

**KONSELING PASTORAL KRISIS  
PADA REMAJA YANG KECANDUAN *GADGET***



Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana  
Pada Program Studi S-1 Fakultas Teologi  
Universitas Kristen Duta Wacana

**Diajukan oleh:**

**Krisandy Kurniawan**

**01160044**

**FAKULTAS TEOLOGIA  
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA  
YOGYAKARTA  
2020**

**CRISIS PASTORAL COUNSELING  
FOR GADGET-ADDICTED YOUTHS**



IN PARTIAL FULFILMENT OF THE REQUIREMENTS FOR THE  
BACHELOR DEGREE IN THEOLOGY DUTA WACANA CHRISTIAN  
UNIVERSITY

**PRESENTED BY :**

**KRISANDY KURNIAWAN**

**01160044**

**YOGYAKARTA  
2020**

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI**  
**SKRIPSI/TESIS/DISERTASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Kristen Duta Wacana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Krisandy Kurniawan  
NIM : 01160044  
Program studi : Teologi  
Fakultas : Teologi  
Jenis Karya : Skripsi

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Duta Wacana **Hak Bebas Royalti Noneksklusif** (*None-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**“Konseling Pastoral Krisis pada Remaja yang Kecanduan Gadget”**

berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti/Noneksklusif ini Universitas Kristen Duta Wacana berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama kami sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta  
Pada Tanggal : 18 Agustus 2020

Yang menyatakan



(Krisandy Kurniawan)

NIM. 01160044

**Lembar Pengesahan**

Skripsi dengan judul:

KONSELING PASTORAL KRISIS

PADA REMAJA YANG KECANDUAN GADGET

Telah diajukan dan dipertahankan oleh:

**KRISANDY KURNIAWAN**

01160044

Dalam Ujian Skripsi Program Studi Ilmu Teologia

Fakultas Teologia

Universitas Kristen Duta Wacana

dan dinyatakan DITERIMA untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar

Sarjana Sains Teologi pada tanggal 07 Juli 2020

Nama Dosen

Tanda Tangan

1. Pdt. Dr. Asnath Niwa Natar, M.Th : \_\_\_\_\_  
(Dosen Pembimbing 1/ Penguji)
2. Pdt. Dr. Yusak Tridarmanto, M.Th : \_\_\_\_\_  
(Dosen Penguji)
3. Pdt. Tabita Kartika Christiani, Ph. D : \_\_\_\_\_  
(Dosen Penguji)

Yogyakarta, 13 Juli 2020

Disahkan Oleh:

Dekan

Pdt. Robert Setio, Ph.D

Ketua Program Studi

Pdt. Hendri Wijayatsih, M.A

## KATA PENGANTAR

Berserah dan percaya, dua kata yang dapat menggambarkan proses penulisan skripsi ini. Ditengah pandemi corona skripsi ini dikerjakan. Banyak rintangan tak terduga seperti PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar) yang sedikit banyak mengganggu proses wawancara dan konsultasi dengan dosen pembimbing. Sumber-sumber seperti buku juga menjadi lebih sulit didapatkan dari pada saat-saat normal. Rintangan-rintangan tersebut seringkali menyebabkan penyusun kadang merasa stress dan bahkan beberapa kali mencoba menyerah. Namun, puji syukur penyusun panjatkan kepada Tuhan karena sampai detik terakhir skripsi ini dibuat, penyertaan dan rahmatnya selalu hadir dan mendorong penulis menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Melalui perantara mama, saudara-saudara, teman-teman seperjuangan, para dosen, dan pihak-pihak lain yang juga mendukung, rahmatNya hadir bagi penyusun. Oleh karena itu, pada kesempatan ini perkenankanlah penyusun memberikan ucapan terima kasih kepada orang-orang yang telah membantu penulisan skripsi ini.

1. Penyusun sangat mengucapkan syukur pada Tuhan karena memberikan mama yang selalu mendukung dan memberikan kepercayaan kepada penyusun di setiap langkah yang penyusun inginkan. Salah satunya yaitu melanjutkan studi di teologi UKDW. Pencapaian yang penyusun dapatkan hingga hari ini hanya bisa terwujud karena dukungan mama. Terimakasih juga untuk (Alm) papa, penyusun percaya bahwa walaupun ia sudah tidak ada bersama dengan penyusun, ia pasti akan tetap mendukung setiap impian dan jalan yang dipilih penyusun. Semoga dengan adanya gelar ini, mama dan papa bisa tersenyum bangga dengan pencapaian penyusun.
2. Penyusun berterimakasih kepada seluruh saudara dan keluarga besar penyusun yang juga selalu mendukung.
3. Penyusun pun berterimakasih untuk seluruh teman-teman yang selalu mendukung dan menemani penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Terimakasih untuk pak Benaya dan bu Mega yang juga selalu mendukung dan menguatkan penyusun selama penyusunan skripsi ini di Yogyakarta.
5. Terima kasih kepada Pdt. Dr. Asnath Niwa Natar, M.Th selaku dosen pembimbing penyusun. Terima kasih untuk segala masukan, kritik dan saran yang diberikan selama proses penulisan skripsi ini.
6. Terima kasih kepada Pdt. Dr. Yusak Tridarmanto, M.Th dan Pdt. Tabita Kartika Christiani, Ph.D selaku dosen penguji yang memberikan penyusun kritik dan saran untuk menyempurnakan skripsi yang sudah penyusun susun.

7. Dan yang terakhir, penyusun mengucapkan terimakasih kepada Ester Budi S. dan Krisna Fardani yang sudah bersedia menjadi narasumber dan membantu penyusun selama proses penelitian.

Akhir kata, penyusun sangat bersyukur dan berterimakasih untuk kehadiran orang-orang yang Tuhan kirimkan untuk mewarnai perjalanan kehidupan penyusun. Penyusun berterima kasih kepada setiap orang yang telah hadir dan semoga Tuhan senantiasa memberkati kita semua.

Yogyakarta, 7 Agustus 2020

penyusun

©UKDW

## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN .....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
DAFTAR ISI .....	iv
ABSTRAK .....	vi
PERNYATAAN INTEGRITAS .....	vii
BAB I Pendahuluan .....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah .....	5
1.3. Batasan Masalah .....	6
1.4. Judul Penelitian .....	6
1.5. Tujuan Penelitian .....	6
1.6. Metode Penelitian .....	7
1.7. Sistematika Penulisan .....	7
BAB II Konteks Remaja yang Kecanduan Gadget dan Analisisnya .....	9
2.1. Pendahuluan.....	9
2.2. Data Identitas Informan .....	12
2.2.1. Data identitas pecandu .....	12
2.2.2 Data identitas informan yang merawat.....	12
2.3. Hasil Penelitian dan Analisis .....	12
2.3.1. Perilaku dan gejala remaja yang kecanduan .....	12
2.3.2. Faktor-faktor penyebab remaja kecanduan .....	17
2.4. Kesimpulan .....	30
Bab III Dasar Teologis bagi Pendampingan Konseling Pastoral Remaja Yang Kecanduan Gadget.....	32
3.1. Gereja yang merangkul anak (Markus 10: 13-16) .....	32
3.1.1. Konteks.....	33
3.1.2 Tafsir Markus 10:13-16.....	34
3.2. Dasar teologis pentingnya orang tua mendidik anak (1 Samuel 3: 11-14).....	39
3.2.1. Tafsir 1 Samuel 3:11-14.....	38
3.3. Kesimpulan .....	41
Bab IV Konseling Pastoral Krisis Pada Remaja yang Kecanduan Gadget .....	42
4.1. Penanganan Remaja Yang Kecanduan <i>Gadget</i> .....	45
4.1.1. Karakter remaja yang kecanduan <i>gadget</i> .....	45
4.1.2 Siapa yang berperan dalam konseling pastoral dan apa saja yang perlu diperhatikan..	46

