



## Inilah Cara Anak 6 Tahun Siasat Malam Hari Agar Bisa Main Gadget Lebih Lama, Kata Ibu

### Description

#### \*\*Mengatasi Kecanduan Layar pada Anak\*\*

Mungkin tidak ada dua kata yang menimbulkan lebih banyak ketakutan pada hati orangtua saat ini daripada “waktu layar.” Bagi seorang ibu di Reddit, kecintaan anaknya pada perangkat telah mencapai tingkat yang tak pernah dia sadari sebelumnya. Anak perempuan berusia 6 tahun tersebut menyusup di sekitar rumah pada malam hari untuk menggunakan elektronik dan mendapatkan lebih banyak waktu layar.

#### \*\*Generasi Pertama di Era Digital\*\*

Anak-anak saat ini berada dalam wilayah yang agak belum terjamah sebagai generasi pertama yang tidak pernah mengenal dunia non-digital. Akibatnya, waktu layar menjadi salah satu isu orangtua yang paling kontroversial saat ini.

#### \*\*Kecanduan Layar pada Anak\*\*

Studi Pew Research 2020 menemukan bahwa 71% orangtua khawatir dengan segala waktu layar ini terhadap anak-anak, dan 66% mengatakan mereka percaya bahwa layar waktu dan media sosial membuat cara mengasuh anak lebih sulit daripada 20 tahun lalu.

#### \*\*Perilaku Anak yang Mencemaskan\*\*

Anak perempuan tersebut tidak diperbolehkan oleh ibunya menggunakan layar selama minggu, tetapi dia tetap terobsesi. Dia telah mencuri telepon, laptop, tablet, dan perangkat game. Bahkan dia menghabiskan \$100 uang saudaranya untuk bermain game di tengah malam yang melebihi batas pengeluaran dari akun banknya.

#### \*\*Bahaya Kecanduan Layar\*\*

Kecanduan layar merupakan masalah nyata bagi anak-anak, dan penelitian menunjukkan bahwa ini adalah masalah yang jauh lebih besar daripada waktu layar itu sendiri. Penelitian saraf telah menemukan bahwa layar, media sosial, TikTok, dan bahkan aplikasi seperti YouTube yang tampak tidak terlalu berbeda dari televisi bagi orang dewasa, bersifat adiktif karena memengaruhi sistem

hadiah dopamin dan serotonin otak kita.

**\*\*Tips Mengatasi Kecanduan Layar\*\***

- Hindari menggunakan elektronik sebelum usia 2 tahun
- Tetapkan waktu layar dengan parameter yang jelas
- Beri hadiah saat berakhirnya waktu layar

Dengan adanya penelitian yang menunjukkan bahwa kecanduan layar pada anak dapat menyebabkan berbagai masalah, langkah-langkah tegas dan konsisten perlu diambil untuk melindungi anak-anak dari efek perangkat dan lingkungan media yang otak kita tidak pernah dirancang untuk menghadapinya.

## Ringkasan

Orangtua mungkin takut setengah mati dengan kata-kata “waktu layar” saat ini. Bagi seorang ibu di Reddit, cinta anaknya terhadap perangkat telah mencapai tingkat yang tidak pernah ia duga. Menurut Anda, apakah waktu layar benar-benar bisa memengaruhi perkembangan anak? Bagaimana cara menghadapi ketergantungan layar pada anak? Bagikan pendapat dan pengalaman Anda di kolom komentar!

Sumber berita silahkan Cek di sini [Source link](#) . jangan lupa baca berita/artikel terkait melalui link di bawah. dan silahkan cek tools kehamilan terbaru dari homp.my.id yaitu tools [kalkulator kehamilan](#)