

PENGARUH TEKNIK KOMUNIKASI ASERTIF (*I-STATEMENT*) DALAM LAYANAN BIMBINGAN KELOMPOK UNTUK MEREDUKSI KONFLIK ORANG TUA-ANAK AKIBAT KECANDUAN GADGET

Eka Aryani^{1*}, Amelia Kristiana Dewi², Ayu Anggraini³, Divani Tya Ayuningsih⁴,
Mardiani Pewali⁵, Muhammad Dio Zidan Setyawan⁶, Yani Lasahido⁷,
Zahra Afina Puteri Waton⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8}Bimbingan dan Konseling, Universitas Mercu Buana Yogyakarta, Indonesia
eka@mercubuana-yogya.ac.id

ABSTRAK

Abstrak: Penggunaan gadget pada anak usia dini yang mencapai 33,44% telah memicu peningkatan konflik orang tua-anak akibat pola komunikasi yang menghakimi (*You-Message*) serta ketergantungan perangkat elektronik. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mereduksi konflik tersebut melalui penerapan teknik komunikasi asertif (*I-Statement*) dalam layanan bimbingan kelompok. Metode pelaksanaan melibatkan 25 peserta anggota Program Keluarga Harapan (PKH) di Desa Seyegan, Kabupaten Sleman, melalui tahapan penyuluhan materi "Kunci Keluarga Bahagia" serta simulasi pelatihan komunikasi asertif. Evaluasi efektivitas kegiatan diukur menggunakan instrument pre-test dan post-test dengan 10 butir pertanyaan yang mencakup aspek pemahaman komunikasi empati dan asertif. Hasil kegiatan menunjukkan adanya keberhasilan yang signifikan dalam meningkatkan pemahaman peserta, di mana rata-rata skor jawaban meningkat dari kategori rendah pada pre-test (skala 1-3) menjadi kategori tinggi pada post-test (skala 3-5). Berdasarkan analisis data, rata-rata skor poin meningkat dari 1,79 pada pre-test menjadi 4,11 pada post-test, yang menunjukkan persentase peningkatan pemahaman peserta sebesar 129,6%. Melalui bimbingan ini, peserta telah mampu mengidentifikasi dan mempraktikkan pola komunikasi sehat untuk mengatasi permasalahan anak yang sulit dinasehati akibat kecanduan gadget.

Kata Kunci: *I-Statement*; Bimbingan Kelompok; Konflik Orang Tua; Kecanduan Gadget.

Abstract: The use of gadgets in early childhood, which reached 33.44%, has triggered an increase in parent-child conflict due to judgmental communication patterns (*You-Message*) and dependence on electronic devices. This community service activity aims to reduce this conflict through the application of assertive communication techniques (*I-Statement*) in group guidance services. The implementation method involved 25 participants of the Family Hope Program (PKH) in Seyegan Village, Sleman, through the stages of counseling on the material "Keys to a Happy Family" and assertive communication training simulations. Evaluation of the effectiveness of the activity was measured using pre-test and post-test instruments with 10 questions covering aspects of understanding empathy and assertive communication. The results of the activity showed significant success in improving participant understanding, where the average answer score increased from the low category in the pre-test (scale 1-3) to the high category in the post-test (scale 3-5). Based on data analysis, the average point score increased from 1.79 in the pre-test to 4.11 in the post-test, which indicates a percentage increase in participant understanding of 129.6%. Through this guidance, participants have been able to identify and practice healthy communication patterns to overcome the problems of children who are difficult to advise due to gadget addiction.

Keywords: *I-Statement*; Group Guidance; Parent Conflict; Gadget Addiction.



