




# Psychocentrum Review

ISSN 2656-8454 (Electronic) | ISSN 2656-1069 (Print)  
Editor:  Maria Oktasari

Publication details, including author guidelines

URL: <http://journal.unindra.ac.id/index.php/pcr/about/submissions#authorGuidelines>

Layanan Penguasaan Konten Dengan Pendekatan  
Mujahadah Untuk Mereduksi Kecanduan Smartphone Pada  
Anak

**Agung Tri Prasetya, Dosi Juliawati, Suci Monitya Pratiwi**  
Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Jambi, Indonesia

---

## Article History

Received : 17 March 2022

Revised : 06 July 2022

Accepted : 26 July 2022

## How to cite this article (APA 6<sup>th</sup>)

Prasetya, A T, Juliawati, D & Pratiwi, S M. (2022). Layanan Penguasaan Konten Dengan Pendekatan Mujahadah Untuk Mereduksi Kecanduan Smartphone Pada Anak. *Psychocentrum Review*, 4(2), 218-227. DOI: 10.26539/pcr.42967

The readers can link to article via <https://doi.org/10.26539/pcr.42967>

## Correspondence regarding this article should be addressed to:

Agung Tri Prasetya, Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Jambi, Indonesia and E-mail: [agungprasetya04@gmail.com](mailto:agungprasetya04@gmail.com)

---

SCROLL DOWN TO READ THIS ARTICLE

Universitas Indraprasta PGRI (as Publisher) makes every effort to ensure the accuracy of all the information (the "Content") contained in the publications. However, we make no representations or warranties whatsoever as to the accuracy, completeness, or suitability for any purpose of the Content. Any opinions and views expressed in this publication are the opinions and views of the authors, and are not the views of or endorsed by Universitas Indraprasta PGRI. The accuracy of the Content should not be relied upon and should be independently verified with primary sources of information.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Copyright by Prasetya, A T, Juliawati, D & Pratiwi, S M (2022)

The authors whose names are listed in this manuscript declared that they have NO affiliations with or involvement in any organization or entity with any financial interest (such as honoraria; educational grants; participation in speakers' bureaus; membership, employment, consultancies, stock ownership, or other equity interest; and expert testimony or patent-licensing arrangements), or non-financial interest (such as personal or professional relationships, affiliations, knowledge or beliefs) in the subject matter or materials discussed in this manuscript. This statement is signed by all the authors to indicate agreement that the all information in this article is true and correct.

---

Original Article

## Layanan Penguasaan Konten Dengan Pendekatan Mujahadah Untuk Mereduksi Kecanduan Smartphone Anak

Agung Tri Prasetya<sup>1\*</sup>, Dosi Juliawati<sup>2</sup>, Suci Monitya Pratiwi<sup>3</sup>

Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Jambi, Indonesia


---

**Abstract.** Layanan Penguasaan Konten pendekatan Mujahadah melatih peserta layanan untuk bersungguh-sungguh memperbaiki kebiasaan yang tidak baik. Penelitian ini bertujuan untuk Menguji perbedaan kondisi kecanduan *Smartphone* sebelum dan sesudah dilaksanakan layanan penguasaan konten. Metode yang digunakan di dalam penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif pendekatan eksperimen dengan desain one group pretest and posttest design untuk mengungkapkan data sebelum eksperimen (01) dan sesudah eksperimen (02). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah anak-anak usia 7-12 tahun yang berdomisili di Desa Pelayang Raya. Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampling yang berjumlah 10 orang anak. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala kecanduan *Smartphone*. Data hasil penelitian di analisis menggunakan uji *wolcoxon*. Dari hasil penelitian menunjukkan Perbedaan kondisi kecanduan *Smartphone* sebelum dan sesudah dilaksanakan layanan penguasaan konten dengan pendekatan mujahadah memberikan pengaruh yang positif dengan berkurangnya kecanduan *Smartphone* membuat anak mulai fokus dalam menjalankan pendidikan. Implikasinya dalam pelaksanaan layanan Bimbingan Konseling memperkaya gaya pelaksanaan layanan yang identik dengan studi keislaman.

---

**Keywords:** Penguasaan Konten, Mujahadah, *Smartphone*, Anak

Correspondence author: Agung Tri Prasetya, [agungprasetya04@gmail.com](mailto:agungprasetya04@gmail.com), Sungai Penuh, Jambi, Indonesia

 This work is licensed under a CC-BY-NC

---

### Pendahuluan

Dalam Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK) semakin dekat dengan perkembangan zaman. Perkembangan tersebut menghasilkan berbagai aplikasi Media sosial yang selalu diburu dari hari kehari. Salah satu dari aplikasi media sosial itu adalah *game online, tiktok, youtube* (Rozalia, 2017). *Smartphone* sangat berdampak pada pola kehidupan manusia baik dari segi pola pikir, pola rasa maupun pola perilaku. Penggunaan *Smartphone* dalam kehidupan sehari-hari tidak hanya berdampak pada pikiran, rasa dan perilaku orang dewasa, tetapi anak-anak pun tidak luput dari dampaknya (Pebriana, 2017).

