sup> Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi seringkali digunakan sebagai sarana untuk berkuasa dan pada akhirnya menciptakan sifat narsisme.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Priskila Issak Benyamin, "Teknologi Dan Media Pembelajaran," *Research Gate* (2019), [https://www.researchgate.net/publication/337487103\\_Teknologi\\_dan\\_Media\\_Pembelajaran](https://www.researchgate.net/publication/337487103_Teknologi_dan_Media_Pembelajaran).

<sup>2</sup> Muhammad Nuhman Mahfud and Aprilya Wulansari, "Penggunaan Gadget Untuk Menciptakan Pembelajaran Yang Efektif," in *Seminar Nasional Pendidikan*, 2018, 58–63.

<sup>3</sup> Junifrius Gultom, "Mendengar Suara-Suara Lain: Dekonstruksi Paradigma Misi, Menjawab Tantangan Global Dan Tren Post Modernitas," in *Pemimpin Yang Mengembangkan Jemaat Misioner*, ed. Frans Pantan, 1st ed. (Jakarta:

Data dari Asosiasi Pengguna Jasa dan Internet Indonesia atau disingkat dengan APJII selama 2012-2018 penggunaan internet di Indonesia terus bertambah. Kenaikan ini terjadi 2014 ketika layanan 4G masuk di Indonesia angkanya mencapai 50,6%. Setelahnya, kenaikan mencapai 8-10 % per tahun. Hingga data terakhir menunjukkan 143,26 juta (54,7%) dari total populasi Indonesia (262 juta) menggunakan internet. Di kalangan milenial usia 20-35 tahun, 94,4% telah terkoneksi internet. Sebanyak 98,2 % menggunakan ponsel pintar rata-rata 7 jam sehari.<sup>4</sup> Bahkan 79% langsung memeriksa ponsel pintar 1 menit setelah bangun tidur. Dari data tersebut dapat dilihat bahwa setiap orang yang memanfaatkan gadget bisa menghabiskan waktu dalam sehari menggunakannya. Dari hasil penelitian Hilda Kabali sebanyak 72% anak usia 8 tahun kebawah sudah menggunakan gadget seperti smartphone, tablet, dan ipod sejak 2013, dimana mayoritas usia 2 tahun lebih suka menggunakan tablet atau smartphone tiap harinya.<sup>5</sup>

---

Departemen Theologia dan Pendidikan BPH & STT Kharisma, 2009), 195.

<sup>4</sup> BULETIN APJII, "SURVEI APJII : Penetrasi Internet Di Indonesia Capai 143 Juta Jiwa," *BULETIN APJII*.

<sup>5</sup> Winny, "Cuplikan 09 : Penggunaan Gadget Pada Anak — 2 Jam Sudah Terlalu Lama," *IC*

Gadget juga memiliki nilai serta dampak yang baik bagi kalangan orang tertentu, akan tetapi banyak dampak negatif yang muncul jika hal ini dipakai atau dimanfaatkan oleh anak-anak yang belum cukup umur. Selain itu di Indonesia pengguna gadget di Indonesia sangat meningkat, dapat dilihat dari data dari infografis diatas terlihat total penduduk Indonesia mencapai 268,2 juta jiwa, sementara diketahui pengguna mobile (ponsel pintar dan tablet) mencapai 355,5 juta. Dalam penggunaan internet, tercatat ada 150 juta pengguna internet aktif, ini berarti 56% dari total jumlah penduduk Indonesia sudah menggunakan internet. Demikian pula dengan media sosial, rata-rata 50% lebih penduduk Indonesia aktif menggunakan media social.<sup>6</sup>

Meningkatnya penggunaan gadget di Indonesia dikarenakan banyaknya gadget yang dijual dengan harga yang relatif murah yang sudah berbasis android maupun ios. Namun semakin berkembangnya teknologi informasi dan komunikasi terdapat dampak negatif

dalam penggunaan gadget apabila digunakan dengan cara yang salah ataupun berlebihan khususnya bagi anak-anak. Hampir setiap anak-anak saat ini sudah menggunakan gadget sebaiknya anak yang menggunakan gadget harus mendapatkan pengawasan dari orangtua karena dengan penggunaan gadget yang berlebihan akan berdampak buruk bagi anak baik itu secara sosial, fisik, psikis (jiwa), intelektual, maupun secara rohani.

Secara sosial, Pada umumnya anak-anak akan lebih menikmati kenikmatan dalam menggunakan gadget dalam kegiatan sehari-hari baik itu di rumah, di sekolah, dan dimana pun anak berada sehingga membuat mereka lebih asik menikmati sajian game dari sebuah gadget yang dimiliki dibandingkan bermain dengan teman sebayanya di sekitar anak tinggal. Penggunaan gadget yang tidak terkontrol menyebabkan fisik menjadi terganggu.

Seperti bahaya radiasi, berdasarkan hasil penelitian di Universitas Leeds, Nottingham, Universitas Manchester dan Institute of Cancer di London menyatakan bahwa saraf anak-anak yang masih berkembang dan tulang tengkorak masih menipis, membuat rentan terkena

---

*T - Information Communication Technology, Technology.*

<sup>6</sup> Hastri Rosiyanti and Rahmita Nurul Muthmainnah, "Penggunaan Gadget Sebagai Sumber Belajar Mempengaruhi Hasil Belajar Pada Mata Kuliah Matematika Dasar," *FIBONACCI: Jurnal Pendidikan Matematika dan Matematika* 4, no. 1 (2018): 25.

radiasi gadget. di Amerika Serikat, satu dari tiga anak mengalami obesitas yang mampu menyebabkan komplikasi penyakit seperti diabetes, serangan jantung, dan stroke. Selain itu juga mata yang terlalu lama kontak terlalu lama didepan gadget dapat merusak mata.<sup>7</sup>

Dewasa ini, sering sekali ditemukan pemanfaatan gadget menjadi sebuah jalan pintas bagi orang tua dalam hal mengasuh anak. Dengan berbagai aplikasi yang disediakan serta menarik perhatian anak-anak, orang tua memanfaatkannya sebagai sarana untuk menemani anak apabila orang tua sedang menjalankan aktivitas dengan tenang tanpa khawatir akan anaknya bermain kotor, menangis saat ditinggal orang tua, membuat rumah menjadi gaduh, dan hal-hal lainnya yang dapat mengganggu aktivitas orang tua.