Article History:

Received: 06-03-2026

Revised : 06-04-2026

Accepted: 10-04-2026

Online : 01-06-2026



This is an open access article under the
[CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

A. LATAR BELAKANG

Berdasarkan data BPS, ada pengguna gadget untuk anak usia dini di Indonesia sebanyak 33,44% dengan rincian 25,5% pengguna anak usia 0-4 tahun dan 52,76% anak usia 5-6 Tahun. Serta menurut survei Perlindungan Anak Indonesia, lebih dari 71,3% anak usia sekolah memiliki gadget dan cukup menyita waktunya bahkan setiap hari tidak dapat melepaskan gadgetnya, sehingga anak akan menjadi kecanduan dan bisa berdampak negatif pada perkembangan fisik, mental dan sosial mereka (Kanal, 2024). Dampak buruk penggunaan gadget pada anak antara lain anak menjadi pribadi tertutup, gangguan tidur, suka menyendiri, perilaku kekerasan, pudarnya kreativitas, dan ancaman *cyberbullying* (bpmpakb Pontianak, 2022). Dampak Negatif lainnya yaitu akan berpengaruh kepada proses belajarnya, jika siswa sering menggunakan gadget dengan berlebihan maka akan timbul permasalahan pada proses belajarnya (Nurmalasari & Wulandari Devi, 2018). Penggunaan gadget berlebihan akan mempengaruhi terhadap tingkat belajar siswa yaitu dari pada belajar menggunakan buku ia lebih memilih mengandalkan gadget (Darwin, 2023). Penggunaan teknologi gadget yang diberikan pada anak terkadang dapat menimbulkan kecemasan pada orang tua, sehingga bisa memicu konflik (Fitri et al., 2024). Berdasarkan penelitian, perhatian orang tua disekolah menengah pertama memiliki rata-rata 3,4833 memiliki relasi atau koneksi antar anggota pada kategori sedang (Aryani, 2021).

Melalui hasil observasi permasalahan yang umum dan sering terjadi, perkembangan anak akan meniru, sehingga perilaku kedua orang tuanya akan ditiru untuk menjadi model dan contoh (Herdiana & Santoso, 2024). Perkataan yang diucapkan merupakan kata-kata menyudutkan, menghakimi, mengancam dan mengintimidasi anak. Sehingga, anak memiliki tekanan dan gangguan mental seperti kecemasan, *anxiety*, *panic attack*, merasa tidak berharga, dan rasa takut berlebihan (Tedja, 2025). Dengan memiliki pengalaman baik dengan orang tua dan anggota keluarga lainnya, mereka belajar cara memperhatikan, mengendalikan, dan membicarakan perasaan mereka dengan cara yang sehat (Azizah, 2025). Sebaliknya, suasana keluarga yang tidak aman atau tidak mendukung, seperti pertengkaran yang berlangsung lama atau kurangnya komunikasi, dapat mempersulit anak-anak untuk mengendalikan perasaan mereka, (Muhhamad, 2021). Orang tua merasa bahwa anaknya kecanduan karena faktor lingkungannya yang memberikan pengaruh buruk sehingga anak tidak menurut kepada orang tua (Harris & Lee, 2024). Pengasuhan anak dalam keluarga tidak sekedar membimbing yang bersifat rutin, akan tetapi dapat berperan sebagai orang yang bertanggung jawab dalam memberikan dan menanamkan arah hidup kepada anaknya (Aryani & Laras, 2020).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan smartphone secara terus menerus dapat berkontribusi pada kecemasan serta gangguan komunikasi antara orang tua dan anak, serta munculnya tantangan dalam

