

Mencegah Nomophobia Sejak Dini Melalui Layanan BK di MDTA Aek Badak Julu

Asmaryadi^{1*}, Nurhasanah Pardede², Putoro Dongoran³, Eny Mayasari⁴, Fauzan Habibie Nasution⁵, Devi Adriany⁶, Mutiara Astari⁷


^{1,2,7}Bimbingan dan Konseling, ³PPKN, Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan, Afiliasi Penulis Pertama, Jl. Sutan Moh. Arif No. 32, Batang Ayumi Julu, Kota Padangsidempuan, Sumatera Utara

⁴Ekonomi, ⁶Bimbingan Konseling Islam, ⁶PGMI, UIN Syekh Ali Hasan Ahmad Addary Padangsidimpuan, Jl. T.Rizal Nurdin, Kec. Sihitang, Padangsidimpuan, Sumatera Utara, 22730

⁵Kewirausahaan, Institut Teknologi Dan Sains Nahdlatul Ulama Padangsidempuan, Jl. Nusa Indah No.3, Ling.3, Wek.V, Kota Padangsidempuan, Sumatera Utara

E-mail: asmaryadi@um-tapsel.ac.id

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3825>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 23 Nov 2025

Revised: 05 Dec 2025

Accepted: 23 Dec 2025

Kata Kunci:

Nomophobia, Layanan BK, Madrasah

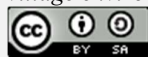
Keywords:

Nomophobia, Guidance Services, Islamic Boarding School

ABSTRACT

Penggunaan ponsel pintar telah menjadi bagian penting kehidupan masyarakat, termasuk anak usia sekolah dasar, karena kemudahan akses informasi, hiburan, dan komunikasi di era digital. Namun, anak usia dini seharusnya memiliki kebebasan mental untuk belajar tanpa ketergantungan pada media digital. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik triangulasi data melalui observasi dan wawancara tidak terstruktur, serta pendekatan Participatory Action Research (PAR) yang melibatkan kepala madrasah dan guru. Analisis data dilakukan melalui reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh teknologi masih kuat di MDTA Aek Badak Julu, meskipun tidak semua siswa memiliki ponsel. Banyak siswa terpapar konten ponsel orang tua dan menunjukkan gejala kecanduan, termasuk nomophobia. Ketergantungan ini dipengaruhi oleh kurangnya pengawasan orang tua dan kebiasaan memberikan ponsel kepada anak. Layanan Bimbingan dan Konseling terbukti efektif dalam mengubah perilaku siswa agar lebih memahami bahwa ponsel bukan kebutuhan utama, meskipun lingkungan desa sangat menekankan pendidikan agama.

Smartphone use has become an essential part of people's lives, including elementary school-aged children, due to the ease of access to information, entertainment, and communication in the digital era. However, early childhood should have the mental freedom to learn without dependence on digital media. This study used a qualitative descriptive method with data triangulation techniques through observation and unstructured interviews, as well as a Participatory Action Research (PAR) approach involving the madrasah principal and teachers. Data analysis was carried out through data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The results showed that the influence of technology remains strong in MDTA Aek Badak Julu, although not all students own mobile phones. Many students are exposed to parental mobile phone content and exhibit symptoms of addiction, including nomophobia. This dependence is influenced by a lack of parental supervision and the habit of giving mobile phones to children. Guidance and Counseling Services have proven effective in changing student behavior so that they better understand that mobile phones are not primary needs, even though the village environment strongly emphasizes religious education.



This is an open access article under the CC–BY-SA license.

How to Cite: Asmaryadi, et al (2025). Mencegah Nomophobia Sejak Dini Melalui Layanan BK di MDTA Aek Badak Julu, 4(3) 14524-14530. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3825>