Namun dengan adanya gadget, dapat menjadi teman bermain anak dan aman dalam pengontrolan, namun dikarenakan peran orang tua telah diganti dengan gadget, dapat mengakibatkan sesuatu hal yang berdampak negatif, dimana hubungan anak dengan orangtua dapat menjadi renggang dan anak akan hanya

menghabiskan waktunya dengan gadget yang anak itu miliki, serta dapat menimbulkan adanya perilaku yang buruk dari anak dikarenakan waktunya dihabiskan untuk bermain gadget.<sup>8</sup>

Dari akibat kecanduan gadget dapat menyebabkan anak pada masa ini sangat mengkhawatirkan, karena tidak memiliki rasa keingintahuan yang tinggi, dan berpengaruh kepada meningkatnya sifat konsumtif yang tinggi pada anak-anak. Oleh sebab itu dalam penggunaan gadget pada anak-anak perlu adanya pengontrolan orang tua terhadap anak. Disaat ini ada banyak kasus mengenai dampak negatif yang terjadi dari penggunaan gadget pada anak-anak, mulai dari kecanduan internet, game online dan offline, sampai pada konten-konten yang berbau pornografi.

Jika tidak adanya penanganan yang baik dari orang tua, maka jumlah anak yang kecanduan akan gadget dari tahun ke tahun akan terus menerus meningkat kita akan kehilangan generasi. Generasi yang dimaksudkan disini adalah dari tahap anak, tahap remaja, dan tahap pemuda.<sup>9</sup> Ketika

---

<sup>7</sup> Al Nizar and Siti Hajaroh, "Pengaruh Intensitas Penggunaan Game Gadget Terhadap Minat Belajar Siswa," *El Midad: Jurnal PGMI* 11, no. 2 (2019): 169–192.

---

<sup>8</sup> Ronal Paul Sitompul, "Pelayanan Pemuda Di Era Teknologi Digital," *Sekolah Tinggi Teologi Torsina Surakarta* (2015).

<sup>9</sup> Johni Hardori, "Pola Asuh Orangtua Dalam Memperkenalkan Yesus Kristus Kepada

ketiga cakupan ini tidak ditangani dengan baik maka mengakibatkan hilangnya generasi dikarenakan generasi ini telah dikendalikan dan dimuridkan oleh gadget yang mereka miliki. Lalu apa yang bisa dilakukan dalam upaya mengambil andil dalam masalah tersebut, dalam hal ini yang bisa dilakukan oleh gereja yaitu pendampingan pastoral.

Pendampingan pastoral memiliki arti yaitu upaya memberikan pertolongan bagi seseorang mencakup jasmani, sosial, mental dan juga rohani.<sup>10</sup> Namun dalam pelayanan pastoral bukan hanya pelayanan secara horizontal (hubungan kepada manusia terhadap lingkungannya) namun pelayanan pendampingan pastoral yang juga secara vertikal (dalam hal ini hubungan antara manusia dengan Allah).<sup>11</sup> Browning memberikan penekanan terhadap moral, dimana penekanan itu merujuk pada ciri yang melekat pada pendampingan pastoral dibandingkan pelayanan pendampingan yang dilakukan secara sekuler yaitu dengan adanya pendampingan pastoral

mendampingi seseorang bukan saja untuk menyembuhkan namun mengarahkan konseli yang dilayani untuk lebih baik kedepannya dengan adanya pengambilan keputusan yang tepat.<sup>12</sup>

Dari masalah fenomena tersebut, yang dapat dilakukan oleh gereja yaitu Pendampingan Pastoral. Dengan adanya latar belakang mengenai timbulnya masalah penggunaan gadget bagi anak maka peneliti tertarik untuk mengkaji tentang “Bentuk Pendampingan Pastoral untuk Anak Kecanduan Gadget”. Tujuan dari penelitian yang dilakukan ini yaitu Untuk mengetahui serta mengidentifikasi pendampingan pastoral untuk anak yang mengalami kecanduan gadget.

## METODE

Metode penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Menurut Arifin dalam buku *Penelitian Pendidikan*, mengatakan bahwa penelitian kualitatif melibatkan pengumpulan dan penggunaan berbagai data melalui antara lain: studi kasus, pengalaman pribadi, introspeksi, riwayat hidup, wawancara, pengamatan,

---

Anak Batita,” *Edukasi: Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 1 (2008): 65–85.

<sup>10</sup> Johni Hardori, “The Lost of Pastoral Ministry,” in *Reaffirming Our Identity* (Jakarta: STT Bethel Indonesia, 2014), 285.

<sup>11</sup> Aart van BEEK, *Pendampingan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2007).