pengelolaan emosi anak terkait penggunaan gadget yang berlebihan (Fauziyyah et al., 2023). Komunikasi orang tua yang kurang adaptif dalam pembatasan penggunaan gadget sering menjadi pemicu konflik, yang berujung pada ketegangan emosional dalam keluarga (Fauziyyah et al., 2023). Pola komunikasi keluarga menjadi faktor penting yang menentukan sejauh mana interaksi orang tua-anak dapat mendukung perkembangan psikososial anak di era digital (Nuvita Sari, 2023). Hasil deskriptif dari penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pernyataan "Saya-Anda" yang asertif dianggap lebih efektif dalam menyelesaikan konflik dan mempertahankan hubungan (Winer, 2024). Pola komunikasi yang mendukung keterbukaan dan saling berbagi perasaan terbukti berkorelasi dengan tingkat *assertiveness* yang lebih tinggi pada remaja, yang berimplikasi pada hubungan interpersonal yang lebih sehat di keluarga (Nakhaee et al., 2017). Di samping itu, penelitian intervensi melaporkan bahwa pelatihan asertif seperti *I-statements* dan teknik komunikasi asertif lainnya dapat meningkatkan keterampilan komunikasi pada serta pengelolaan konflik interpersonal anak dan orang tua, yang relevan dalam konteks *screen time* dan konflik digital anak di rumah (Wigunawati, et al., 2025).

Pemberian *statement* dapat bermanfaat bagi orang yang menawarkan perspektif untuk membantu mereka 'merasa didengar' (Brunyé, 2012). Pernyataan *I-Statement* memungkinkan semua anggota untuk mengungkapkan perasaan mereka dan lebih memahami bagaimana tindakan satu sama lain berdampak negatif pada individu lain dalam kelompok tersebut (DeWitt, 2024). Teknik ini menekankan pada cara mengungkapkan perasaan dan kebutuhan pribadi tanpa menyalahkan lawan bicara. Misalnya, mengganti kalimat "*Kamu selalu membuat rumah berantakan*" menjadi "*Saya merasa lelah ketika rumah berantakan karena saya ingin lingkungan yang rapi.*" Dengan cara ini, pesan yang disampaikan menjadi lebih asertif dan tidak menimbulkan sikap defensif (Rogers, 2018). Pernyataan yang mengkomunikasikan perspektif diri sendiri dan orang lain dinilai sebagai strategi terbaik untuk memulai diskusi konflik (Rogers, 2018). Dua aspek spesifik gaya bahasa yang direkomendasikan oleh para ahli teori sebagai taktik yang bermanfaat untuk meminimalkan permusuhan selama konflik: penggunaan bahasa "saya" alih-alih bahasa "kamu", dan mengomunikasikan perspektif (Hargie, 2011).

Berdasarkan permasalahan komunikasi yang telah dipaparkan, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman (mendidik) dan melatih keterampilan komunikasi masyarakat, khususnya kelompok ibu-ibu, melalui penerapan teknik komunikasi asertif *I-Statement*. Fokus utama dari kegiatan ini adalah membekali para orang tua dengan metode komunikasi yang konstruktif dan positif, guna membangun pola interaksi keluarga yang berbasis pada nilai empati, keterbukaan, dan jauh dari kesan menghakimi. Melalui penguatan

keterampilan ini, diharapkan para peserta mampu mengelola serta mereduksi potensi konflik antara orang tua dan anak secara efektif, terutama dalam menghadapi dinamika perbedaan pendapat maupun permasalahan perilaku anak di era digital. Tujuan jangka panjang dari kegiatan ini adalah terciptanya lingkungan keluarga yang harmonis dan suportif sebagai fondasi utama dalam pembentukan karakter anak di lingkungan masyarakat.

B. METODE PELAKSANAAN

Sosialisasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan warga Desa Seyegan, Kabupaten Sleman. Secara khusus, kegiatan ini ditujukan kepada ibu-ibu yang tergabung dalam anggota Program Keluarga Harapan (PKH). Adapun jumlah peserta yang terlibat aktif dalam seluruh rangkaian kegiatan ini sebanyak 25 orang. Pemilihan mitra ini didasarkan pada hasil observasi awal yang menunjukkan adanya kebutuhan mendesak bagi para orang tua untuk memiliki keterampilan komunikasi yang lebih baik dalam menghadapi anak-anak mereka yang mulai menunjukkan tanda-tanda kecanduan gadget.