PENDAHULUAN

Penggunaan ponsel pintar telah menjadi bagian penting dari kehidupan masyarakat, termasuk anak-anak di usia sekolah dasar, pada era digital saat ini, ponsel semakin melekat dalam aktivitas sehari-hari karena berbagai alasan, termasuk kemudahan akses ke informasi, hiburan, dan komunikasi (Ulfah, 2020). Meskipun ada keuntungan, efek negatif mulai muncul pada perilaku anak, terutama ketika penggunaan ponsel tidak dibatasi, fenomena *nomophobia*, yang berarti seseorang merasa takut, cemas, atau tidak nyaman ketika siswa meninggalkan ponsel siswa, adalah salah satu dampak yang muncul. Anak-anak mudah larut dalam penggunaan ponsel untuk bermain game, menonton video, atau menjelajah internet karena siswa kekurangan kontrol diri dan kemampuan mengatur waktu pada usia ini, kebiasaan ini kemudian dapat mengganggu pola tidur, minat belajar, dan fokus (Suciati, 2024). Secara nasional, sejumlah studi menunjukkan bahwa penggunaan ponsel yang lebih tinggi oleh anak-anak berkorelasi positif dengan penurunan konsentrasi, gangguan perilaku, dan kemampuan sosial, anak-anak menggunakan ponsel dengan hati-hati, dengan bimbingan, dan sesuai dengan perkembangan siswa, keluarga dan sekolah diharapkan menjadi tempat di mana nilai-nilai karakter, kebiasaan belajar yang sehat, dan kedisiplinan digital ditanamkan (Safaria, Saputra, & Arini, 2022). Agar peserta didik dapat tumbuh dengan keseimbangan antara kebutuhan teknologi dan kewajiban belajar, lembaga pendidikan, khususnya madrasah, harus dapat memberikan pengawasan yang efektif dan pendidikan tentang literasi digital. Namun, realitas nyata menunjukkan kondisi yang berbeda, di MDTA Aek Badak Julu, siswa yang menggunakan ponsel mulai menunjukkan gejala ketergantungan. Banyak siswa yang datang ke sekolah dalam kondisi mengantuk karena bermain ponsel hingga larut malam, marah ketika diminta untuk berhenti bermain, dan sering menunjukkan hilangnya minat dan konsentrasi selama pembelajaran. Meskipun siswa tampak hadir secara fisik, pikirannya tetap berada di dunia digital.

Data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika (2024), 68% anak-anak Indonesia berusia antara 7 dan 12 tahun sudah memiliki akses penuh ke ponsel pintar, baik milik orang tua maupun pribadi. Akses yang semakin murah dan mudah ini memiliki efek dua arah, ini meningkatkan wawasan kita, tetapi juga meningkatkan risiko ketergantungan teknologi sejak usia dini (Rizqiyah et al, 2025). Sekarang, tidak hanya remaja dan dewasa yang mengalami kecemasan berlebihan ketika tidak memiliki ponsel, penelitian UNICEF Indonesia (2023) menemukan bahwa 41% anak usia 9–12 tahun menangis atau gelisah jika ponselnya tertinggal atau mati, gejala ini muncul lebih awal dari yang diantisipasi, sehingga risiko perkembangan psikologis dan kemampuan konsentrasi belajar anak menjadi semakin nyata (Widayati, 2025).

Di satu sisi, stimulasi digital diperlukan untuk anak-anak agar dapat mengimbangi perkembangan zaman, sebaliknya, terutama di wilayah pedesaan dan pinggiran, seperti Kecamatan Panyabungan Utara, Kabupaten Mandailing Natal, pengaturan penggunaan perangkat masih kurang. Sementara sekolah belum memiliki program pencegahan *nomophobia* yang sistematis, orang tua sering memberikan ponsel siswa sebagai "pengasuh pengganti" saat siswa sibuk bekerja. Salah satu madrasah diniyah takmiliyah pertama di wilayah tersebut, MDTA Islamiyah Aek Badak Julu, menghadapi masalah yang sama. Mengingat larangan tertulis, hampir 70% siswa kelas 4–6 membawa ponsel ke sekolah. Siswa yang lupa membawa baterai atau kehabisan sering gelisah, kesulitan mengikuti pelajaran, dan beberapa menangis di sudut kelas.

Anak-anak di usia dini seharusnya memiliki kebebasan mental untuk belajar tanpa takut kehilangan akses ke media digital, madrasah seharusnya menjadi tempat yang aman di mana fokus terpusat pada pengajaran agama, hafalan, dan pembentukan akhlak mulia daripada tempat yang terus-menerus dipenuhi dengan pesan yang tidak berhenti (Apriyani, Saprin & Munawir, 2024). Karena belum ada upaya khusus dari layanan bimbingan dan konseling untuk mencegah *nomophobia* sejak dini, perbedaan antara kenyataan dan harapan ini semakin lebar, selama ini, layanan bimbingan dan konseling di madrasah diniyah lebih banyak berkonsentrasi pada masalah moral, kenakalan ringan, atau kesulitan belajar akademik umum, meskipun dampak *nomophobia* yang jelas terlihat pada interaksi sosial siswa, konsentrasi saat mengaji, dan kualitas hafalan, masalah ini masih kurang diperhatikan (Safaria, Saputra,, & Arini, 2022).