---

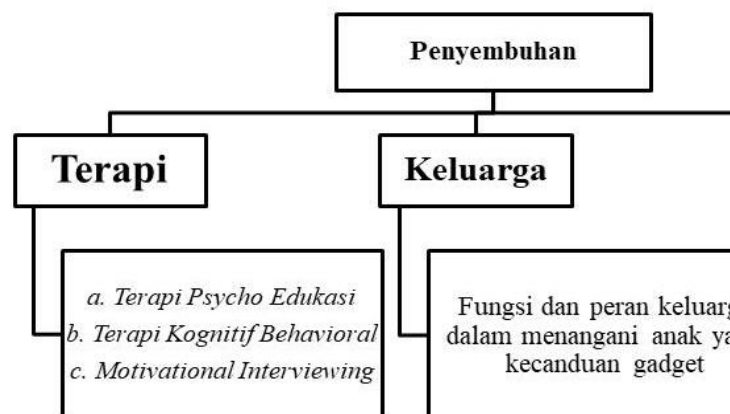
<sup>12</sup> Howard Clinebell, *Basic Type of Pastoral Care and Counseling* (Nashville: Abington Press, 1984).

teks sejarah, interaksional dan visual yang menggambarkan momen rutin dan problematis, serta maknanya dalam kehidupan individual dan kolektif.<sup>13</sup> Dengan adanya penelitian kualitatif maka penulis akan dapat menggali informasi kepada setiap narasumber mengenai penelitian tersebut, supaya penulis memiliki data mengenai apa yang dibutuhkan serta memiliki pemahaman yang baik mengenai bentuk seperti apa yang dilakukan untuk menangani anak yang kecanduan akan gadget. Dalam hal ini peneliti menggunakan deskriptif kualitatif dalam penelitian ini, gunanya untuk mengembangkan teori yang dibangun melalui data yang diperoleh di lapangan. Metode kualitatif peneliti, pada tahap awal melakukan penyelidikan, yang selanjutnya diikuti dalam melakukan pengumpulan data yang lebih mendalam, mulai dari observasi sampai dengan penyusunan laporan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kecanduan Gadget dapat diatasi dengan memaksimalkan tiga peran yang saling berkaitan, yaitu terapi, keluarga, dan gereja. Ketika dimensi ini mesti

memiliki pemahaman yang sama bahwa gadget dapat menjadi sesuatu yang aman dan baik apabila digunakan secara bijak. Tetapi jika tidak, maka akan banyak dampak buruk yang mengikutinya.



Gambar 1. Bagan Hasil Pembahasan Penelitian

### Peran Terapi Bagi Anak Kecanduan Gadget

Terapi merupakan pengobatan dimana seseorang yang sedang mengalami sebuah penyakit membutuhkan perawatan. Dalam wawancara tersebut narasumber kedua memberikan pernyataan bahwa ada terapi yang dapat dilakukan bagi anak yang kecanduan gadget. Kecanduan tersebut dapat ditangani dengan adanya intervensi yang dilakukan baik dari anak tersebut maupun keluarganya (orang tua) dimana tujuan dari terapi ini dilakukan agar menambah informasi

<sup>13</sup> Zainal Arifin, *Penelitian Pendidikan* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012).

yang dibutuhkan tentang permasalahan yang dialami oleh anak tersebut kecanduan akan gadget dapat diatasi secara medis dengan melakukan adanya pengobatan baik itu obat maupun non-obat (terapi). Terapi yang dilakukan seperti terapi psikoedukasi, terapi kognitif behavioral atau motivational interviewing.<sup>14</sup>

Terdapat beberapa jenis terapi. Pertama, *terapi Psycho Edukasi*, merupakan terapi yang bentuknya mengintervensi anak yang kecanduan gadget maupun keluarganya. Tujuan adanya terapi ini dilakukan supaya menambah informasi yang didapat dari anak tersebut tentang permasalahan yang dihadapi oleh anak sehingga membuat ia kecanduan akan bermain gadget. Kedua, *terapi Kognitif Behavioral*, Metode behavioral ini merupakan usaha untuk memahami dan menyembuhkan tingkah laku yang dialami oleh seseorang guna mendapatkan pengetahuan secara teoritis dan empiris dari metode ini. Adanya pencegahan dan penyembuhan yang dilakukan baik secara deskriptif maupun remedial. Metode ini memiliki

---

<sup>14</sup> Dian Fitri, "Efektivitas Cognitive Behavior Therapy Untuk Mahasiswa Cognitive Behavior Therapy Effectiveness in Reducing Students Public Speaking Anxiousness," *Jurnal Psikologi* 10, no. 1 (2017): 64–73.

tujuan agar kebiasaan buruk yang dilakukan pada masa lampau diubah dan menerapkan kebiasaan yang baik. Metode ini digunakan untuk menyembuhkan gangguan tingkah laku dari sederhana hingga yang kompleks, baik secara individu maupun kelompok. Ketiga, *Motivational Interviewing*, merupakan konseling yang memiliki fokus atau objek pada anak yang kecanduan gadget yang didesain untuk membantu anak secara individu untuk menemukan serta mengatasi perasaan dalam berperilaku.<sup>15</sup>

Namun ada salah satu narasumber memberikan pendapatnya dari sisi kerohanian bahwa keluarga yang hidup takut akan Tuhan dapat membantu anak dapat melepaskan diri dari kecanduannya akan gadget, hal ini bisa dilakukan dengan cara membangun mezbah dalam keluarga seperti doa bersama. Melepaskan anak dari kecanduan gadget ibarat menyelamatkannya dari perbudakan teknologi yang bisa mengarahkan hidupnya kepada dosa.<sup>16</sup> Metode ini

---

<sup>15</sup> A Asrori, "Terapi Kognitif Perilaku Untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 3, no. 1 (2015): 89–107.