Sesuai dengan perkembangannya saat ini penggunaan *Smartphone* lebih banyak dikonsumsi oleh anak-anak usia Sekolah Dasar dan Menengah, karena bagi mereka *Smartphone* tidak hanya merupakan alat elektronik yang digunakan untuk media informasi, tetapi juga untuk media belajar, bahkan menjadi media hiburan (bermain). *Smartphone* juga dapat berdampak positif bagi penggunaannya, yaitu berkembangnya imajinasi, melatih kecerdasan, meningkatkan rasa percaya diri, dan mengembangkan kemampuan memecahkan

masalah. Sebaliknya *Smartphone* juga bisa berdampak negatif yang sangat kuat sekali, antara lain dapat memutuskan hubungan atau interaksi sosial, dapat berakibat pada menurunnya prestasi belajar, bahkan dapat merusak kesehatan kesehatan fisik (misalnya mata) dan mental penggunaannya (Aswadi, 2019).

Hasil penelitian Hasanah (2007) mengatakan bahwa kehadiran *Smartphone* terhadap anak-anak bisa berdampak pada perubahan fisik. Sedangkan untuk dampak psikologis, antara lain menghindari bersosialisasi dengan lingkungan, cenderung memilih relasi kurang baik dengan orang tua, mudah bosan, sukar berkonsentrasi pada kehidupan nyata. Berdampak pada kemampuan menganalisa permasalahan. Otak kanan tidak berkembang pesat (mempengaruhi daya ingat dan perhatian) menjadi salah satu demansia dini dan bahkan gangguan mental.

Dari beberapa pendapat diatas dapat dipahami bahwa semakin berkembangnya zaman dengan adanya alat teknologi seperti *smarthone* dapat menimbulkan manfaat bagi penggunaannya dan dapat pula menimbulkan mudharat bagi yang tidak bisa menggunakannya dengan baik. Penelitian yang mengimplemetasikan *Smartphone addiction scale* (SAS) di Arab Saudi menunjukkan adanya peningkatan penggunaan *Smartphone* sejak tahun 2010 dan juga terjadi pada ana-anak usia sekolah dasar, sedangkan di Tiongkok, penggunaan *Smartphone* dimulai sejak anak berusia 3 tahun (El Khesky, dkk, 2022);(Zhang, dkk, 2022). selain itu, observasi yang penulis lakukan pada tanggal 23 Maret 2021 di Desa Pelayang Raya, dengan adanya *Smartphone* anak-anak usia 7 sampai 12 tahun yang seharusnya dalam masa bermain dengan teman-temannya sekarang karena adanya *smarthphone* mereka jadi beralih fokus dengan teknologi yang mereka gunakan. Sehingga jika mereka sudah keasikan bahkan kecanduan untuk bermain *smarthphone*, maka mereka tidak akan perhatian lagi dengan orang-orang yang ada di sekeliling mereka dan yang lebih mengkhawatirkan lagi mereka ini sudah lupa dengan tanggung jawab mereka sebagai anak seperti, yang seharusnya mereka membantu pekerjaan orang tua dirumah tetapi tidak lagi di lakukan karena sudah keasikan bermain *smarthphone*. Agar menjadi pribadi yang baik, anak-anak selain memiliki keterampilan juga harus memiliki kemampuan bersosialisasi. Perkembangan sosial biasanya dimaksudkan sebagai perkembangan tingkah laku anak dalam menyesuaikan diri dengan aturan-aturan yang berlaku didalam masyarakat dimana anak berada.

Selain fungsi diatas, pendampingan orang tua dan keinginan yang kuat dari dalam diri anak untuk terlepas dari kecanduan *Smartphone*. Kesungguhan tersebut sering juga disebut dengan *Mujahadah*. Berdasarkan dalam kamus bahasa arab kata *Mujahadah* mempunyai arti sungguh-sungguh berjuang (Yunus, 1989). *Mujahadah* adalah kelanjutan dari perjuangan fisik dan intelektual, yaitu perjuangan rohani. Imam Al-Ghazali mengungkapkan *Mujahadah* satu jam lebih utama dari pada beribadah (formalitas) setahun, itu artinya *Mujahadah* merupakan puncak pengabdian seorang hamba kepada Tuhannya karena *Mujahadah* adalah perjuangan yang menggunakan unsur batin atau qalbu (Al-Qalam, 2003). Pelaksanaan prinsip mujahadah dalam pelayanan sosial memberikan kesadaran yang penuh pada klien, hal ini terjadi karena latihan-latihan yang diterapkan berdasarkan kesadaran penuh dari klien (Firmansyah dan Hawadi, 2022)