4.1.3. Konseling Remaja yang Kecanduan .....	50
4.1.4. Pendampingan dengan model sekolah minggu atau ibadah remaja .....	54
4.2. Penanganan Terhadap Faktor Eksternal Penyebab Kecanduan: Konseling Keluarga....	58
4.3. Pencegahan Terhadap Remaja Yang Kecanduan <i>Gadget</i> .....	63
BAB V Penutup .....	68
5.1. Kesimpulan .....	68
5.2. Saran .....	70
DAFTAR PUSTAKA.....	72
LAMPIRAN .....	77

©UKDW

## ABSTRAK

### KONSELING PASTORAL KRISIS PADA REMAJA YANG KECANDUAN *GADGET*

Oleh: Krisandy Kurniawan (01160044)

Remaja merupakan salah satu anggota terlemah di antara anggota gereja lainnya karena masa remaja merupakan masa yang penuh krisis di setiap harinya. Hal tersebut disebabkan karena kurangnya pengalaman dan *coping skill* yang mereka miliki. Salah satu masalah yang muncul akibat krisis yang dihadapi remaja di zaman sekarang ialah kecanduan *gadget*. *Gadget* menjadi tempat sebagian remaja untuk lari dari masalah dan krisis yang tidak mampu mereka hadapi. Dengan kondisi remaja yang demikian rupa, sebagian besar gereja justru belum melakukan penanganan serius pada para remaja. Remaja yang merupakan aset dan masa depan yang berharga bagi gereja kurang sekali mendapatkan perhatian yang khusus dibanding para orang dewasa. Hal tersebut dibuktikan dengan lebih sedikitnya program pendampingan dan konseling pastoral bagi remaja di gereja. Melalui penulisan ini penyusun mencoba memberi tahu dan mengajak gereja untuk segera melakukan pendampingan dan konseling pada remaja yang kecanduan *gadget*. Melalui program-program pendampingan dan konseling yang ada, gereja masa kini dituntut untuk peduli dengan permasalahan kecanduan *gadget* ini. Salah satu metode yang bisa digunakan gereja untuk menangani kecanduan *gadget* yaitu dengan menggunakan konseling pastoral krisis. Konseling ini berfokus pada faktor-faktor krisis pada masa remaja yang dapat menyebabkan remaja menjadi kecanduan *gadget*. Selain itu, penanganan kecanduan *gadget* pada remaja juga dilakukan dari dua sisi, dari sisi remaja dan juga keluarga sebagai lingkungan di mana remaja tumbuh. Dalam proses konseling juga perlu dilihat faktor-faktor yang menyebabkan remaja menjadi kecanduan agar proses konseling berhasil. Maka dari itu tulisan ini akan membahas bentuk konseling pastoral krisis yang dapat digunakan gereja untuk mengahadapi isu kecanduan *gadget* dengan mempertimbangkan faktor-faktor penyebabnya.

Kata kunci: Kecaduan *Gadget*, Remaja, Konseling Pastoral Krisis, Penelitian Kualitatif, Gereja.

Lain-lain:

v + 84 hal; 2020

60 (1991-2020)

Dosen Pembimbing: Pdt. Dr. Asnath Niwa Natar, M.Th

## PERNYATAAN INTEGRITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam skripsi ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 7 Agustus 2020



Krisandy Kurniawan

© UKDW

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Perkembangan teknologi digital yang semakin berkembang pesat saat ini jelas memberikan banyak manfaat bagi kehidupan manusia. Adanya perkembangan teknologi digital membantu hampir semua aspek kehidupan manusia, sehingga manusia zaman sekarang tidak bisa terlepas dari alat-alat teknologi karena berbagai macam kemudahan yang ditawarkannya misalnya *handphone* atau *smartphone*, komputer, laptop, televisi dan lain sebagainya. Namun, kemudahan-kemudahan yang diberikan oleh perangkat digital tersebut juga membawa dampak negatif bagi manusia yaitu menjadi kecanduan. Kecanduan sendiri dapat diterjemahkan sebagai perilaku ketergantungan terhadap sesuatu hal yang disenangi. Seseorang biasanya akan melakukan sesuatu hal yang disenangi tersebut apabila mereka mempunyai kesempatan atau waktu luang untuk melakukan hal tersebut contohnya dalam kasus ini ialah bermain *gadget* secara terus menerus tanpa memperhatikan waktu. Individu dapat dikatakan kecanduan apabila individu melakukan suatu kegiatan yang sama secara terus-menerus sebanyak lebih dari lima kali dalam sehari. Sebuah perilaku juga dapat dikatakan sebagai kecanduan apabila perilaku tersebut tidak dapat dikontrol dan dapat menimbulkan dampak negatif bagi yang bersangkutan.<sup>1</sup>

Ketergantungan atau kecanduan terhadap teknologi dan *gadget* ini rupanya juga banyak dialami oleh remaja generasi Z, karena mereka merupakan anak-anak yang mengenal perangkat digital dan internet sejak kecil. Remaja sejak kecil tumbuh bersama dengan teknologi. Mereka dapat menggunakan dan menguasai teknologi digital dalam kehidupan mereka.<sup>2</sup> Menurut berita yang berasal dari BBC, remaja generasi Z tahun 2018 rata-rata menghabiskan 175 menit hidupnya di internet, yang berarti hampir 3 jam hidup mereka setiap harinya dipakai untuk bermain, bersosial media dan belajar dari internet.<sup>3</sup> Namun, sekarang ini yang menjadi masalah, ialah remaja di Indonesia tidak hanya menggunakan *gadget* dan internet seperti data yang ada di atas, mereka menghabiskan dua hingga tiga kali lipat dari waktu rata-rata. Menurut penuturan salah satu psikiater RSJD Amino Gondohutomo, Hesti Anggriani, anak dan remaja Indonesia bisa

---

<sup>1</sup> Frida Putri Mardani, "Perilaku Kecanduan *Gadget* Siswa dalam Perspektif Kerangka Kerja Respectful ." *Konselor* , 2018: 116-223.