<sup>16</sup> Pakpahan, Gernaida Krisna R, "Keselamatan: Suatu Pemaparan Singkat Tentang Keselamatan," in *Guru Teolog Dan Pemimpin Yang Membagi Hidup*, ed. Frans Pantan and

sudah diterapkan kepada keluarga yang memiliki anak kecanduan akan gadget dan rata-rata berhasil. Terapi yang dilakukan tidak hanya dalam bentuk fisik jasmani, namun juga secara spiritual perlu di terapi dan perlu dilatih. Supaya fisik dan rohani anak menjadi terbentuk dan menjadi pribadi yang lebih baik

### **Peran Orang Tua bagi Anak Kecanduan Gadget**

Setiap orang tua tentunya mendidik serta mengarahkan anak untuk selalu kepada hal yang positif. Dalam mendidik anak tidak hanya sekedar mendidik dengan kata-kata saja, tapi ada perlu tindakan yang dilakukan. Berikut ini adalah tindakan yang perlu dilakukan oleh orang tua untuk anaknya:<sup>17</sup>

#### ***Batasan waktu dalam bermain gadget***

Tindakan awal yang harus dilakukan oleh orang tua adalah dengan adanya memberi batasan dalam bermain gadget, dengan kata lain ada waktu-waktu tertentu yang diperbolehkan

sesuai dengan kesepakatan dengan anak untuk bermain gadget. The American Academy of Pediatrics dan Canadian Paediatric Society memberikan informasi yang dapat diterapkan bagi anak sebagai berikut ini: (i) Untuk anak usia di bawah 2 tahun mengakses segala gadget dengan perlu adanya pendampingan dari orang tua; (ii) Pada anak usia 2-4 tahun diperbolehkan mengakses gadget minimal 1 jam/hari; (iii) Bagi anak yang umurnya diatas 5 tahun hanya diperbolehkan mengakses gadget maksimal 2 jam/hari.<sup>18</sup>

Dalam hal ini orang tua harus mengambil bagian, dalam wawancara dengan ketiga narasumber, penulis menemukan peran orang tua dimana perlu adanya batasan anak dalam penggunaan gadget. Ketika anak dibatasi secara tidak langsung mereka diajarkan untuk tertib serta taat dengan peraturan yang diberikan oleh orang tua untuk mengurangi anak dalam penggunaan gadget.

#### ***Aktivitas fisik anak***

Aktivitas fisik sangat penting bagi anak, karena membantu kegiatan

---

Stephano Ambesa, 1st ed. (Jakarta: Gereja Bethel Indonesia Jemaat Eben Haezer, Seminari Bethel& Departemen Media Litbang BPH GBI, 2008), 225.

<sup>17</sup> Rika Widya, "Dampak Negatif Kecanduan Gadget Terhadap Perilaku Anak," *Jurnal Abdi Ilmu* 13, no. 1 (2020): 29–34.

---

<sup>18</sup> Henny dwi Susanti, "How To Track Baby Feedings' Penerapan Model Dokumentasi Dengan Menggunakan Software Sebagai Upaya Meningkatkan Pertumbuhan Dan Perkembangan Pada Bayi," *Jurnal Keperawatan* 5, no. 2 (2014): 142–153.

anak setiap hari baik itu kegiatan di rumah maupun luar rumah. Dengan banyaknya aktivitas fisik yang dilakukan anak maka dapat membuat aktivitas terhadap gadget berkurang. Misalnya kegiatan bersepeda di sore hari, jalan-jalan bersama keluarga, atau anak terlibat di dalam kursus yang memiliki manfaat terhadap anak. Orang tua perlu memperhatikan kegiatan anaknya khususnya dalam penggunaan gadget, dimana setelah ada pembatasan penggunaan gadget ada yang namanya aktivitas fisik yang harus dilakukan oleh anak yang perlu dipantau orang tuanya baik itu di rumah maupun lingkungan di luar rumah karena dengan hal tersebut secara tidak langsung membuat anak bersosialisasi dengan lingkungan sekitar baik itu di dalam rumah maupun di luar rumah. Orang tua menyiapkan aktivitas yang dapat membuat anak belajar, tentunya harus ada unsur kreatif dan bervariasi agar anak tidak bosan.<sup>19</sup>

### ***Disiplin dan Tegas***

Sebagai orang tua pasti memiliki rasa kasihan ketika anak menangis untuk bermain gadget, sebuah kesalahan ketika orang tua mengikuti keinginan

anak. Peran orang tua sangat berpengaruh kepada anak ketika orang tua mendidik anak dengan disiplin dan tegas dalam hal ini menyangkut penggunaan gadget secara baik dan positif kepada anak, akan menjadikan anak untuk menjadi pribadi yang baik kedepannya selain itu resiko untuk anak menjadi kecanduan akan gadget sangat sedikit. Dalam hal ini sebagai orang tua harus tegas dan disiplin yang akan diterapkan untuk anak. sehingga anak dididik sedemikian rupa supaya menjadi pribadi yang lebih baik, dan menghargai setiap orang.

### ***Batasi internet pada anak***

Perlu adanya pembatasan internet yang perlu dilakukan oleh orang tua pada anak, karena internet merupakan jembatan bagi anak-anak untuk bisa masuk ke berbagai jaringan dunia maya. Untuk itu orang tua perlu membatasi anak dalam hal ini, hal ini dilakukan supaya mencegah anak untuk tidak kecanduan konten-konten di dalam dunia maya seperti youtube, games online, dan situs-situs yang bisa anak-anak jangkau. Sebagai orang tua Kristen perlu ada pengontrolan bagi anak dalam penggunaan internet mengingat banyak konten-konten kekerasan serta pornografi yang dapat

---

<sup>19</sup> Yuel Sumarno, "Strategi Paikem Terpadu Sebagai Sarana Membawa Perubahan Dalam Bidang Pendidikan Agama Kristen," in *Education For Change*, ed. Frans Gultom, 1st ed. (Jakarta: Bethel Press, 2017), 199.

membuat anak menyimpang. Disisi lain perlu adanya pembatasan internet karena kalau tidak dibatasi anak semakin hari akan terus menerus ketagihan menggunakan gadget dan beresiko kecanduan gadget.