Berubahnya sikap seseorang terhadap lingkungannya karena pengaruh *Smartphone* senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Mujib yang mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa anak yang kecanduan *Smartphone* akan merubah sikap dan perilaku sosialnya terhadap lingkungannya, seperti ketika berbicara tidak memperhatikan teman bicara, tidak mengulangi pelajaran, suka melanggar peraturan (Mujib, 2013). *Mujahadah* sebagai solusi untuk terlepas dari kecanduan atau perilaku negatif terungkap dalam penelitan yang dilakukan oleh Yusuf (2017) yang mengungkapkan bahwa *Mujahadah* penting bagi seseorang karena apabila seseorang berhasil melawan dorongan negatif dari dalam dirinya maka tindak kejahatan bisa ditekan. Penjelasan tersebut dikuatkan dengan hasil observasi awal yang penulis lakukan di Desa Pelayang Raya. ZPM (10 tahun) menjelaskan “saya merasa senang lebih cepat pulang sekolah, karena saya bisa main hp di kamar hingga sore hari, saya bisa main game sepuasnya“ penulis melihat bahwa anak-anak menghabiskan waktunya dengan

bermain *Smartphone*, sehingga tidak mau membantu orang tua, malas mengulang pelajaran dirumah, mudah marah jika tidak bisa bermain, bahkan sanggup tidak istirahat hanya untuk bermain *Smartphone*.

Salah satu solusi dan layanan yang nantinya akan digunakan dalam penelitian ini adalah layanan penguasaan konten yaitu merupakan layanan bantuan kepada individu atau anak untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Kemampuan atau kompetensi yang dipelajari itu merupakan satu unit konten yang didalamnya terkandung fakta dan data, hukuman dan aturan, nilai, persepsi, sikap dan tindakan yang terkait didalamnya. Layanan penguasaan konten membantu individu menguasai aspek-aspek tersebut secara tersinergikan. Dengan penguasaan konten, individu diharapkan mampu memiliki sesuatu yang berguna untuk memenuhi kebutuhannya serta mengatasi masalah-masalahnya (Nusantoro, 2014). Pemilihan layanan penguasaan konten didasari karena prinsip latihan yang ada pada pelayanan dan pada mujahadah juga mengutamakan pembiasaan dari latihan-latihan. Dua hal ini juga memberikan dampak yang baik pada proses pereduksian kecanduan yang dilakukan dengan prinsip pembiasaan. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Susanti, Tobing dan Burhanuddin (2020) menjadikan layanan penguasaan konten sebagai upaya menghilangkan kecanduan menyontek siswa memberikan gambaran bahwa layanan ini tepat untuk digunakan dalam mereduksi bahkan menghilangkan kecanduan. Penelitian ini bertujuan untuk Menguji perbedaan kondisi kecanduan *Smartphone* sebelum dan sesudah dilaksanakan layanan penguasaan konten

## Metode Penelitian

### Partisipan

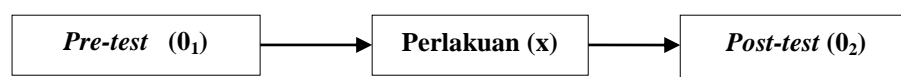
Penelitian ini dilakukan di Desa Pelayang Raya Kecamatan Sungai Bungkal Kota Sungai Penuh Sungai Penuh. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah anak-anak usia 7-12 tahun di Desa Pelayang Raya yang berjumlah 10 orang

### Instrumen

Instrumen penelitian ini dikembangkan dengan menggunakan teori kecanduan *Smartphone* pada anak usia dini yang dikembangkan oleh Nawangsari (2019); 1) Anak-anak yang menghabiskan waktunya minimal 45 menit untuk sekali bermain *Smartphone* dan itu dilakukan hingga 2-3 kali bermain dalam satu hari. 2) Anak akan menjadikan *Smartphone* sebagai syarat untuk melakukan sesuatu, sehingga apabila tidak diberikan anak tersebut akan menangis bahkan mengamuk seperti melempar barang, membentak dan sebagainya. 3) Ketika anak meminta *Smartphone* dan tidak diberikan, anak akan memunculkan ekspresi marah. Instrumen kemudian dikembangkan bersama tiga ahli dan setelah itu dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas terhadap anak usia 7-12 tahun sebelum diberikan kepada sampel penelitian yang telah ditetapkan. Adapun hasil pengembangan instrumen mengeliminasi 7 dari 25 pernyataan dalam instrumen

### Prosedur Penelitian

Waktu penelitian dilakukan selama 7 pertemuan di bulan September – Desember 2021. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan jenis penelitian kuantitatif dalam bentuk pendekatan eksperimen. Penelitian ini menggunakan *one group pretest and posttest design*.