<sup>2</sup> Kayla Mubara, dkk, *Smartmom untuk Generasi Smart: Panduan Parenting di Era Digital*, (Yogyakarta: DIVA Press, 2017), 88-90

<sup>3</sup> Fernando Duarte, "Berapa banyak waktu yang dihabiskan rakyat Indonesia di media sosial?", <https://www.bbc.com/indonesia/majalah-49630216>, diakses pada hari senin, 14 Oktober 2019, pukul 20.00.

menggunakan *gadget* hingga mencapai 8 jam sehari di depan *smartphone* untuk bermain *game* online dan bersosial media. Mereka yang sudah kecanduan bahkan mengoperasikan *gadget* sejak bangun tidur hingga malam menjelang tidur kembali, entah itu untuk bermain *game*, menonton youtube, atau sekedar membuka-buka aplikasi. Ketergantungan itu jelas mengganggu kehidupan nyata mereka.<sup>4</sup>

Fenomena yang sedang muncul akhir-akhir ini akibat penyalahgunaan *gadget* adalah gangguan kejiwaan yang dialami oleh anak-anak dan remaja. Salah satu buktinya yaitu ada kabar bahwa Rumah Sakit Jiwa (RSJ) Provinsi Jawa Barat merawat ratusan anak dan remaja yang mengalami gangguan jiwa, akibat kecanduan *gadget*.<sup>5</sup> Contoh kasus selanjutnya yaitu, dua remaja di Kabupaten Bekasi, Jawa Barat terlalu sering bermain *game* di telepon seluler mengalami gangguan kejiwaan. Kedua remaja tersebut dirawat di yayasan gangguan di Bekasi. Dalam kesehariannya mereka hanya berdiam diri dan sesekali berinteraksi, namun kedua pasien itu seketika bereaksi ketika melihat telepon genggam.<sup>6</sup> Contoh kasus yang terakhir yaitu di Poli Jiwa RSUD dr Koesnadi Bondowoso, Jawa Timur, terdapat dua siswa yang kecanduan *gadget* dan laptop yang dikategorikan sebagai guncangan jiwa. Kecanduan kedua siswa ini tergolong parah karena berperilaku mengerikan jika tidak diberi izin memegang atau menggunakan *gadget*-nya. Bahkan disebutkan bahwa salah satu dari siswa tersebut sampai membentur-benturkan kepalanya ke tembok ketika tidak diizinkan oleh orang tuanya untuk memegang *gadget*. Ketika dilakukan psikotes terhadap kedua siswa yang kecanduan *gadget* di Bondowoso tersebut, didapatkan hasil bahwa salah satu dari kedua siswa itu mengidentifikasi dirinya sebagai seorang pembunuh. Sementara orang yang paling dibencinya adalah kedua orang tuanya karena dianggap sebagai penghalang antara dirinya dan *gadget*.<sup>7</sup> Fenomena-fenomena di atas jelas sekali menunjukkan betapa miris dan *urgent*-nya kondisi remaja saat ini di Indonesia. *Gadget* yang selama ini dipandang sebagai alternatif hiburan dan alat untuk membantu orang tua menjadi boomerang bagi diri mereka sendiri.<sup>8</sup>

---

<sup>4</sup> Pradita Kurniawan Syah, "Kecanduan gim HP, dua remaja Bekasi alami gangguan jiwa", <https://www.antaraneews.com/berita/1117016/kecanduan-gim-hp-dua-remaja-bekasi-alami-gangguan-jiwa> diakses pada hari rabu, 20 November 2019, pukul 23.00.

<sup>5</sup> Sarah Hutagaol, "Ratusan Anak Masuk RSJ karena Kecanduan *Gadget* Jadi Tampan Semua Keluarga", <https://nasional.okezone.com/read/2019/10/19/337/2119073/ratusan-anak-masuk-rsj-karena-kecanduan-gadget-jadi-tampan-semua-keluarga>, diakses pada hari rabu, 20 November 2019, pukul 23.30.

<sup>6</sup> Pradita Kurniawan Syah, "Kecanduan gim HP, dua remaja Bekasi alami gangguan jiwa", diakses pada hari rabu, 20 November 2019, pukul 23.00.

<sup>7</sup> Frida Putri Mardani, "Perilaku Kecanduan *Gadget* Siswa dalam Perspektif Kerangka Kerja Respectful." *Konselor*, 2018: 116-223.

<sup>8</sup> K. Wahyu Utami, "Banyak Orangtua Andalkan *Gadget* untuk "Mengasuh" Anak", <https://lifestyle.kompas.com/read/2013/06/29/1703028/Banyak.Orangtua.Andalkan.Gadget.untuk.Mengasuh.Anak> diakses pada hari rabu, 20 November 2019, pukul 18.00.

Dalam melihat masalah kecanduan terhadap *gadget* ini, seorang psikolog dari Inggris, Mark D. Griffith mengemukakan enam tahapan kecanduan internet dan *gadget*, yaitu sebagai berikut:<sup>9</sup>

1. **Saliency:** hal ini terjadi ketika penggunaan internet dan *gadget* menjadi aktivitas yang penting dalam kehidupan individu, mendominasi pikiran individu (preokupasi atau gangguan kognitif), perasaan (merasa sangat butuh) dan tingkah laku (kemunduran dalam perilaku sosial).
2. **Modifikasi suasana hati:** Tahap di mana seseorang menggunakan internet dan *gadget* sebagai alat untuk lari dan menghindari dari masalah yang sulit ia hadapi.
3. **Toleransi:** Tahap seseorang mulai meningkatkan penggunaan internet dan *gadget* untuk membantu mencapai tingkat mood yang diinginkan.
4. **Gejala penarikan:** ini merupakan fase yang muncul akibat pengurangan atau penghentian penggunaan internet sehingga menyebabkan rasa tidak menyenangkan secara substansial. Biasanya gejala fisik yang muncul ialah tremor, gangguan mood atau iritabilitas.
5. **Konflik:** Pada tahap ini seseorang mulai mengalami konflik antar pengguna internet dan orang-orang di sekitar mereka (konflik interpersonal), konflik dengan aktivitas lain (pekerjaan, kehidupan sosial, hobi dan minat) atau dari dalam individu sendiri yang berkaitan dengan menghabiskan terlalu banyak waktu untuk terlibat penggunaan internet.
6. **Kambuh:** Berulangnya pola perilaku sebelumnya setelah dilakukan kontrol dan penanganan. Ini adalah kecenderungan untuk berulang kembali ke pola penggunaan internet dan *gadget* yang tidak sehat.

Seperti yang ada pada penjelasan di atas bahwa ketika seseorang menggunakan alat-alat teknologi digital secara terus menerus dapat menyebabkan kondisi ketergantungan terhadap penggunaannya. Ketergantungan tersebut jelas dapat memberikan dampak negatif baik kepada orang dewasa maupun remaja. Secara spesifik, dampak yang bisa muncul pada remaja adalah terpaparnya stimulus yang kuat pada indra penglihatan dan pendengaran remaja yang menyebabkan otak menjadi kebal terhadap rangsangan yang diberikan. Remaja yang sejak kecil telah terbiasa dimanjakan dengan kemudahan untuk melakukan banyak hal sekaligus di perangkat digitalnya mengalami struktur otak yang cenderung tidak dapat beradaptasi dengan dunia nyata. Dampak buruk lainnya yang bisa terjadi pada remaja adalah menurunnya konsentrasi dan

---

<sup>9</sup> Ranjan Bhattacharyya, "Addiction to Modern *Gadgets* and Technologies Across Generation," *Eastern Journal of Psychiatry*, (Juli-Desember 2015), 32.

melemahnya daya ingat, sehingga banyak remaja tidak dapat mengikuti pelajaran yang diajarkan. Kemampuan remaja untuk mengontrol emosi juga menjadi lemah karena kurangnya interaksi dengan dunia nyata.<sup>10</sup> Semakin sering remaja terpapar *gadget*, maka semakin besar kemungkinan remaja mengalami kemerosotan perkembangan emosi, daya konsentrasi, dan daya pikirnya.<sup>11</sup>