### ***Memperkenalkan anak dengan lingkungan***

Kurang berbaur dengan lingkungan sekitar yang membuat anak menjadi kecanduan gadget, oleh sebab itu sebagai orang tua harus memperkenalkan lingkungan sekitar yang sebaya dengan anak itu, sehingga anak memiliki teman bermain di lingkungan sekitar baik itu di lingkungan sekitar rumah maupun di lingkungan sekolah. Memperkenalkan anak dengan lingkungan perlu adanya dilakukan orang tua, dikarenakan anak yang sering bermain gadget tidak ingin bermain di luar rumah. Mungkin dengan mengajak anak melakukan aktivitas di luar rumah seperti bersepeda seperti sekarang ini dapat membuat anak untuk saat tertentu lepas dari gadget dengan adanya aktivitas itu.

### ***Adanya sistem reward dan punishment***

Sistem ini diberlakukan kepada anak dengan adanya aturan-aturan yang disepakati bersama, ketika anak dapat melakukan aturan-aturan tersebut maka

ada reward yang diberikan kepada anak dan sebaliknya ketika anak melanggar aturan tersebut maka ada hukuman yang harus diterima. Dalam hal ini peraturan yang dilakukan bagi anak yaitu dalam bermain gadget, sehingga perlahan-lahan anak diarahkan serta diajarkan untuk taat dan patuh dengan peraturan serta memberikan pelajaran bahwa semua yang dilakukan ada konsekuensinya. Dalam proses ini perlu keterlibatan antara orang tua dan anak. dimana anak diminta untuk bersepakat dengan aturan yang dibuat oleh orang tua dengan segala konsekuensinya. Ketika anak menjalankan dengan baik maka ada penghargaan yang diberikan dan sebaliknya ketika melanggar maka anak akan diberikan sanksi.

### ***Memberikan Contoh yang baik***

Apa yang anak lakukan saat ini merupakan didikan serta contoh yang dilakukan oleh orang tua. Untuk itu peran orang tua disini sangat penting untuk memberikan keteladanan yang patut untuk ditiru dan dilakukan oleh anak. Jika orang tua memberikan keteladanan dalam hal membaca alkitab di depan anaknya, maka secara tidak langsung orang tua memberikan contoh yang baik yang patut dilakukan oleh anaknya sebaliknya jika orang tua

bermain gadget kepada anak akan meniru kebiasaan orang tuanya yaitu bermain gadget. Maka sebagai orang tua harus memberikan contoh yang baik bagi anak karena anak merupakan generasi penerus bangsa.

### ***Waktu bersama keluarga***

Sebagai orang tua tentu pasti memiliki kesibukan dalam pekerjaan, namun orang tua perlu memperhatikan akan hal ini dimana anak membutuhkan waktu bersama dengan orang tua. Ikatan yang kuat dalam keluarga dapat terjalin jika ada waktu dimana seluruh anggota keluarga dapat berkumpul untuk berinteraksi antara satu dengan yang lain.<sup>20</sup> Dari hal ini anak diajarkan untuk menghargai waktu serta orang-orang disekitar dia. Orang tua harus memperbanyak waktu dengan anaknya supaya dari situ anak dapat diajar, dibina serta anak itu juga mendapatkan kasih sayang dan perhatian dari orang tuanya. Dengan adanya waktu bersama ini membuat anak tidak beresiko kecanduan gadget karena adanya perhatian dan waktu yang diberikan oleh orang tua kepada anak. Selain itu, peran dari orang tua kepada anak sebagai perpanjangan dari gereja dan

---

<sup>20</sup> Frans Pantan, "Ontologi Pendidikan Iman Kristen," in *Education for Change*, ed. Junifrius Gultom (Jakarta: Bethel Press, 2017).

juga psikiater Kristen yang membantu memantau serta mendampingi apa saja yang harus dilakukan orang tua ketika dirumah bersama anak yang dianjurkan oleh gereja dan psikiater.

### **Pelayanan Gereja kepada Anak Kecanduan Gadget**

Era globalisasi dan perkembangan teknologi dapat diumpamakan seperti sebuah pisau, yang dapat digunakan untuk hal yang baik dan buruk.<sup>21</sup> Gereja pada masa ini perlu meningkatkan kinerjanya dalam pelayanan dengan terbuka serta menerima kecanggihan teknologi ini. Perkembangan teknologi semakin pesat, gereja harus membuka mata selebar-lebarnya untuk menerima era modern. Kecanggihan teknologi jangan dilihat dari dampak buruknya, namun gereja harus bisa memanfaatkan kecanggihan yang ada untuk kemajuan dalam pelayanan. Dengan hadirnya kemajuan teknologi gereja dapat menjangkau generasi muda, karena pada era modern ini gadget merupakan sebuah kebutuhan yang penting bagi anak, karena dari

---

<sup>21</sup> Amos Hosea, "Merekayasa Model-Model Baru Misi Kristen Dalam Tantangan Arus Globalisasi Dan Perkembangan Teknologi Informasi Mutakhir," in *Pemimpin Yang Mengembangkan Jemaat Misioner*, ed. Frans Pantan, 1st ed. (Jakarta: Departemen Theologia dan Pendidikan BPH & STT Kharisma, 2009), 231.