Gambar 1. Pola Pretest dan Posttest

Keterangan :

$O_1$  :Pengukuran pertama (*Pre-test*)

**X** :Pemberian layanan (Perlakuan)

**O<sub>2</sub>** :Pengukuran pertama (*Post-test*)

Konten yang dilatihkan meliputi; 1) Kiat menghadapi sesuatu yang tidak kita inginkan, 2) Kiat menunda rasa puas, 3) Kiat menghadapi peristiwa dengan pertimbangan objektif, 4) Kiat menafsirkan peristiwa dengan penilaian positif, dan 5) Bertanggung jawab terhadap keputusan. Pelaksanaan pendekatan mujahadah dilakukan di setiap layanan, tepatnya dilakukan sebelum tahap penutup.

### Analisis Data

Uji hipotesis penelitian ini menggunakan uji beda non parametrik, tepatnya menggunakan uji *Wilcoxon rank* yang menguji perbedaan dua kelompok data atau lebih pada sampel tunggal (Prasetia.2021)

## Hasil Dan Pembahasan

### Hasil

#### Deskripsi Data

Kondisi kecanduan *Smartphone* pada anak sebelum dilaksanakan layanan penguasaan konten dengan pendekatan Mujahadah dapat dilihat dengan tampilan data sebagai berikut:

Tabel 1. Rekapitulasi hasil pengumpulan data *pretest*

No	Inisial	Indikator 1		Indikator 2		Indikator 3		Jumlah	
		Skor	Kriteria	Skor	Kriteria	Skor	Kriteria	Skor	Kriteria
1	AS	18	Sedang	20	Sedang	27	Sangat Tinggi	65	Tinggi
2	MYR	19	Sedang	21	Tinggi	27	Sangat Tinggi	67	Tinggi
3	MR	26	Sangat Tinggi	24	Tinggi	21	Tinggi	71	Tinggi
4	NA	25	Tinggi	24	Tinggi	26	Sangat Tinggi	75	Tinggi
5	MFA	27	Sangat Tinggi	24	Tinggi	24	Tinggi	75	Tinggi
6	SNP	25	Tinggi	24	Tinggi	27	Sangat Tinggi	76	Sangat Tinggi
7	ARD	26	Sangat Tinggi	25	Tinggi	27	Sangat Tinggi	78	Sangat Tinggi
8	IRR	25	Tinggi	26	Sangat Tinggi	28	Sangat Tinggi	79	Sangat Tinggi
9	ZPM	30	Sangat Tinggi	30	Sangat Tinggi	23	Tinggi	83	Sangat Tinggi
10	KMA	30	Sangat Tinggi	30	Sangat Tinggi	24	Tinggi	84	Sangat Tinggi
Mean	25,1	Tinggi	24,8	Tinggi	25,4	Tinggi	75,3	Tinggi	

Berdasarkan tabel 1, dapat disimpulkan bahwa kondisi kecanduan *Smartphone* pada anak di Desa Pelayang Raya sebelum dilaksanakan layanan penguasaan konten sebagian besar berada pada kategori tinggi, dengan jumlah 5 orang dan sangat tinggi 5 orang. Hasil *pretest* memberikan gambaran kondisi anak di Pelayang Raya dalam kondisi kecanduan *Smartphone*.

Kondisi Kecanduan *Smartphone* pada Anak setelah Dilaksanakan Layanan Penguasaan Konten dengan Pendekatan Mujahadah yang diperoleh dari data *posttest* skala kecanduan

*Smartphone* pada remaja setelah diberikan layanan penguasaan konten sebanyak 7 kali pertemuan dapat dilihat sebagai berikut :

Tabel 2. Rekapitulasi hasil pengumpulan data *posttest*

No	Inisial	Indikator 1		Indikator 2		Indikator 3		Jumlah	
		Skor	Kriteria	Skor	Kriteria	Skor	Kriteria	Skor	Kriteria
1	AS	15	Rendah	15	Rendah	21	Tinggi	51	Sedang
2	MYR	16	Sedang	18	Sedang	22	Tinggi	56	Sedang
3	MR	20	Sedang	18	Sedang	18	Sedang	56	Sedang
4	NA	20	Sedang	20	Sedang	18	Sedang	58	Sedang
5	MFA	17	Sedang	20	Sedang	22	Tinggi	59	Sedang
6	SNP	18	Sedang	20	Sedang	21	Tinggi	59	Sedang
7	ARD	20	Sedang	20	Sedang	22	Tinggi	62	Tinggi
8	IRR	22	Tinggi	22	Tinggi	23	Tinggi	67	Tinggi
9	ZPM	23	Tinggi	23	Tinggi	22	Tinggi	68	Tinggi
10	KMA	24	Tinggi	24	Tinggi	21	Tinggi	69	Tinggi
	Mean	19,5	Sedang	20	Sedang	21	Tinggi	60,5	Sedang

Berdasarkan tabel 2, dapat disimpulkan bahwa kondisi kecanduan *Smartphone* pada anak di Desa Pelayang Raya setelah dilaksanakan layanan penguasaan konten sebagian besar berada pada kategori sedang dengan jumlah 6 orang, kemudian pada kategori Tinggi 4 orang.