Menurut DR. Aric Sigman (psikolog dari Amerika Serikat yang menulis *Screen Dependency Disorder: A New Challenge for Child Neurology*), anak dan remaja yang mengalami adiksi terhadap layar juga mengalami masalah perilaku seperti terus meningkatkan penggunaan *gadget*, gagal mengurangi atau menghentikan aktivitas dengan layar, terus menerus meminta untuk menggunakan *gadget*, dan kehilangan minat terhadap dunia luar. Secara psikologis, remaja akan mengalami kecemasan, sering bohong, perasaan bersalah, dan kesepian. Banyak dari remaja tersebut yang memilih untuk mengisolasi dirinya, sering mengalami agitasi, dan perubahan mood yang sangat cepat. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lin dan Zhou pada tahun 2012 yang dikutip oleh laman ivooxid menunjukkan bahwa layar *gadget* ini berkaitan dengan perubahan regio otak yang berfungsi mengontrol proses emosi, atensi, pembuatan keputusan, dan kontrol kognitif. Dari pemeriksaan MRI terlihat beberapa bagian otak yang berkaitan dengan pengaturan impuls, mengalami perubahan karena penggunaan *gadget* terus menerus dalam jangka waktu yang panjang. Selain itu, “insula” atau bagian otak yang mengembangkan perilaku empati dan kasih sayang terhadap orang lain, juga mengalami gangguan. Hal ini yang menjelaskan bagaimana remaja yang kecanduan *Gadget* memiliki perilaku yang berbeda dibandingkan remaja lainnya.<sup>12</sup>

Dalam buku “Konseling Krisis” Norman Wright memaparkan ada 4 unsur dalam krisis. Unsur pertama yaitu kejadian yang penuh risiko, unsur ini berbicara tentang momentum atau pemicu awal yang menyebabkan seseorang memasuki krisis. Unsur kedua adalah keadaan rentan, krisis bisa terjadi ketika seseorang mengalami kerentanan tertentu dalam hidupnya. Unsur ketiga adalah faktor yang menimbulkan krisis, adanya pemicu tertentu dalam kehidupan seseorang menyebabkan trauma atau hal-hal yang ditahan untuk tidak keluar menjadi pecah dan menimbulkan krisis. Dan unsur terakhir yaitu adalah keadaan kritis yang sudah aktif, ketika seseorang sudah tidak dapat lagi mengatasi situasi, maka krisis akan aktif dan mulai berkembang. Ketika seseorang sudah memasuki unsur terakhir maka akan muncul gejala-gejala seperti stress, muncul sikap panik atau gagal, fokus pada pembebasan dari masalah yang melilitnya, dan pada

---

<sup>10</sup> Yee-Jin Shin, *Mendidik Anak di Era Digital*, (Jakarta: Noura Books, 2014), 112-113

<sup>11</sup> Yee-Jin Shin, *Mendidik Anak di Era Digital*, 119

<sup>12</sup> Djoko Budiman, “Ini Beragam Tanda Si Kecil Sudah Kecanduan Gadgetnya”, <https://ivoox.id/ini-beragam-tanda-si-kecil-sudah-kecanduan-gadgetnya/>, diakses pada hari rabu, 20 November 2019, pukul 22.00.

masa ini efisiensi menurun.<sup>13</sup> Pada semua unsur yang sudah dipaparkan oleh Norman Wright tadi kita bisa mengambil kesimpulan bahwa kecanduan *gadget* juga menjadi masalah yang serius dan bisa digolongkan menjadi sebuah bentuk krisis pada remaja.

Dari berbagai pemaparan sebelumnya kita juga bisa melihat bahwa penggunaan *gadget* yang kurang tepat sangatlah berdampak buruk bagi psikologi dan hidup seorang remaja, namun faktanya di gereja sendiri belum ada penanganan yang serius terkait isu kecanduan *gadget* pada remaja. Hal tersebut dibuktikan melalui pengalaman dan pengamatan penyusun selama menjadi guru sekolah minggu di Yogyakarta dari semester 1 hingga semester 7 ini dan ketika pra-stage di salah satu jemaat GKJW, gereja sangat kurang melakukan kegiatan atau seminar bagi remaja mengenai bahaya dari kecanduan *gadget*. Padahal mengenal sejak dini bahwa *gadget* juga bisa menjadi hal yang dapat merugikan sangat penting ditekankan pada remaja agar remaja bisa berhati-hati dalam penggunaannya. Dalam bidang konseling sendiri, penyusun mengamati bahwa konseling terhadap remaja sangatlah kurang dilakukan oleh pihak gereja. Di masa penyusun menjalani pra-stage, penyusun juga memperhatikan bahwa pelayanan konseling kebanyakan diisi oleh mereka-mereka yang dewasa, sedangkan konseling untuk remaja jarang sekali ada padahal remaja juga memiliki hal yang sangat penting juga untuk diperhatikan terkait segala sesuatu yang bisa berpengaruh terhadap masa depannya. Gereja sangat kurang sekali memperhatikan kehadiran remaja dan masalah-masalah yang ada pada diri mereka. Maka dari itu penyusun merasa tertarik untuk mengangkat isu terkait konseling krisis terhadap remaja yang kecanduan *gadget* mengingat dampaknya yang semakin buruk pada perkembangan remaja di masa sekarang yang perlu segera mendapatkan penanganan dan perhatian serta mengingatkan kembali kepada gereja bahwa penanganan dan konseling pada remaja adalah hal yang penting untuk dilakukan.

## 1.2. Rumusan Masalah

Melalui penelitian yang lebih jauh terhadap remaja yang kecanduan *gadget*, maka penyusun mengajukan pertanyaan permasalahan, sebagai berikut ini:

1. Apa penyebab remaja kecanduan *gadget*?
2. Apa dasar teologis untuk pendampingan pastoral remaja yang kecanduan *gadget*?
3. Bentuk konseling pastoral krisis seperti apa yang dibutuhkan untuk menangani kasus remaja yang kecanduan *gadget*?

---

<sup>13</sup> H. Norman Wright, "Konseling Krisis: Membantu Orang dalam Krisis dan Stres", (Malang: Gandum Mas, 2006), h. 12-14

### 1.3. Batasan Masalah

Permasalahan tentang *gadget* sekarang ini menjadi hal yang sangat krusial dan perlu penanganan serius karena sangat berdampak besar bagi kehidupan remaja. Kategori usia remaja yang penulis gunakan mengacu pada buku psikologi perkembangan milik Elizabeth Hurlock, yaitu sekitar 13 sampai 18 tahun.<sup>14</sup> Penyusun memilih katagori usia tersebut karena pada usia katagori tersebut banyak terjadi kasus kecanduan *gadget*. Selain itu, dalam katagori ini, remaja masih dalam penanganan dan tanggung jawab orang tua. Penanganan kecanduan *gadget* yang tidak serius akan menimbulkan permasalahan seperti gangguan kejiwaan dan kerusakan motorik remaja yang jelas akan mengganggu tumbuh kembangnya. Namun faktanya, isu yang begitu serius ini kurang mendapatkan perhatian dan penanganan dari gereja-gereja protestan di Indonesia, padahal gereja mempunyai tugas untuk selalu melakukan pendampingan pastoral kepada setiap warganya agar warganya bisa berhati-hati dalam menangani isu-isu aktual yang sedang berkembang seperti isu *gadget* pada remaja ini. Selain itu gereja juga mempunyai tugas dan tanggung jawab melakukan konseling pastoral kepada remaja dan orang tua yang mengalami krisis ini agar mereka sadar dengan apa yang terjadi pada diri mereka dan mereka bisa bangkit dari krisis dan permasalahan hidup yang menimpa mereka. Oleh karena itu, penyusun lebih tertarik memfokuskan penelitian terkait penyebab-penyebab remaja kecanduan *gadget* dan apa peran yang bisa diambil gereja dalam menangani isu kecanduan *gadget* pada remaja ini.