Dalam pelatihan komunikasi asertif ini, kami menggunakan pendekatan bimbingan kelompok dengan beberapa teknik intervensi. Secara teknis, metode yang kami terapkan meliputi ceramah interaktif untuk menyampaikan konsep, simulasi atau bermain peran (*Role-Playing*) untuk mempraktikkan teknik *I-Statement*, serta diskusi kelompok untuk menganalisis kasus-kasus nyata yang dihadapi oleh para ibu di lapangan. Langkah-langkah pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dibagi menjadi tiga tahapan utama sebagai berikut:

1. Tahap Pra-Kegiatan

Pada tahap awal ini, tim melakukan observasi dan survei lapangan untuk mengidentifikasi kondisi nyata terkait konflik antara orang tua dan anak yang disebabkan oleh penggunaan gadget di Desa Seyegan. Selain itu, kami juga berkoordinasi dengan pengurus PKH setempat untuk perizinan serta menyiapkan perangkat instrumen evaluasi berupa angket pre-test dan modul materi yang disajikan dalam bentuk infografis yang mudah dipahami.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan inti dilakukan secara tatap muka dengan memberikan materi. Dalam tahap ini, peserta diberikan instruksi lisan mengenai konsep komunikasi asertif (*I-Statement*) dan cara menangani anak yang mengalami kecanduan gadget. Setelah penyampaian materi, dilakukan sesi pelatihan di mana tim pengabdian berperan sebagai anak, dan peserta langsung mempraktikkan komunikasi *I-Statement* melalui simulasi dan *role-playing*. Rincian materi yang disampaikan dapat dilihat pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Pelaksanaan Pemberian Materi

No.	Materi	Kegiatan
1.	Komunikasi Asertif (Membedakan <i>I-Statment</i> dan <i>You-Statement</i>)	Pemberian konsep dan contoh ungkapan yang digunakan di lingkup keluarga
2.	Praktik Komunikasi Asertif	Simulasi langsung cara menyampaikan perasaan tanpa menyalahkan
3.	Edukasi Kecanduan Gadget	Penjelasan mengenai dampak gadget terhadap perkembangan mental anak
4.	Strategi Penanganan	Mempraktikkan cara menetapkan batasan penggunaan gadget secara tegas dan sopan

3. Tahap Evaluasi

Tahap terakhir adalah evaluasi untuk menilai keberhasilan program. Sistem evaluasi yang digunakan terdiri dari instrumen angket yang dibagikan sebelum kegiatan (pre-test) dan sesudah kegiatan (post-test). Angket ini terdiri dari 10 butir pernyataan yang mengukur pemahaman peserta mengenai komunikasi asertif, perbedaan antara I-Statement dengan You-Statement, serta pemahaman mengenai dampak gadget. Indikator keberhasilan ditentukan berdasarkan peningkatan skor rata-rata peserta, di mana target yang diharapkan adalah peserta mampu mencapai skala 4 dari 5 dalam menerapkan komunikasi asertif untuk mengurangi konflik.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut merupakan hasil dari pengabdian yang dilakukan oleh tim pengabdian:

1. Tahap Pra-Kegiatan

Pada tahap pra kegiatan, kelompok pengabdian melakukan pengamatan dan penelitian di lapangan di Desa Seyegan, Kabupaten Sleman. Dari hasil pengamatan tersebut, terungkap bahwa banyak orang tua, terutama ibu-ibu yang merupakan anggota PKH, mengalami tantangan dalam mengatur penggunaan gadget pada anak-anak. Masalah yang sering terjadi adalah konflik antara orang tua dan anak disebabkan oleh pembatasan penggunaan gadget, yang biasanya dipicu oleh pola komunikasi yang tidak efisien, seperti berbicara dengan nada tinggi, menyalahkan, atau memberi perintah secara langsung. Di samping itu, hasil dari koordinasi dengan pengurus PKH menunjukkan adanya kebutuhan akan pelatihan yang praktis dan dapat dengan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, tim menyusun modul materi yang berbasis infografis serta alat evaluasi dalam bentuk angket pre-test untuk menilai pemahaman awal peserta mengenai komunikasi asertif dan efek kecanduan gadget. Tahap ini berfungsi sebagai landasan dalam merancang intervensi yang sesuai dengan kebutuhan mitra, sehingga materi yang diajukan lebih relevan dan dapat diaplikasikan.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap Pelaksanaan Tahap pelaksanaan dilakukan secara tatap muka dengan melibatkan 25 peserta aktif. Kegiatan diawali dengan penyampaian materi oleh tim pengabdian melalui metode ceramah interaktif. Dalam sesi ini, peserta diperkenalkan pada konsep komunikasi asertif, khususnya teknik *I-Statement*, yang menekankan pada penyampaian perasaan tanpa menyalahkan pihak lain. Selanjutnya, peserta mengikuti sesi praktik melalui metode simulasi dan *role-playing*. Dalam kegiatan ini, tim pengabdian berperan sebagai anak, sementara peserta mempraktikkan cara berkomunikasi menggunakan teknik *I-Statement*. Berdasarkan hasil pengamatan, peserta menunjukkan antusiasme tinggi dan mulai mampu membedakan antara *I-Statement* dan *You-Statement*. Peserta juga secara bertahap dapat menyusun kalimat yang lebih empatik, seperti mengungkapkan perasaan khawatir dibandingkan langsung menyalahkan anak. Selain itu, materi edukasi mengenai kecanduan gadget memberikan pemahaman baru bagi peserta terkait dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan mental dan sosial anak. Peserta juga dilatih untuk menerapkan strategi penanganan, seperti menetapkan batasan waktu penggunaan gadget secara tegas namun tetap komunikatif. Hasil dari tahap ini menunjukkan bahwa metode kombinasi antara ceramah interaktif, simulasi (*role-playing*), dan diskusi kelompok efektif dalam meningkatkan keterlibatan peserta serta membantu mereka memahami dan mempraktikkan keterampilan komunikasi asertif, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Praktik Simulasi Komunikasi Asertif

3. Tahap Evaluasi

Evaluasi dilakukan menggunakan instrumen *pre-test* dan *post-test* berupa angket untuk mengukur tingkat pemahaman peserta. Indikator keberhasilan ditetapkan jika peserta mencapai skala 4 dari 5 dalam kemampuan komunikasi asertif. Pemantauan juga mencakup perubahan perilaku orang tua dalam memberikan batasan gadget pada anak. Hasil kegiatan ini dinyatakan berhasil secara signifikan berdasarkan data berikut:

- a. Peningkatan Skor Rata-rata: Skor meningkat dari 1,79 (kategori rendah) menjadi 4,11 (kategori tinggi), dengan persentase peningkatan pemahaman sebesar 129,6%.
- b. Kompetensi Spesifik: (1) pemahaman kecanduan gadget meningkat 32% (dari 44% ke 76%); (2) kemampuan komunikasi asertif (*I-Statement*) meningkat 32% (dari 48% ke 80%); dan (3) penguasaan komunikasi asertif berbasis *You-Statement* (pola komunikasi) meningkat 44% (dari 34,67% ke 78,67%).
- c. Dampak Psikososial: Terjadi peningkatan pemahaman komunikasi bijak sebesar 70% dan peningkatan *soft skill* peserta didik (anak) dalam mengelola emosi sebesar 65%.

Tabel 2. Peningkatan Pemahaman Mitra Sebelum dan Sesudah Kegiatan

No	Kompetensi	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>	peningkatan
1.	Pemahaman kecanduan gadget	44%	76%	32%
2.	Komunikasi asertif (<i>i-statement</i>)	48%	80%	32%
3.	Komunikasi asertif (<i>you statetment</i>)	34,67%	78,67%	44%