### Perbedaan Kondisi Kecanduan *Smartphone* Sebelum dan Sesudah Dilaksanakan Layanan Penguasaan Konten dengan Pendekatan *Mujahadah*

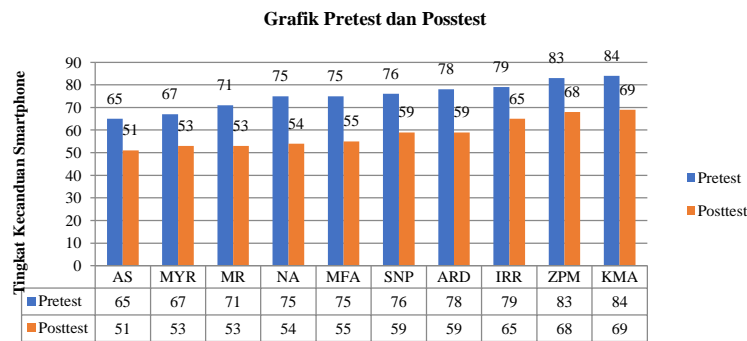
Pengaruh layanan penguasaan konten dengan pendekatan *mujahadah* untuk mereduksi kecanduan *Smartphone* pada anak di Desa Pelayang Raya dapat dilihat dari perbandingan tingkat kecanduan sebelum dilakukan layanan penguasaan konten dengan pendekatan *mujahadah* dan setelah dilakukan layanan penguasaan konten dengan pendekatan *mujahadah* dapat dilihat pada tabel 10 berikut :

Tabel 3. Hasil Perbandingan *Pretest* dan *Posttest* Kecanduan *Smartphone* Pada Anak

No	Inisial	<i>Pretest</i>	<i>posttest</i>	Skor penurunan
1	AS	65	51	14
2	MYR	67	53	14
3	MR	71	53	18
4	NA	75	54	21
5	MFA	75	55	20
6	SNP	76	59	17
7	ARD	78	59	19
8	IRR	79	65	14
9	ZPM	83	68	15
10	KMA	84	69	15
	N=10	$\Sigma=753$	$\Sigma=586$	$\Sigma=167$
	Rata-rata	75,3	58,6	16,7

Berdasarkan hasil perhitungan *pretest* terhadap 10 sampel tersebut didapat hasil rata-rata kecanduan *Smartphone* tinggi anak dengan nilai  $753:10 = 75,3$ . Setelah diberikan layanan penguasaan konten dengan pendekatan *mujahadah* untuk mereduksi kecanduan *Smartphone* anak cenderung menurun dengan angka  $586:10 = 58,6$ , dengan skor penurunan sebesar 36,05. Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan penguasaan konten dengan pendekatan *mujahadah* efektif untuk mengurangi perilaku kecanduan *Smartphone* pada anak, dilihat dari perubahan

yang terjadi sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Untuk lebih jelas, penurunan kecanduan *Smartphone* berdasarkan hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada gambar 2 berikut :



Gambar 2. Grafik *pretest* dan *posttest* layanan penguasaan konten dengan pendekatan *mujahadah* untuk mereduksi kecanduan *Smartphone*

Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* untuk mereduksi kecanduan *Smartphone* pada anak, perhitungan perilaku kecanduan *Smartphone* dilakukan dengan menggunakan *SPSS (Statistical product and service solution)for windous release 20*, didapat hasil sebagai berikut :

Tabel 11. Hasil *SPSS Ranks*

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
posttest – pretest	Negative Ranks	10 <sup>a</sup>	55.00
	Positive Ranks	0 <sup>b</sup>	.00
	Ties	0 <sup>c</sup>	
	Total	10	

Pada tabel diatas dapat dilihat terjadinya penurunan skor kecanduan yang dialami oleh anak di Desa Pelayang Raya dengan rata-rata penurunan sebesar 5,50 dan terjadi pada semua sampel penelitian.

Tabel 12. Hasil Uji *Wilcoxon*

	posttest – pretest
Z	-2.812 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005

Pengambilan keputusan berdasarkan *output “Test Statistic”* diketahui bahwa nilai *Asymp.Sig (2-tailed)* sebesar  $0.01 < 0,05$ . Ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada perbedaan kondisi kecanduan *Smartphone* pada anak sebelum dan setelah diberikan layanan penguasaan konten dengan pendekatan *mujahadah*. Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan penguasaan konten dengan pendekatan *mujahadah* dapat mereduksi kecanduan *Smartphone* pada anak di Desa Pelayang Raya.