### 1.4. Judul Penelitian

Judul yang diangkat untuk membahas isu ini adalah:

“Konseling Pastoral Krisis pada Remaja yang Kecanduan *Gadget*”

### 1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dimaksudkan untuk tujuan sebagai berikut :

1. Orang tua dan gereja sadar bahwa kecanduan *gadget* bagi remaja merupakan sebuah isu penting yang perlu segera mendapatkan penanganan.
2. Gereja dapat menangani para remaja (jemaatnya) yang kecanduan *gadget*.

---

<sup>14</sup> Elizabeth B. Hurlock, “Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan”, (Jakarta: Erlangga, 1991), 206.

## 1.6. Metode Penelitian

Penulisan skripsi ini menggunakan model penelitian lapangan dengan metode kualitatif dan teknik wawancara. Selain itu juga dilakukan studi literatur sebagai bahan untuk menganalisa hasil wawancara. Data kualitatif tersebut mencakup beberapa hal yaitu, deskripsi yang mendetail tentang situasi, kegiatan, atau peristiwa maupun fenomena tertentu. Informasi didapat dari wawancara langsung dari orang-orang yang berkecimpung menangani masalah rehabilitasi remaja yang kecanduan *gadget*, yaitu dari Kepala Griya Pemulihan Siloam Yogyakarta dan guru Bimbingan Konseling dari salah satu SMK di Surabaya. Penulis juga melakukan wawancara terhadap dua remaja yang kecanduan *gadget* dan tiga orang dewasa yang direhabilitasi karena kecanduan *gadget* sejak remaja.<sup>15</sup> Ketiga orang dewasa tersebut masih penyusun masukkan dalam penulisan ini dikarenakan, yang pertama mereka mulai kecanduan *gadget* sejak remaja. Kedua, ketiga orang tersebut sampai sekarang masih dalam tahap rehabilitasi (pemulihan), sehingga kecanduan yang dialami ketiga narasumber tersebut bukan bersifat masa lalu tetapi masih terjadi sampai saat ini.

## 1.7. Sistematika Penulisan

BAB I : Pendahuluan

Bagian ini berisi pendahuluan skripsi, diantaranya berisi latar belakang masalah yang diangkat dalam skripsi, rumusan masalah, batasan masalah, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, metode penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II : Konteks Remaja Yang Kecanduan *Gadget* dan Analisisnya

Bab ini akan berisikan mengenai hasil penelitian yang didialogkan dengan hasil studi literatur. Diantaranya adalah bukti bahwa kecanduan *gadget* sudah memasuki tahap yang serius dan nyata, faktor-faktor yang menyebabkan remaja menjadi kecanduan *gadget*, dan juga dampak-dampak negatif yang dialami remaja yang kecanduan *gadget*.

BAB III : Dasar Teologis Terhadap Pendampingan Konseling Pastoral Pada Remaja yang Kecanduan *Gadget*

Bagian ini akan berisikan refleksi teologis yang bisa dijadikan dasar pendampingan pastoral krisis pada remaja bagi gereja. Pada bagian ini akan berisikan penafsiran terhadap teks-teks yang

---

<sup>15</sup> Prof. Dr. A. Muri Yusuf, M. Pd., *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*, (Jakarta: Prenada Media, 2016), 331

berhubungan dengan pelayanan pastoral terhadap remaja yang sedang mengalami krisis dan didialogkan dengan permasalahan yang sudah dipapar pada bab II.

#### BAB IV : Konseling Pastoral Krisis Pada Remaja yang Kecanduan *Gadget*

Pada bab ini akan dipaparkan metode konseling pastoral krisis yang bisa digunakan pada remaja yang kecanduan serta peran yang bisa diambil gereja dalam rangka menciptakan konseling pastoral krisis yang efektif.

#### Bab V : Penutup

Bagian ini berisi kesimpulan akhir dan saran untuk penanganan krisis dan kecanduan yang bisa dilakukan gereja.

©UKDW

## BAB V

### Penutup

#### 5.1. Kesimpulan

Dari seluruh hasil penelitian yang diambil penyusun melalui wawancara dan studi literatur terkait masalah remaja kecanduan *gadget*, penyusun belajar bahwa kecanduan *gadget* bukanlah masalah utama yang mengganggu kehidupan remaja. Kecanduan *gadget* merupakan akibat dari masalah-masalah yang lainnya. Hampir sama seperti penyebab kecanduan lainnya seperti kecanduan narkoba dan rokok, kecanduan *gadget* merupakan pelarian dari masalah sebenarnya. Jika dilihat dari sudut pandang biologis, remaja yang mengalami kecanduan *gadget* mengalami peningkatan dopamin. Peningkatan dopamin yang membuat perasaan bahagia ini dipertahankan dan ditingkatkan terus menerus oleh para pecandu untuk memenuhi kepuasannya. Pola yang sedemikian rupa terus berulang dan pada akhirnya menyebabkan apa yang dinamakan kecanduan. Secara psikologis kecanduan *gadget* juga bisa disebabkan kurangnya kesajahteraan diri, *novelty seeking*, pelarian dari masalah yang dihadapinya (kecanduan, stress, ketidakpercayaan diri, hubungan sosial yang buruk, dll). Dari segi pola asuh, kecanduan *gadget* merupakan salah satu contoh hasil dari kemalasan para orang tua yaitu, membiarkan anak mengonsumsi *gadget* agar tidak rewel, memberi *gadget* dengan alasan membantu remaja belajar namun orang tua tidak mengawasi penggunaannya, dan *gadget* menjadi babysitter agar remaja tidak keluyuran dan betah di rumah. Dari faktor eksternal atau lingkungan, ada banyak sekali kemungkinan yang bisa menyebabkan remaja menjadi kecanduan. Salah satu penyebabnya yaitu faktor masalah keluarga, remaja-remaja yang hidup di keluarga yang penuh konflik menggunakan *gadget* sebagai tameng untuk remaja bisa lari dan bersembunyi. Lalu, perkembangan teknologi yang semakin luar biasa dan nyaman menyebabkan banyak orang akhirnya terlena. Dan yang terakhir ialah segi teman sebaya, remaja-remaja yang sedang mencari jati dirinya sangat bergantung kepada penerimaan dari komunitas teman sebayanya. Teman sebaya menjadi salah satu faktor yang cukup besar dalam penyebab kecanduan dan juga lepasnya remaja dari ketergantungan.