gadget mereka dapat bermain, berkomunikasi, belajar, serta bersosialisasi dan hal ini sangat berbeda dari generasi orang tua. gereja harus memperhatikan generasi sekarang ini, jika tidak maka gereja akan kehilangan generasi penerus karena anak tidak dibina serta diarahkan sesuai dengan kebutuhan mereka.<sup>22</sup> Namun, gereja tetap mempertahankan dan meningkatkan peranan dorongan Roh Kudus dalam mewujudkan amanat Agung dalam penjangkauan generasi muda.<sup>23</sup>

Menurut Clintbell pendampingan pastoral merupakan suatu pelayanan yang dilakukan oleh gereja guna membina secara individu ataupun kelompok yang sedang mengalami masalah atau penyakit yang perlu ditolong baik itu secara jasmani maupun rohani. Pendampingan sangat perlu diperhatikan karena hal ini merupakan bagian dari pelayanan, dan pelayanan ini bukan saja peran dari

gereja dan keluarga namun semua orang turut terlibat dalam pelayanan ini.<sup>24</sup>

Pentingnya pendampingan pastoral bagi anak dikarenakan sangat berpengaruh dalam jangka panjang dimana mereka dalam masa pertumbuhan diarahkan dan dibina dengan baik, sehingga kedepannya menghasilkan karakter dan pribadi seperti kristus.<sup>25</sup> Gereja harus memiliki upaya dalam hal pendampingan bagi anak-anak dengan ini gereja membutuhkan bantuan orang tua sebagai perpanjangan tangan dalam pelaksanaannya. Jika ada anak yang kecanduan akan gadget gereja harus bergerak dan membuka mata terhadap masalah kecanduan gadget dalam jemaat khususnya anak-anak. Tindakan yang harus dilakukan gereja yaitu dengan cara pendampingan pastoral, dimana memiliki fungsi yang dapat membantu anak dalam mengatasi kecanduan akan gadget, dalam hal ini gereja harus memperlengkapi orang tua supaya dapat membantu gereja dalam pendampingan kepada anak.<sup>26</sup> Fungsi

---

<sup>22</sup> Yahya Afandi, "Gereja Dan Pengaruh Teknologi Informasi 'Digital Ecclesiology,'" *FIDEI: Jurnal Teologi Sistematika dan Praktika* 1, no. 2 (2018): 270–283.

<sup>23</sup> George Tapiheru, "Peranan Roh Kudus Dalam Pekabaran Injil," in *Guru Teolog Dan Pemimpin Yang Membagi Hidup*, ed. Frans Pantan and Ambesa, Stephano A, 1st ed. (Jakarta: Gereja Bethel Indonesia Jemaat Eben Haezer, Seminari Bethel & Departemen Media Litbang BPH GBI, 2008), 135.

---

<sup>24</sup> J.D. Engel, *Pastoral Dan Kebutuhan Dasar Konseling*, ed. PK Kristihandari (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016).

<sup>25</sup> Frans Pantan, "Metafisika Pendidikan Iman Di Gereja," *Diegesis: Jurnal Teologi* (n.d.).

<sup>26</sup> Pantan, "Ontologi Pendidikan Iman Kristen."

dari pendampingan pastoral yang dijelaskan sebagai berikut:

### ***Fungsi Bimbingan***

Dalam fungsi ini, membantu konseli dalam mengambil keputusan serta menentukan pilihan dan keputusan apa yang harus diambil. Dalam hal ini gereja harus melakukan bimbingan secara khusus bagi orang tua dan anak, dimana orang tua diperlengkapi dengan seminar-seminar atau khotbah parenting terhadap anak.<sup>27</sup> Selain itu anak diberikan edukasi secara khusus bagaimana penggunaan gadget yang baik dan benar serta dampak apa yang akan didapat jika penggunaan gadget terlalu berlebihan pada anak.

### ***Fungsi Penopangan***

Pada fungsi ini bertujuan untuk membantu konseli yang sedang mengalami keadaan yang tidak baik untuk tetap kuat serta dapat mengatasi masalah yang dihadapi, Selain itu fungsi ini membantu konseli untuk menerima keadaan yang dihadapi dengan hati yang lapang dada, namun disisi tertentu konseli dapat mampu bertumbuh dan berhasil melewati masalah yang dihadapi. Dalam hal ini gereja hadir untuk memberi dukungan

---

<sup>27</sup> Apin Militia Christi, *Homiletika: Cara Menyusun Dan Menyampaikan Khotbah Yang Inspiratif* (Jakarta: STT Bethel Indonesia, 2018).

serta dorongan kepada orang tua dan khususnya buat anak bahwa kecanduan akan gadget dapat berhenti, dengan adanya hal ini menunjukkan adanya perhatian gereja terhadap keluarga.

### ***Fungsi Penyembuhan***

Fungsi ini merupakan pelayanan penyembuhan mencakup tubuh, jiwa, dan roh. Fungsi ini menuntun konseli untuk mengungkapkan perasaannya yang mendalam, jadi bukan saja penyembuhan secara fisik namun secara batin serta spiritual konseli disembuhkan agar kedepannya konseli dapat lebih baik dari sebelumnya.<sup>28</sup> Dalam fungsi ini sangat berkesinambungan dimana orang tua yang diperlengkapi dan dimodifikasi untuk membantu anak untuk bisa terlepas dari kecanduannya akan gadget. Selain itu dengan adanya kegiatan di dalam gereja ataupun kegiatan di rumah yang melibatkan anak dan orang tua dengan adanya aktivitas seperti ini membuat aktivitas akan gadget berkurang.<sup>29</sup>

---

<sup>28</sup> Apin Militia Christi, "Jesus As the Healer," *Pemikiran Teolog Gereja Bethel Indonesia tentang Teologi Pentakosta* 1, no. 1 (2012): 249–267.