## Pembahasan

### Kecanduan *Smartphone* pada Anak di Desa Pelayang Raya sebelum Dilaksanakan Layanan Penguasaan Konten dengan Pendekatan Mujahadah

Secara umum tingkat kecanduan *Smartphone* di Desa Pelayang raya sebelum di berikan layanan berada pada kategori tinggi, penulis melihat terdapat anak-anak yang seharusnya dalam masa bermain dengan teman-temannya sekarang karena adanya *Smartphone* mereka jadi beralih fokus dengan teknologi yang mereka gunakan. Sehingga jika mereka sudah keasikan bahkan kecanduan untuk bermain *Smartphone*, maka mereka tidak akan perhatian lagi dengan orang-orang yang ada di sekeliling mereka dan yang lebih mengkhawatirkan lagi mereka ini sudah lupa dengan tanggung jawab mereka sebagai anak seperti, yang seharusnya mereka membantu pekerjaan orang tua dirumah tetapi tidak lagi di lakukan *Smartphone* sehingga ia mendapatkan hukuman saat disekolah, anak yang menjadikan *Smartphone* sebagai alat untuk bermain game yang membuat mereka kecanduan sampai lupa kalau *Smartphone* juga bisa digunakan untuk belajar, anak-anak setelah pulang sekolah lebih memilih untuk diam dirumah seharian bermain *Smartphone* dari pada keluar rumah bermain bersama teman atau dirumah untuk membantu pekerjaan orang tua. (Nawangsari:2019); (Firmansyah:2021)

Kondisi ini juga dapat dijelaskan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya keinginan untuk menyendiri dan mengisolasi diri yaitu karena anak tidak menyadari tanggung jawab sebagai seorang pelajar maupun seorang anak dan lebih memilih untuk bermain dengan diri sendiri atau dengan *Smartphon*nya di kamar (Manimaran. 2022; Gong: 2022). Selain itu, kecanduan *Smartphone* juga dapat terjadi ketika anak tidak menyadari adanya norma yang harus dipatuhi terhadap orangtua, tidak membentak orangtua dan membantu orangtua sebagai bentuk rasa menyayangi orangtua. (Bae: 2022); (Geng: 2022) Sedangkan hal-hal yang terkait dengan intensitas waktu penggunaan *Smartphone* bagi anak usia 7 – 10 tahun tidak lebih dari 30 menit di waktu pagi, 30 menit di waktu siang dan 30 menit di waktu malam. (Morikawa: 2022); (Keshky: 2022); (Freitas: 2022)

### Kondisi Kecanduan *Smartphone* pada Anak di Desa Pelayang Raya Setelah Dilaksanakan Layanan Penguasaan Konten

Kondisi kecanduan *Smartphone* pada anak di Desa Pelayang Raya setelah dilaksanakan layanan penguasaan konten sebagian besar berada pada kategori Sedang dengan jumlah 6 orang, kemudian pada kategori Tinggi 4 orang. Hal ini menunjukkan bahwa pelaksanaan layanan penguasaan konten dapat mengurangi tingkat kecanduan *smarthone* pada anak. Catatan khusus bagi penulis adalah, penurunan skor yang dialami oleh anak-anak di Desa Pelayang Raya terjadi karena pemberian latihan dalam layanan Penguasaan Konten dengan pendekatan mujadah menanamkan rasa kesadaran bagi anak bahwa menggunakan *Smartphone* untuk game ataupun sosial media yang berlebihan memberikan dampak negatif pada dirinya, terutama pada fisik, mental dan sosial (Firmansyah: 2022). Efek negatif yang diperoleh juga akan mengakibatkan anak kehilangan kesadaran akan dirinya bahkan tidak sedikit yang dianggap mengalami gangguan mental dan harus diberikan obat yang berjenis psikotropika (Nawangsari: 2019) Selain itu penurunan skor juga disebabkan oleh adanya kontribusi orangtua (parental) sebagai pengawas kegiatan-kegiatan latihan dalam penguasaan konten memberikan pengetahuan kepada orangtua untuk dapat mengawasi anaknya dengan sebaik-baiknya terutama dalam penggunaan *Smartphone* yang berlebihan (Freitas: 2022); (Wu: 2022). layanan penguasaan konten merupakan suatu layanan bantuan kepada individu baik sendiri maupun dalam kelompok untuk menguasai kemampuan atau kompetisi sesuatu tertentu melalui kegiatan belajar (Prayitno: 2012).