Hasil dari pelaksanaan program melalui pengisian *post-test* menunjukkan bahwa pendekatan pelatihan komunikasi asertif (*I-Statement*) yang diterapkan berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam berinteraksi dengan anak yaitu pemahaman peserta terkait masalah kecanduan gadget dan komunikasi asertif. Para peserta yang melibatkan ibu-ibu anggota PKH kini dapat menyampaikan perasaan dan keinginan kepada anak tanpa menyalahkan, sehingga kemungkinan terjadinya konflik dapat dikurangi. Secara keseluruhan, kegiatan ini menunjukkan bahwa pelatihan komunikasi asertif (*I-Statement*) dapat menjadi salah satu strategi yang efektif untuk membantu orang tua mengurangi konflik dengan anak yang disebabkan oleh kecanduan gadget.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan tujuan kegiatan yang berfokus pada peningkatan pemahaman orang tua dan peserta didik terkait dampak kecanduan gadget serta penguatan pola komunikasi yang sehat, hasil pelaksanaan menunjukkan adanya perubahan positif yang signifikan. Setelah kegiatan edukasi dan pendampingan dilaksanakan, terjadi peningkatan pemahaman orang tua terhadap penggunaan gadget yang bijak dan komunikasi asertif sebesar $\pm 70\%$, yang ditunjukkan melalui perubahan cara berkomunikasi yang lebih empatik dan berkurangnya perilaku menghakimi anak. Selain itu, *soft skill* peserta didik berupa kemampuan mengelola emosi, rasa aman, dan keberanian mengekspresikan perasaan mengalami peningkatan sekitar $\pm 65\%$, sementara *hard skill* orang tua dalam menerapkan batasan penggunaan gadget secara konsisten dan terstruktur meningkat sekitar $\pm 60\%$. Meskipun demikian, upaya pendampingan ini perlu dilanjutkan

secara berkelanjutan melalui program parenting lanjutan, kolaborasi intensif antara sekolah dan keluarga, serta penguatan layanan bimbingan dan konseling. Disarankan pula adanya penelitian lanjutan yang mengkaji efektivitas jangka panjang komunikasi asertif dalam menekan kecanduan gadget pada anak, serta pengabdian masyarakat terapan di bidang lain seperti literasi digital keluarga dan kesehatan mental berbasis sekolah untuk memperluas dampak intervensi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan Terima Kasih Tim Pengabdian mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Mercu Buana Yogyakarta, yang telah memberikan dukungan fasilitas dan administrasi sehingga kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik. Apresiasi tinggi juga kami sampaikan kepada Pemerintah Desa Susukan, Kecamatan Seyegan, Kabupaten Sleman, selaku mitra yang telah memberikan izin, memfasilitasi tempat, serta mendukung penuh keberjalanan program ini. Terima kasih juga kepada seluruh warga dan partisipan yang telah berpartisipasi aktif selama kegiatan berlangsung.

DAFTAR RUJUKAN

- Aryani, E. (2021). Hubungan Perhatian Orang Tua Dengan Prestasi Belajar Peserta Didik Di Smp Al-Ikhlash Cikawung. *INTIHA: Islamic Education Journal*, 1(1), 43-51.
- Aryani, E., & Laras, P. B. (2020). Pelatihan Pengasuhan Anak Dengan Metode Pola Asuh Demokratif Pada Kelompok Keluarga Pra Sejahtera Desa Margorejo. *TERAPUTIK: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(2), 183-188.
- Azizah, M., & Suryadi, S. (2025). Dampak Konflik Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Anak Usia Dini. *Dunia Anak: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(1), 43-55.
- bpmpakb Pontianak. (2022). *Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Anak*. JMI. <https://dppkbpppa.pontianak.go.id/informasi/berita/dampak-penggunaan-gadget-terhadap-perkembangan-sosial-anak>
- Brunyé, T. (2012). Better you than I: Perspectives and emotion simulation during narrative comprehension. *Journal Of Cognitive Psychology*, 23(5). <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/20445911.2011.559160>
- Darwin, D. (2023). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Minat Belajar Siswa Kelas V di SDN 12 Muntei Tahun Ajaran 2022/2023. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 5(2), 13-16.
- DeWitt, H. (2024). *Pernyataan "Saya": Apa itu, contohnya, dan cara menggunakannya secara efektif*. <https://thriveworks.com/help-with/communication/i-statements/>
- Dian Nuvita Sari, A. R. (2023). Pola Komunikasi Orangtua Pada Anak Dalam Mencegah Kecanduan Gadget Di Cimone Kota Tangerang. *Jurnal Dinamika UMT*, 8(2). <https://jurnal.umt.ac.id/index.php/dinamika/article/view/10359>
- Dira Zahara Fitri, Viny Syahputri, Faisal Akbar, & Arlina Sirait. (2024). Tantangan Orang Tua dalam Mendidik Anak yang Kecanduan Gadget. *Dewantara* :