Dasar teologis yang bisa dipakai gereja untuk pedampingan untuk remaja yang mengalami krisis khususnya kecanduan yaitu kisah Yesus menyambut dan merangkul remaja-remaja (Markus 10:13-16) dan kisah Eli yang gagal mendidik remaja-remajanya (1 Samuel 3: 11-14). Kisah Yesus yang menyambut dan merangkul remaja, mengajarkan gereja untuk

bersedia merangkul yang lemah dan tertindas, salah satunya remaja-remaja. Pada masa pemerintahan romawi remaja-remaja dan perempuan mengalami subordinasi. Melalui kisah tersebut gereja diberikan contoh bagaimana seharusnya memperlakukan remaja-remaja. Gereja diharap ikut aktif ambil bagian dalam tindakan Yesus tersebut. Gereja diharapkan mampu menyambut dan merangkul remaja-remaja dalam segala krisisnya, agar mereka mampu bangkit dan pulih kembali. Selanjutnya dari Kisah Eli pada 1 Samuel 3:11-14, Gereja diajak untuk lebih bertanggung jawab dalam mendidik dan mendampingi remaja-remaja. Gereja sebagai perpanjangan tangan Allah dan pembimbing diharapkan mau senantiasa menghimbau dan menegur orang-orang disekitarnya (orang tua dan remaja) agar tidak hanyut dalam kesalahan, misalnya kesalahan orang tua dalam mendidik remaja dan kecanduan pada remaja.

Setelah melakukan berbagai penelitian, penyusun menyarankan dua bentuk konseling yang perlu dilakukan gereja yaitu pencegahan dan penanganan. Pencegahan berguna untuk menyadarkan orang tua dan remaja tentang bahayanya isu ini. Orang tua dan remaja diajak untuk waspada dan berhati-hati terhadap berbagai kemungkinan dampak negatif *gadget*. Khusus untuk orang tua, mereka juga diingatkan kembali tentang pentingnya pola asuh yang benar. Untuk masalah penanganan, penyusun membaginya menjadi dua bagian yaitu penanganan pada diri remaja dan penanganan pada lingkungan keluarga remaja. Penanganan pada diri remaja bertujuan untuk menolong remaja sadar dengan kecanduannya, lalu bangkit dari krisisnya tersebut. Remaja dibimbing untuk agar mampu bangkit dan mandiri melalui konseling, remaja diminta untuk menyelesaikan dan memutuskan tindakan yang mereka ambil secara mandiri tanpa ada intervensi. Penanganan pada diri remaja juga disertai dengan pendampingan sehingga remaja-remaja bisa pulih seutuh. Pendampingan juga perlu dilakukan agar remaja sadar bahwa dirinya tidak sendiri, ada orang-orang yang peduli dengannya. Penanganan selanjutnya dilakukan pada lingkungan keluarga remaja yang kecanduan. Dalam proses penyembuhan diperlukan kesepakatan dan usaha dari dua sisi yaitu antara remaja dan lingkungannya. Remaja yang dalam proses penyembuhan akan gagal jika lingkungannya tidak mendukungnya untuk berubah, maka dari itu menyiapkan lingkungan remaja juga merupakan hal yang cukup penting. Keluarga diharapkan bisa menjadi *support* sistem bagi pemulihan remaja.

## 5.2. Saran

### 5.2.1. Bagi Orang Tua dan Remaja

Seperti yang telah dijelaskan pada bab-bab sebelumnya bahwa orang tua mengambil peranan vital dalam kasus kecanduan ini. Sebagian besar orang tua, khususnya mereka yang keduanya (ayah dan ibu) sibuk bekerja, selama ini dimanjakan dengan hadirnya teknologi. Remaja-remaja mereka dibiarkan diasuh oleh *gadget* yang mereka miliki. Remaja-remaja menjadi terbiasa dan akhirnya kecanduan karena setiap hari yang remaja-remaja temukan lebih banyak ialah kehadiran *gadget*-nya dibanding orang tuanya.

Melalui skripsi ini, penyusun mengharapkan agar orang tua lebih memperhatikan remaja-remaja mereka. Masalah ekonomi keluarga memanglah sesuatu yang juga sama pentingnya, namun jangan sampai orang tua terlalu terhanyut dan lupa dengan remajanya. Selain itu penyusun berharap orang tua tidak memberikan dan membiasakan remajanya untuk memegang *gadget* sejak dini. Memberikan *gadget* sejak dini dapat merusak mental remaja karena remaja akan terbiasa dan fokus dengan *gadget*-nya saja. Untuk para orang tua yang sudah memberikan *gadget*-nya pada usia remaja harus tetap mengawasi dan membatasi penggunaan *gadget* pada remaja mereka. Orang tua juga perlu mengatur kapan remaja bisa memegang *gadget*-nya dan tidak.

Saran untuk remaja oleh penyusun ialah lebih berhati hati dan bertanggung jawab dengan *gadget* yang sudah diberikan orang tua. Selain itu, remaja-remaja juga harus bisa memfilter lingkungan pertemanannya. Jika apa yang dilakukan komunitas teman sebaya disekitarnya bersifat negatif, maka lebih baik mencari lingkungan pertemanan yang lebih baik. dan yang terakhir, jangan gunakan *gadget* sebagai pelepas stress. Gunakan kegiatan-kegiatan yang bersifat positif untuk mengatasi stress, seperti bernyanyi, memancing, menari, dll. Selain melepas stress kegiatan-kegiatan positif tersebut juga dapat mengasah bakat remaja.

### 5.2.2. Saran Bagi Gereja

Dalam penanganan masalah kecanduan ini penyusun menyarankan agar setiap gereja untuk segera mengambil keputusan dan bergerak untuk menangani masalah isu ini dengan cepat. Kecanduan *gadget* merupakan realita yang hampir dialami oleh sebagian besar jemaat saat ini. Proses pencegahan dan penanganan harus segera digaungkan, karena remaja-remaja yang merupakan anggota gereja yang berhak mendapatkan pelayanan yang sama seperti jemaat yang

lainnya. Remaja juga merupakan masa depan gereja maka dari itu hal ini perlu perhatian penting,

Penyusun menyarankan setiap gereja untuk menyediakan dan menyiapkan program-program konseling guna membantu remaja-remaja yang mengalami krisis. Seperti pada bab sebelumnya, ada banyak kegiatan yang bisa digunakan untuk melakukan proses konseling ini salah satunya menggunakan media kurikulum ibadah sekolah minggu dan remaja, khotbah, dan kegiatan-kegiatan gereja lainnya. Gereja bisa menggunakan hal-hal sederhana tersebut untuk membantu remaja-remaja untuk dapat bangkit dari masalahnya. Penyusun menyarankan kepada setiap gereja untuk juga membuat bilik konseling untuk remaja, bilik tersebut mungkin tidak harus dilayani oleh pendeta saja tetapi juga para guru sekolah minggu. Dengan adanya bilik konseling ini, harapan penyusun bisa menjadi tempat remaja untuk mengadu dan bercerita tentang masalah hidupnya. Remaja-remaja bisa mengungkapkan apa yang mungkin mereka selalu rasakan dan sembunyikan karena tidak ada orang yang bersedia mendengarkan keluh kesahnya. Dengan begitu remaja akan merasa bahwa gereja ada dan peduli dengan masalah hidup mereka.

Penyusun juga menyarankan adanya pelatihan konseling untuk para guru sekolah minggu atau majelis yang bertugas pada ibadah remaja. Pelatihan ini menurut penyusun penting karena para guru dan majelis tersebutlah yang dekat dengan kehidupan remaja-remaja di gereja. Pembekalan materi konseling akan membantu para guru dan majelis untuk bisa menangani berbagai kemungkinan permasalahan yang dialami oleh remaja-remaja yang mereka bimbing. Para guru sekolah minggu dan majelis diajak lebih peka terhadap berbagai situasi yang dialami remaja.