## Perbedaan Layanan Penguasaan Konten dengan Pendekatan *Mujahadah* terhadap Kecanduan *Smartphone* pada Anak di Desa Pelayang Raya

Secara umum tingkat kecanduan *Smartphone* di Desa Pelayang Raya sebelum diberikan layanan berada pada kategori tinggi kemudian setelah diberikan layanan tingkat kecanduan *Smartphone* pada anak di Desa Pelayang Raya berada pada kategori sedang. Dalam penelitian ini layanan penguasaan konten digunakan untuk mereduksi kecanduan *Smartphone*. Adapun tujuan dari layanan penguasaan konten adalah dikuasainya suatu konten tertentu. Penguasaan konten ini perlu bagi individu atau klien untuk menambah wawasan atau pemahaman, mengarahkan penilaian dan sikap, menguasai cara-cara atau kebiasaan tertentu, untuk memenuhi kebutuhannya dan mengatasi masalah-masalahnya. Dengan penguasaan konten yang dimaksud itu individu yang bersangkutan lebih mampu menjalani kehidupannya secara efektif. layanan penguasaan konten dapat dilihat pertama dari kepentingan individu atau klien mempelajarinya dan kedua dari isi konten itu sendiri (Manimaran: 2022); (Susanti: 2022)

Menurut Chun (2022) remaja yang memiliki *handphone* sangat berpengaruh terhadap pola pemikiran mereka. Kemajuan teknologi menciptakan nilai-nilai, norma, kebudayaan, gaya hidup dan ideologi baru bagi remaja dan masyarakat desa. Mereka jadi malas untuk bersosialisasi, luntarnya jiwa sosial, perubahan pola interaksi sehingga tidak ada bedanya antara masyarakat pedesaan dengan masyarakat kota. Oleh sebab itu, peran orang tua, dan guru sangat penting bagi anak usia dini, karena penggunaan *Smartphone* bisa berdampak positif dan negatif bagi anak terhadap perilakunya. (Chun: 2022); (Morikawa: 2022); (Bae: 2022); (Maniraman. 2022).

## Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan diatas, dapat disimpulkan berdasarkan hasil perhitungan *pretest* dari sampel tersebut didapat hasil rata-rata kecanduan *Smartphone* tinggi anak. Setelah diberikan layanan penguasaan konten dengan pendekatan *mujahadah* untuk mereduksi kecanduan *Smartphone* anak cenderung menurun karena kemampuan atau kompetensi yang dipelajari itu merupakan satu unit konten yang didalamnya terkandung fakta dan data ,hukuman dan aturan, nilai, persepsi, sikap dan tindakan yang terkait didalamnya. Layanan penguasaan konten membantu individu menguasai aspek-aspek tersebut secara tersinergikan. Dengan penguasaan konten, individu diharapkan mampu memiliki sesuatu yang berguna untuk memenuhi kebutuhannya serta mengatasi masalah-masalahnya. Jadi dapat disimpulkan bahwa layanan penguasaan konten dengan pendekatan *mujahadah* efektif untuk mengurangi perilaku kecanduan *Smartphone* pada anak, dilihat dari perubahan yang terjadi sebelum dan sesudah diberikan *treatment*.

## Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih pada Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan penelitian ini.

## Daftar Pustaka

- Abu Fajar Al-Qalami, (2003). Ringkasan Ihya 'Ulumudin Imam Al-Ghazali, Gitamedia Press.
- Al-Qalami, Abu Fajar. (2003). *Ringkasan Ihya 'Ulumudin Imam Al-Ghazali*. Gitamedia Press.
- Anggarwati, M D. (2019). "Pendidikan Nilai Karakter Dan Spiritual Berbasis Komunitas Di