- Jurnal Pendidikan Sosial Humaniora*, 3(3), 239–247.
<https://doi.org/10.30640/dewantara.v3i3.2887>
- Fauziyyah, R. H., Falliska, A., Suryadi, A., & Nurhadi, Z. F. (2023). Komunikasi Orang Tua Dalam Menangani Kecemasan Anak Dalam Menggunakan Smartphone. *Citizen: Jurnal Ilmiah Multidisiplin Indonesia*, 3(2), 136-144.
- Hargie, O. (2021). *Skilled interpersonal communication: Research, theory and practice*. Routledge.
- Bilantara, N. H., Santoso, M. B., & Raharjo, S. T. (2024). Pengaruh Lingkungan Sosial Terhadap Kecanduan Game Online Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 5(3), 199-216.
- Herdiana, M. F. P., & Santoso, M. B. (2024). Fenomena Kecanduan Gadget Pada Anak Usia Pra Sekolah Akibat Pergeseran Nilai Budaya dan Faktor Kognitif Sosial. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 5(3), 150-165.
- Kanal. (2024). *Anak Kecanduan Gadget, Mengapa dan Bagaimana Mengatasinya?* Artikel Psikologi Universitas Gadjah Mada.
<https://kanal.psikologi.ugm.ac.id/anak-kecanduan-gadget-mengapa-dan-bagaimana-mengatasinya/>
- Rogers, S. L., Howieson, J., & Neame, C. (2018). I understand you feel that way, but I feel this way: The benefits of I-language and communicating perspective during conflict. *PeerJ*, 6, e4831.
- Muhhamad, H. (2021). *Pentingnya Peran Orang Tua Bagi Kesehatan Mental Anak*.
<https://ameera.republika.co.id/berita/qvm3km380/pentingnya-peran-orang-tua-bagi-kesehatan-mental-anak?>
- Nakhaee, S., Vagharseyyedin, S. A., Afkar, E., & Salmani Mood, M. (2017). The Relationship of Family Communication Pattern with Adolescents' Assertiveness. *Modern Care Journal*, 14(4).
<https://doi.org/10.5812/modernc.66696>
- Nurmalasari, N., & Wulandari, D. (2018). Pengaruh penggunaan gadget terhadap tingkat prestasi siswa SMPN Satu Atap Pakisjaya Karawang. *JITK (Jurnal Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi Komputer)*, 3(2), 211-218.
<https://ejournal.nusamandiri.ac.id/index.php/jitk/article/view/350>
- S. Winer. (2024). Resolving conflict in interpersonal relationships using passive, aggressive, and assertive verbal statements. *Nternational Journal of Conflict Management*, 35(2), 334–359.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1108/IJCMA-03-2023-0048>
- Tedja, C. (2025). *10 Bahaya Membentak Anak dan Pencegahannya*. Ciputra Medical Center. <https://www.ciputramedicalcenter.com/bahaya-membentak-anak/>
- Wigunawati, E., Lase, F. J., & Jovani, A. (2025). Psikoedukasi Pengelolaan Screen Time dan Komunikasi Asertif pada Remaja dalam Keluarga. *Indonesian Journal for Social Responsibility*, 7(2), 235–247.
<https://doi.org/10.36782/ijrs.v7i02.510>