Saran terakhir penyusun ialah, gereja harus rajin menyuarakan ini lewat khotbah atau seminar untuk para orang tua. Karena orang tua merupakan faktor terpenting dalam pencegahan dan penanganan kasus kecanduan ini. Orang tua perlu diajak untuk sadar bahwa isu ini sudah ada di sekitar mereka dan mereka perlu berhati-hati dalam bersikap di era digital ini.

## DAFTAR PUSTAKA

### Buku Dan Jurnal:

- Beard, Keith W. *Menangani Remaja yang Kecanduan Internet*, dalam *Kecanduan Internet*, ed. Kimberly S. Young dan Cristiano Nabuco de Abreu, ter. Helly Prjitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto, 283-311. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Bhattacharyya, Ranjan. "Addiction to Modern *Gadgets* and Technologies Across Generation." *Eastern Journal of Psychiatry* 18, no. 2 (2015): 27-37.
- Blinca, Lukas dan David Smahel. *Kecanduan Game Bermain-Peran Online*, dalam *Kecanduan Internet*, ed. Kimberly S. Young dan Cristiano Nabuco de Abreu, ter. Helly Prjitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto, 123-152. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Bodner, Keith. *I Samuel: Native Commentary*. Sheffield: Sheffield Phoenix Press, 2009.
- Boland, B.J., and P.S. Naipospos. *Tafsiran Alkitab: Injil Lukas*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2015.
- Burke, Hilda. *The Phone Addiction Workbook*. Canada: Ulysses Press, 2019.
- Caplan, Scotte E. dan Andrew C. High. *Kesejahteraan Psikologis, dan Pemakaian Problematik Internet*, dalam *Kecanduan Internet*, ed. Kimberly S. Young dan Cristiano Nabuco de Abreu, ter. Helly Prjitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto, 59-90. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Carr, Alan. *Family Therapy: Concept, Process and Practice*. 2nd. Chichester: John Wiley & Sons Ltd, 2006.
- Chrismore, Shannon. *Dua Belas Langkah Pemulihan dalam Penanganan Rawat-inap untuk Kecanduan Internet*, dalam *Kecanduan Internet*, ed. Kimberly S. Young dan Cristiano Nabuco de Abreu, ter. Helly Prjitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto, 337-366. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Clinnebell, Howard. *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan Dan Konseling Pastoral*. Yogyakarta: Kanisius, 2002.
- Endang, Rosita. "Konseling Krisis sebagai Upaya Pengananan Psikologis Remaja di Yogyakarta." In *Prosbiding seminar nasional UNY: Optimalisasi Penelitian dan Pengabdian Dalam Membangun Insan Berkarakter*, ed. Sutiyono, Antuni Wiyarsih, Peni Rahmawaty, & Dyah Respati Suryo Samunar, 367-378. Yogyakarta: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Negeri Yogyakarta, 2012.
- France, R.T. *The New International Greek Testament Commentary NIGTC: The Gospel of Mark*. Michigan: Wm. B. Eerdmans Publishing Co, 2002.
- Greenfield, David. *Sifat Adiktif Penggunaan Internet*, dalam *Kecanduan Internet*, dalam *Kecanduan Internet*, ed. Kimberly S. Young dan Cristiano Nabuco de Abreu, ter. Helly Prjitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto, 222-251. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Green, Joel B. *The Gospel of Luke*. Michigan: William B. Eerdmans Publishing Company, 2002.

- Hurlock, Elizabeth B. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga, 1991.
- Kapur, Malavika. *Counselling Children with Psychological Problems*. New Delhi: Pearson Education India, 2011.
- Kayla Mubara, dkk. *Smartmom untuk Generasi Smart: Panduan Parenting di Era Digital*. Yogyakarta: DIVA Press, 2017.
- Keith W. Beard. "Internet Addiction in Children and Adolescent." In *Psychology Of Emotions, Motivations And Actions: Internet Addiction*, ed. Hannah O. Price, 95-112. New York: Nova Science Publishers, 2011.
- Kwon, Jung-Hye. *Menuju Pencegahan Kecanduan Internet Pada remaja*, dalam *Kecanduan Internet*, ed. Kimberly S. Young dan Cristiano Nabuco de Abreu, ter. Helly Prjitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto, 367-402. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.
- Lester, Andrew D. *Pelayanan Pastoral Bersama Anak-anak dalam Krisis*. Ter. Vivian A. Soesilo. Malang: Seminari Alkitab Asia Tenggara, 2002.
- Lutfiwati, Sri. "Memahami Kecanduan *Game* Online Melalui Pendekatan Neurobiologi." *Anfusina: Journal Of Psychology, Volume 1 Nomor 1*, 2018: 1-16.
- Mardani, Frida Putri. "Perilaku Kecanduan *Gadget* Siswa dalam Perspektif Kerangka Kerja Respectful." *Konselor*, 2018: 116-123.
- Margaret Davies. *Matthew: Second Edition*. Sheffield: heffield Phoenix Press, 2009.
- Mercer, Joyce Ann. *Welcoming Children: A Practical Theology of Childhood*. St. Louise: Chalice Press, 2005.
- Nakaya, Andrea C. *Internet and Social Media Addiction*. United states: ReferencePoint Press, 2015.
- Prof. Dr. A. Muri Yusuf, M. Pd. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif & Penelitian Gabungan*. Jakarta: Prenada Media, 2016.
- Rahayu, Sestuningsih Margi. "Konseling Krisis: Sebuah Pendekatan Dalam Mereduksi Masalah Traumatik Pada Anak Dan Anak." *Jurnal Pendidikan 2* (2017): 53-56.
- Ramdhani, Ririn Alham. "Hubungan Sensation Seeking Dengan Kecanduan *Game* Online Pada Mahasiswa Pemain *Game* PUBG." *E-journal Universitas Negeri Padang*, 2020: 1-11.
- Ratuliu, Mona. *Digital ParenThink: Tips Mengasuh Kidz Zaman Now*. Jakarta: Noura Books, 2018.
- Sandoval, Jonathan. *Handbook Crisis Counseling, intervention, and Prevention in the School: Second Edition*. Mahwah: Lawrence Erlbaum Associates Publishers, 2002.
- Shin, Yee-Jin. *Mendidik Anak di Era Digital*. Jakarta: Noura Books, 2014.
- Stein, Robert H. *Mark*. Michigan: Baker Academic, 2008.
- Subagyo, Andreas B. *Tampil Laksana Kencana: Pertolongan Untuk Mencegah Dan Mengatasi Krisis Sepanjang Hidup*. Bandung: Yayasan Kalam Hidup, 2003.

- Wright, H. Norman. *Konseling Krisis: Membantu Orang dalam Krisis dan Stres*. Malang: Gandum Mas, 2006.
- Young, Kimberly S. "The Evolution of Internet Addiction Disorder." In *Internet Addiction: Neuroscientific Approaches and Therapeutical Interventions*, ed. Christian Montag dan Martin Reuter, 3-17. Switzerland: Springer, 2015.
- Young, Kimberly S. *Asesmen Klinis Klien-klien yang Mengalami Kecanduan Internet*, dalam *Kecanduan Internet*, ed. Kimberly S. Young dan Cristiano Nabuco de Abreu, ter. Helly Prijitno Soetjipto dan Sri Mulyantini Soetjipto, 30-56. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2017.