<sup>29</sup> Purim \_ Marbun, "Gereja Sebagai Pusat Pendidikan Jemaat," in *Reaffirming out Identity: Isu-Isu Terpilih Menjawab Perubahan Sekaligus Mempertahankan Identitas*, ed. Frans Pantan and Junifrius Gultom (Jakarta: Bethel Press, 2104).

### ***Fungsi Memulihkan Hubungan***

Fungsi memulihkan ini memiliki tujuan agar konseli memperbaiki setiap hubungan yang rusak antara dirinya dengan orang lain. Dengan fungsi ini adanya keterlibatan gereja dan juga anak dimana adanya keterbukaan dari anak menyangkut alasan kecanduan akan gadget, mungkin karena orang tua yang tidak memiliki waktu dengan anak atautkah pola asuh orang tua yang salah membuat anak melampiaskannya pada gadget.

### ***Fungsi Memelihara***

Fungsi ini memiliki tujuan bahwa konseli mengembangkan setiap potensi yang ada di dalam dirinya sehingga konseli dapat bertumbuh serta berkembang. Perlu adanya aktivitas yang perlu dikembangkan oleh anak sesuai potensinya supaya aktivitas anak dapat diahlikan kepada hobi atau potensi yang dimiliki anak sehingga fokus terhadap gadget teralihkan pada hal yang positif. Selain itu gereja juga memiliki peran untuk tetap memberikan edukasi kepada keluarga Kristen dengan menggandeng para psikolog atau psikiater dengan memberikan

pengetahuan dengan pandangan kekristenan.<sup>30</sup>

Pendampingan pastoral merupakan ciri khas dari gereja, dengan demikian penting adanya pendampingan pastoral yang harus dilakukan oleh gereja untuk menyembuhkan serta memulihkan keadaan anak yang kecanduan gadget.<sup>31</sup> Dimana anak didampingi bersama orang tua untuk diarahkan kepada hal yang baik serta tentunya membantu kerohanian anak semakin hari semakin bertumbuh. Jadi anak bukan saja mendapatkan pendampingan secara psikis dan jasmani namun rohaninya juga didampingi.<sup>32</sup>

## **KESIMPULAN**

Penyembuhan kecanduan gadget pada anak dapat dilakukan dengan memaksimalkan tiga peran terapi, keluarga, dan gereja. Orang tua tidak

---

<sup>30</sup> Totok S Wiryasaputra and Rini Handayani, *Pengantar Kedalam Konseling Pastoral* (Salatiga: Asosiasi Konselor Pastoral Indonesia, 2013).

<sup>31</sup> Fibry Jati Nugroho, "Pendampingan Pastoral Holistik: Sebuah Usulan Konseptual Pembinaan Warga Gereja," *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili dan Pembinaan Warga Jemaat* 1, no. 2 (2017): 139.

<sup>32</sup> Frans Pantan and Eli Sabet Kristin Natalia, "Pengaruh Pelaksanaan Pendidikan Agama Kristen Bagi Anak Usia 7-12 Tahun Terhadap Perilaku Disiplin Anak Di Sekolah Minggu," *Edukasi: Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 10, no. 1 (2012): 1-20.

bisa hanya mengharapkan satu bagian saja untuk menyelesaikan permasalahan kecanduan pada anak. Oleh karena itu, kerja sama antara semua pihak menjadi bagian yang perlu diusahakan agar anak tidak mengalami dampak negative dari gadget ini. Namun, perlu juga dibangun pemahaman bahwa gadget bukanlah sesuatu yang salah dan tidak membawa kebaikan sama sekali. Gadget sangat bermanfaat untuk mempermudah dan mempercepat pekerjaan manusia. Bagi seorang anak, gadget dapat menolong mereka untuk sukses dalam Pendidikan dan proses belajar mengajar. Hal ini menjadi catatan kritis juga yang perlu dipahami. Dalam ranah gereja, gadget dapat menjadi sarana penyampaian kabar Injil untuk bisa menyelamatkan banyak orang.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afandi, Yahya. "Gereja Dan Pengaruh Teknologi Informasi 'Digital Ecclesiology.'" *FIDEI: Jurnal Teologi Sistematis dan Praktika* 1, no. 2 (2018): 270–283.
- Arifin, Zainal. *Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012.
- Asrori, A. "Terapi Kognitif Perilaku Untuk Mengatasi Gangguan Kecemasan Sosial." *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan* 3, no. 1 (2015): 89–107.
- BEEK, Aart van. *Pendampingan Pastoral*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2007.
- Benyamin, Priskila Issak. "Teknologi Dan Media Pembelajaran." *Research Gate* (2019).  
[https://www.researchgate.net/publication/337487103\\_Teknologi\\_dan\\_Media\\_Pembelajaran](https://www.researchgate.net/publication/337487103_Teknologi_dan_Media_Pembelajaran).
- BULETIN APJII. "SURVEI APJII : Penetrasi Internet Di Indonesia Capai 143 Juta Jiwa." *BULETIN APJII*.
- Christi, Apin Militia. *Homiletika: Cara Menyusun Dan Menyampaikan Khotbah Yang Inspiratif*. Jakarta: STT Bethel Indonesia, 2018.
- . "Jesus As the Healer." *Pemikiran Teolog Gereja Bethel Indonesia tentang Teologi Pentakosta* 1, no. 1 (2012): 249–267.
- Clinebell, Howard. *Basic Type of Pastoral Care and Counseling*. Nashville: Abington Press, 1984.
- Engel, J.D. *Pastoral Dan Kebutuhan Dasar Konseling*. Edited by PK Kristihandari. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016.