- Mi Miftahul Huda Dono-Sendang Kabupaten Tulungagung.” ... (*Jurnal Ilmiah Pendidikan Islam*).
- Bae, Eun Jung, dkk. (2022). Problematic *Smartphone* use and functional somatic symptoms among adolescents: Mediating roles of depressive symptoms and peer relationships by gender. *Archives of Psychiatric Nursing*. Volume 40. Pages 25-31. ISSN 0883-9417. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2022.04.003>.
- Chun, Yoon-Young, dkk. (2022). What will lead Asian consumers into circular consumption? An empirical study of purchasing refurbished *Smartphones* in Japan and Indonesia. *Sustainable Production and Consumption*. ISSN 2352-5509. <https://doi.org/10.1016/j.spc.2022.06.015>.
- Firmansyah, R., & Hawadi, L. F. (2022). Application of Al-Ghazali's Excellence Model and Coaching Psychology to Improve the Psychological Well-Being of Low-Income Families. *KnE Social Sciences*, 604-614.
- Freitas, Bruna Hinnah Borges Martins de, dkk. (2022). Relationship between Lifestyle and Self-Reported Smartphone Addiction in adolescents in the COVID-19 pandemic: A mixed-methods study. *Journal of Pediatric Nursing*. Volume 65. Pages 82-90. ISSN 0882-5963. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2022.03.001>.
- Geng, Jingyu, dkk. (2022). Does childhood maltreatment increase the subsequent risk of problematic Smartphone use among adolescents? A two-wave longitudinal study. *Addictive Behaviors*. Volume 129. ISSN 0306-4603. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107250>.
- Gong, Jian, dkk. (2022). How parental Smartphone addiction affects adolescent *Smartphone* addiction: The effect of the parent-child relationship and parental bonding. *Journal of Affective Disorders*. Volume 307. 2022. Pages 271-277. ISSN 0165-0327. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.04.014>.
- Hasanah, Muhimmatul. (2017). “Pengaruh Gadget Terhadap Kesehatan Mental Anak.” *Indonesian Journal Of Islamic Early Childhood Education*.
- Keshky, Mogada El Sayed El dan Mohammed Salem Al-Qarni, Abeer Hussain Khayat. (2022) Adaptation and psychometric properties of an Arabic version of the Smartphone addiction scale (SAS) in the context of Saudi Arabia. *Addictive Behaviors*. Volume 131. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2022.107335>.
- Manimaran, V.N. Sastry, N.P. Gopalan, (2022). SBTDDL: A novel framework for sensor-based threats detection on Android Smartphones using deep learning. *Computers & Security*. Volume 118. ISSN 0167-4048. <https://doi.org/10.1016/j.cose.2022.102729>.
- Morikawa, Masanori, dkk.(2022). Association of social isolation and *Smartphone* use on cognitive functions. *Archives of Gerontology and Geriatrics*. Volume 101. 104706. ISSN 0167-4943. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2022.104706>.
- Mujib, Muhammad. (2013). “Pengaruh Penggunaan Internet Terhadap Hasil Belajar Siswa Sekolah Menengah Atas Di Kota Yogyakarta.” *Journal Of Petrology*.
- Nawangsari, Dyah. “Pola-Pola Sophistikasi Dalam Penyalahgunaan Gadget Di Kalangan Anak (Telaah Terhadap Penyimpangan Perilaku Anak Akibat Penggunaan Teknologi Informasi).” *An-Nisa': Jurnal Kajian Perempuan Dan Keislaman*, 2019. <https://doi.org/10.35719/Annisa.V12i1.12>
- Pebriana Putri Hana. (2017) “Analisis Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Pada Anak Usia Dini.” *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. <https://doi.org/10.31004/Obsesi.V1i1.26>.
- Prasetia, A. (2021). Religious Counseling Dzikir untuk Mengatasi Kecemasan tentang Kematian Pasca Kecelakaan. *Jurnal Al-Shifa Bimbingan Konseling Islam*, 2(2), 74 - 80. doi:10.32678/alshifa.v2i2.5112
- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan Dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang : Fakultas Ilmu Pendidikan UNP.
- Ridha, Andi Ahmad.(2019) “Penerapan Konselor Sebaya Dalam Mengoptimalkan

- Fungsi Layanan Bimbingan Konseling Di Sekolah.” *Jurnal Psikologi*.  
<https://doi.org/10.24014/Jp.V15i1.6549>.
- Rozalia, Maya Ferdiana. (2017). “Hubungan Intensitas Pemanfaatan Gadget Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V Sekolah Dasar.” *Jurnal Pemikiran Dan Pengembangan Sekolah Dasar (Jp2sd)*,. <https://doi.org/10.22219/Jp2sd.Vol5.No2.722-731>.
- Susanti, A. T. F., Tobing, C. M. H., & Burhanudin, B. (2020). Layanan penguasaan konten teknik self management untuk menghilangkan kecanduan menyontek siswa SMK Pembangunan Jaya-Yakapi. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 387-393.
- Wu-Ouyang, Biying. (2022) Are Smartphones addictive? Examining the cognitive-behavior model of motivation, leisure boredom, extended self, and fear of missing out on possible Smartphone addiction. *Telematics and Informatics*. Volume 71. <https://doi.org/10.1016/j.tele.2022.101834>
- Yunus, H. Muhammad. (1989). “*Kamus Bahasa Arab-Indonesia*.” Jakarta: Hidakarya Agung.
- Yusuf, Kadar M. (2017). “Pembentukan Karakter Pribadi Melalui Mujahadah Dan Muraqabah.” *Al-Fikra : Jurnal Ilmiah Keislaman*,. <https://doi.org/10.24014/Af.V13i2.3998>.
- Zhang, Meng Xuan, Anise M.S. Wu. (2022). Effects of childhood adversity on Smartphone addiction: The multiple mediation of life history strategies and Smartphone use motivations. *Computers in Human Behavior*. Volume 134. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107298>