#### **Internet:**

- Adrian, Kevin. *Memahami Fungsi Otak Besar Berdasarkan Bagiannya*. 2 April 2019. <https://www.alodokter.com/memahami-fungsi-otak-besar-berdasarkan-bagiannya> (diakses 28 April 2020).
- Aprilia, Intan. *Anak Kecanduan Gadget Sampai Masuk Rumah Sakit Jiwa di Bondowoso*. 28 Januari 2018. <https://parenting.orami.co.id/magazine/anak-kecanduan-gadget-sampai-masuk-rumah-sakit-jiwa-di-bondowoso/> (diakses 28 April 2020).
- Budiman, Djoko. *Ini Beragam Tanda Si Kecil Sudah Kecanduan Gadgetnya*. 1 Mei 2019. <https://ivoox.id/ini-beragam-tanda-si-kecil-sudah-kecanduan-gadgetnya> (diakses 20 November 2019).
- Clarke, Jordi. *Gestalt Therapy and Using the Present for Healing*,. 18 April 2020. <https://www.verywellmind.com/what-is-gestalt-therapy-4584583> (diakses 17 Juli 2020).
- Duarte, Fernando. *Berapa banyak waktu yang dihabiskan rakyat Indonesia di media sosial? 9 September 2019*. <https://www.bbc.com/indonesia/majalah-49630216> (di akses 14 Oktober 2019).
- Eprints UNY. <https://eprints.uny.ac.id/22491/2/bab%201234.pdf> (di akses 26 Juli 2020).
- Hellosehat.com. *Begini Sesungguhnya Tahap Jatuh Cinta yang Sering Kalian Rasakan*. 30 Desember 2016. <https://lifestyle.okezone.com/read/2016/12/30/196/1579097/begini-sesungguhnya-tahap-jatuh-cinta-yang-sering-kalian-rasakan> (diakses 28 April 2020).
- Hutagaol, Sarah. *Ratusan Anak Masuk RSJ karena Kecanduan Gadget Jadi Tampanan Semua Keluarga*. 19 Oktober 2019. <https://nasional.okezone.com/read/2019/10/19/337/2119073/ratusan-anak-masuk-rsj-karena-kecanduan-gadget-jadi-tampanan-semua-keluarga> (diakses 20 November 2019).
- IntiFocus.com. *Tak Semua Pemain Game Online Rawan Kecanduan, Ini Penjelasan Ahli*. 7 Juli 2018. <https://intifocus.com/2018/07/07/tak-semua-pemain-game-online-rawan-kecanduan-ini-penjelasan-ahli/> (diakses 28 April 2020).
- Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan. "Modul pengembangan Keprofesionalan Berkelanjutan bimbingan Dan Konseling (Bk) Sekolah Menengah Atas (SMA): Kelompok E." *Kemdikbud*. n.d.

[http://repositori.kemdikbud.go.id/9646/1/20171010033328\\_59dc3f88cc722.pdf](http://repositori.kemdikbud.go.id/9646/1/20171010033328_59dc3f88cc722.pdf)  
(diakses 26 Juli 2020).

Nasucha, Arif Fajar. "7 Kelebihan PlayStation 5 yang Akan Diluncurkan oleh Sony pada 2020." *Tribun techno*. 30 Oktober 2019.

<https://www.tribunnews.com/techno/2019/10/30/7-kelebihan-playstation-5-yang-akan-diluncurkan-oleh-sony-pada-2020?page=3>, (diakses 26 Juli 2020).

Pembuain, Helena D., Rieske Rumbay, and Stephan J. B. Souisa. "Proses Persepsi Mahasiswa Terhadap Suatu Objek Yang Dilihat Ditinjau Dari Perspektif Teori Gestalt." *OSFPREPRINTS*. 16 Desember 2019. <https://osf.io/cegxk/> (diakses 10 Juli 2020).

Pitaloka, Ardanareswari Ayu. "Perilaku Konsumsi Game Online Pada Pelajar(Studi Fenomenologi tentang Perilaku Konsumsi Game Online Pada Pelajar diKelurahan Gemolong, Kabupaten Sragen tahun 2013." *Neliti*. n.d.  
<https://media.neliti.com/media/publications/13630-ID-perilaku-konsumsi-game-online-pada-pelajar-studi-fenomenologi-tentang-perilaku-k.pdf> (diakses 26 Juli 2020).

Psikologi Indonesia. *Inilah 10 Hal Menarik yang Harus Kamu Ketahui Mengenai DSM*. 7 Agustus 2016. <https://www.psikoma.com/inilah-10-hal-menarik-yang-harus-kamu-ketahui-mengenai-dsm/> (diakses 28 April 2020).

Ramdhani, Dendi. *Pasien Kecanduan Game di RSJ Jabar Terus Bertambah*. 19 Desember 2019. <https://regional.kompas.com/read/2019/12/19/11402691/pasien-kecanduan-game-di-rsj-jabar-terus-bertambah> (diakses 28 April 2020).

Riyadi, Hermawan. *Pengertian Gadget Beserta Fungsi dan Macam-macam Gadget*. n.d.  
<https://www.nesabamedia.com/pengertian-gadget/> (diakses Juli 26, 2020).

Sridanti. *Apa itu Korteks prefrontal dan fungsinya*. 16 Februari 2020.  
<https://www.sridianti.com/apa-itu-korteks-prefrontal.html> (diakses 28 April 2020).

Suryanis, Afrilia. *Koran Tempo*. 21 Ferbruari 2020. <https://koran.tempo.co/read/ilmu-dan-teknologi/450341/menguak-efek-obat-stimulan-pada-otak?> (diakses 28 April 2020).

Syah, Pradita Kurniawan. *Kecanduan gim HP, dua remaja Bekasi alami gangguan jiwa*. 17 Oktober 2019. <https://www.antaranews.com/berita/1117016/kecanduan-gim-hp-dua-remaja-bekasi-alami-gangguan-jiwa> (diakses 20 November 2019).

Utami, K. Wahyu. *Banyak Orangtua Andalkan Gadget untuk "Mengasuh" Anak*. 29 Juni 2013.  
<https://lifestyle.kompas.com/read/2013/06/29/1703028/Banyak.Orangtua.Andalkan.Gadget.untuk.Mengasuh.Anak> (diakses 20 November 2019).

Websindo. *Indonesia Digital 2019 : Media Sosial*. n.d. <https://websindo.com/indonesia-digital-2019-media-sosial/> (diakses 28 April 2020).

Wirawan, Jerome. *Anak kecanduan game online: 'Memegang pisau' dan 'memukul wajah ibu', dirawat di rumah sakit jiwa*. 4 Desember 2019.  
<https://www.bbc.com/indonesia/majalah-50655956> (diakses 28 April 2020).

World Health Organization. *Sharpening the focus on gaming disorder*. 6 Juni 2019.  
<https://www.who.int/bulletin/volumes/97/6/19-020619/en/> (diakses 10 Mei 2020).

Yamin, Muhammad. *Penyebab Kunci Rasa Malu; Pregenual Anterior Cingulate Cortex* . 9 April 2011.

<https://www.kompasiana.com/myamin/5500b317a33311531850f980/penyebab-kunci-rasa-malu-pregenual-anterior-cingulate-cortex> (diakses 28 April 2020).

©UKDW