- Fitri, Dian. "Efektivitas Cognitive Behavior Therapy Untuk Mahasiswa Cognitive Behavior Therapy Effectiveness in Reducing Students Public Speaking Anxiousness." *Jurnal Psikologi* 10, no. 1 (2017): 64–73.
- Gultom, Junifrius. "Mendengar Suara-Suara Lain: Dekonstruksi Paradigma Misi, Menjawab Tantangan Global Dan Tren Post Modernitas." In *Pemimpin Yang Mengembangkan Jemaat Misioner*, edited by Frans Pantan, 195. 1st ed. Jakarta: Departemen Theologia dan Pendidikan BPH & STT Kharisma, 2009.
- Hosea, Amos. "Merekayasa Model-Model Baru Misi Kristen Dalam Tantangan Arus Globalisasi Dan Perkembangan Teknologi Informasi Mutakhir." In *Pemimpin Yang Mengembangkan Jemaat Misioner*, edited by Frans Pantan, 231. 1st ed. Jakarta: Departemen Theologia dan Pendidikan BPH & STT Kharisma, 2009.
- Johni Hardori. "Pola Asuh Orangtua Dalam Memperkenalkan Yesus Kristus Kepada Anak Batita." *Edukasi: Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 1 (2008): 65–85.
- . "The Lost of Pastoral Ministry." In *Reaffirming Our Identity*, 285. Jakarta: STT Bethel Indonesia, 2014.
- Mahfud, Muhammad Nuhman, and Aprilya Wulansari. "Penggunaan Gadget Untuk Menciptakan Pembelajaran Yang Efektif." In *Seminar Nasional Pendidikan*, 58–63, 2018.
- Marbun, Purim . "Gereja Sebagai Pusat Pendidikan Jemaat." In *Reaffirming out Identity: Isu-Isu Terpilih Menjawab Perubahan Sekaligus Mempertahankan Identitas*, edited by Frans Pantan and Junifrius Gultom. Jakarta: Bethel Press, 2104.
- Nizar, Al, and Siti Hajaroh. "Pengaruh Intensitas Penggunaan Game Gadget Terhadap Minat Belajar Siswa." *El Midad: Jurnal PGMI* 11, no. 2 (2019): 169–192.
- Nugroho, Fibry Jati. "Pendampingan Pastoral Holistik: Sebuah Usulan Konseptual Pembinaan Warga Gereja." *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili dan Pembinaan Warga Jemaat* 1, no. 2 (2017): 139.
- Pakpahan, Gernaida Krisna R.

- “Keselamatan: Suatu Pemaparan Singkat Tentang Keselamatan.” In *Guru Teolog Dan Pemimpin Yang Membagi Hidup*, edited by Frans Pantan and Stephano Ambesa, 225. 1st ed. Jakarta: Gereja Bethel Indonesia Jemaat Eben Haezer, Seminari Bethel& Departemen Media Litbang BPH GBI, 2008.
- Pantan, Frans. “Metafisika Pendidikan Iman Di Gereja.” *Diegesis: Jurnal Teologi* (n.d.).
- . “Ontologi Pendidikan Iman Kristen.” In *Education for Change*, edited by Junifrius Gultom. Jakarta: Bethel Press, 2017.
- Pantan, Frans, and Eli Sabet Kristin Natalia. “Pengaruh Pelaksanaan Pendidikan Agama Kristen Bagi Anak Usia 7-12 Tahun Terhadap Perilaku Disiplin Anak Di Sekolah Minggu.” *Edukasi: Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 10, no. 1 (2012): 1–20.
- Rosiyanti, Hastri, and Rahmita Nurul Muthmainnah. “Penggunaan Gadget Sebagai Sumber Belajar Mempengaruhi Hasil Belajar Pada Mata Kuliah Matematika Dasar.” *FIBONACCI: Jurnal Pendidikan Matematika dan Matematika* 4, no. 1 (2018): 25.
- Sitompul, Ronal Paul. “Pelayanan Pemuda Di Era Teknologi Digital.” *Sekolah Tinggi Teologi Torsina Surakarta* (2015).
- Sumarno, Yuel. “Strategi Paikem Terpadu Sebagai Sarana Membawa Perubahan Dalam Bidang Pendidikan Agama Kristen.” In *Education For Change*, edited by Frans Gultom, 199. 1st ed. Jakarta: Bethel Press, 2017.
- Susanti, Henny dwi. “How To Track Baby Feedings’ Penerapan Model Dokumentasi Dengan Menggunakan Software Sebagai Upaya Meningkatkan Pertumbuhan Dan Perkembangan Pada Bayi.” *Jurnal Keperawatan* 5, no. 2 (2014): 142–153.
- Tapiheru, George. “Peranan Roh Kudus Dalam Pekabaran Injil.” In *Guru Teolog Dan Pemimpin Yang Membagi Hidup*, edited by Frans Pantan and Ambesa, Stephano A, 135. 1st ed. Jakarta: Gereja Bethel Indonesia Jemaat Eben Haezer, Seminari Bethel& Departemen Media Litbang BPH GBI, 2008.
- Widya, Rika. “Dampak Negatif Kecanduan Gadget Terhadap Perilaku Anak.” *Jurnal Abdi Ilmu* 13, no. 1 (2020): 29–34.

Windy. "Cuplikan 09 : Penggunaan  
Gadget Pada Anak — 2 Jam Sudah  
Terlalu Lama." *ICT - Information  
Communication Technology,  
Technology.*

Wiryasaputra, Totok S, and Rini  
Handayani. *Pengantar Kedalam  
Konseling Pastoral.* Salatiga:  
Asosiasi Konselor Pastoral  
Indonesia, 2013.