Kondisi ini menunjukkan bahwa institusi pendidikan memerlukan perawatan khusus, terutama dalam hal layanan Bimbingan dan Konseling (BK). Idealnya, layanan BK berfungsi sebagai benteng utama dalam pencegahan dan penanganan *nomophobia* sejak dini. BK dapat mengajarkan siswa tentang penggunaan ponsel yang sehat dan preventif; kuratif, BK dapat membantu siswa yang sudah

menunjukkan tanda-tanda ketergantungan dan edukatif, BK dapat mengajarkan siswa bagaimana mengatur waktu dan mengontrol perilakunya. Layanan BK telah mulai beroperasi di MDTA Aek Badak Julu sendiri, di mana siswa dapat mendapatkan bimbingan, pendampingan emosional, dan instruksi tentang penggunaan ponsel. Namun, upaya ini masih kurang, karena banyak siswa yang mengalami gangguan fokus, kelelahan belajar, penurunan motivasi, dan kecenderungan untuk menjauh dari interaksi sosial.

Kondisi ini menunjukkan bahwa lembaga pendidikan membutuhkan perhatian khusus, terutama untuk layanan Bimbingan dan Konseling (BK). Layanan BK seharusnya berfungsi sebagai benteng utama untuk mencegah dan menangani nomophobia sejak dini. BK memiliki beberapa manfaat bagi siswa, preventif dan edukatif, BK dapat mengajarkan siswa tentang penggunaan ponsel yang sehat dan kuratif, BK dapat membantu siswa yang sudah menunjukkan tanda-tanda ketergantungan dan edukatif, BK dapat mengajarkan siswa bagaimana mengatur waktu dan mengontrol perilakunya (Lubis, 2020). Siswa dapat mendapatkan bimbingan, pendampingan emosional, dan bimbingan tentang penggunaan ponsel di MDTA Aek Badak Julu, tempat BK mulai beroperasi. Namun, banyak siswa yang mengalami gangguan fokus, kelelahan belajar, penurunan motivasi, dan kecenderungan untuk menjauh dari interaksi sosial. Akibatnya, upaya ini masih kurang.

Dengan demikian, perlu dilakukan penelitian tentang "Mencegah Nomophobia Sejak Dini Melalui Layanan BK di MDTA Aek Badak Julu". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan fungsi layanan BK dalam mencegah dan menangani gejala nomophobia dan bagaimana layanan tersebut dapat meningkatkan konsentrasi belajar siswa. Dengan memahami masalah secara menyeluruh, madrasah diharapkan dapat membuat pendekatan pendampingan yang lebih baik, meningkatkan kerja sama dengan orang tua, dan membuat lingkungan belajar yang sehat tanpa penggunaan ponsel yang berlebihan.

METODE

Metode deskriptif kualitatif digunakan dalam penelitian ini (Sugiyono, 2011). Wawancara dilakukan dengan kepala madrasah MDTA Aek Badak Julu, dan beberapa guru yang akan menjadi subjek dalam melakukan pengabdian ini. Penelitian kualitatif ini mengumpulkan data melalui teknik triangulasi data yang menggabungkan berbagai sumber data melalui metode observasi dan wawancara tidak terstruktur, serta survei untuk menghasilkan data deskriptif dari analisis atau perilaku yang diamati (Moleong Lexy J, 2017).

Dengan menggunakan pendekatan Participatory Action Research (PAR), peneliti bekerja sama dengan kepala madrasah dan guru untuk mempelajari masalah saat ini. Adapun subjek dalam pengabdian ini sebagai berikut:

1. Kepala Madrasah (TS)
2. Guru (AS)
3. Guru (KS)

Analisis data dapat dilakukan dengan berbagai cara, mulai dari proses reduksi data, penyampaian data, hingga penarikan kesimpulan (Muri A Yusuf, 2013). Dengan demikian melalui layanan bimbingan dan konseling dapat mencegah nomophobia di usia sejak dini, siswa dapat meningkatkan konsentrasi belajarnya dan dapat bersosialisasi dengan baik di lingkungannya, tanpa meninggalkan adab dan sopan santunnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian akan peneliti paparkan bagaimana layanan BK dapat mencegah nomophobia untuk anak usia dini, Desa Aek Badak Julu sangat memperhatikan pendidikan keagamaan anak-anak. Ini ditunjukkan oleh peran penting Madrasah Diniyah Takmiliah Awaliyah (MDTA) sebagai lembaga pendidikan agama, yang sejak awal telah berfungsi sebagai pusat pembinaan moral, ibadah, dan karakter. Hampir semua orang tua di desa ini mendorong anak-anaknya untuk pergi ke MDTA untuk belajar setiap sore karena masyarakat di sana percaya bahwa pendidikan agama adalah kunci untuk membentuk generasi yang baik. MDTA memiliki dukungan masyarakat yang kuat, yang membuatnya bukan hanya tempat belajar tetapi juga tempat pembinaan moral dan perilaku. Meskipun pendidikan agama sangat penting, peneliti menemukan tantangan baru seiring kemajuan teknologi, seperti tanda-tanda nomophobia pada beberapa siswa.

Meskipun anak-anak MDTA biasanya tidak memiliki ponsel pribadi, siswa mulai mengalami nomophobia, atau ketakutan yang berlebihan ketika jauh dari ponsel. Fenomena ini menunjukkan bahwa pengaruh teknologi dapat masuk ke mana pun, bahkan ke desa yang berkonsentrasi pada pendidikan agama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa salah satu faktor utama yang menyebabkan nomophobia adalah kebiasaan beberapa orang tua memberikan ponsel kepada anak siswa untuk membuat siswa nyaman di rumah. Anak-anak terbiasa dengan hiburan digital seperti game dan video dengan cepat dan menjadi tergantung padanya tanpa disadari pada usia dini. Anak-anak yang terbiasa memegang ponsel di MDTA menjadi tidak fokus karena pikirannya terbawa ke aktivitas digital yang siswa lakukan di rumah.

Peneliti juga menemukan bahwa munculnya gejala nomophobia dipengaruhi oleh lingkungan sosial. Banyak siswa yang menjadi penasaran dengan permainan atau konten yang siswa lihat dan saling bercerita tentangnya. Akibatnya, berbicara tentang game atau video membuat sebagian siswa kehilangan fokus dan sulit mengalihkan perhatian siswa ke pelajaran agama, bahkan jika siswa tidak membawa ponsel ke sekolah. Nomophobia juga disebabkan oleh orang tua yang tidak memahami dampak penggunaan ponsel terhadap perkembangan anak usia dini. Beberapa orang tua percaya bahwa ponsel adalah cara cepat untuk membuat anak tenang, tetapi siswa tidak mempertimbangkan dampak jangka panjang pada perilaku, fokus belajar, dan perkembangan emosional anak. Inilah yang kemudian menjadi dasar pentingnya layanan Bimbingan dan Konseling (BK) sejak awal di MDTA Aek Badak Julu untuk mencegah nomophobia dan meningkatkan pendidikan karakter.

Peneliti melakukan wawancara dengan kepala madrasah dan dua orang guru terkait dengan penggunaan ponsel siswa di MDTA Aek Badak Julu, adapun jawabannya sebagai berikut :

Pengaruh teknologi masih terasa kuat di MDTA Aek Badak Julu, meskipun tidak semua siswa memiliki ponsel pribadi. Banyak siswa datang ke sekolah dengan cerita, video, atau konten dari ponsel orang tua siswa. Hal ini menunjukkan bahwa keterpaparan terhadap ponsel sejak kecil mulai membentuk kebiasaan dan cara berpikir Siswa. Selain itu, guru madrasah menemukan bahwa beberapa siswa mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi saat belajar. Hal-hal digital yang Siswa gunakan di rumah sering mengganggu pikiran Siswa. Siswa kadang-kadang melakukan hal-hal secara spontan, seperti menyebut karakter game atau menceritakan tentang pengalaman bermainnya di tengah proses pembelajaran. Fenomena ini menunjukkan bahwa perhatian anak terbagi antara dunia digital yang lebih menarik dan pelajaran.

Namun, perubahan positif mulai terlihat setelah layanan bimbingan diberikan, terutama melalui bimbingan BK. Siswa mulai memahami mengapa penggunaan ponsel harus dibatasi dan bagaimana hal itu berdampak pada kemampuan Siswa dalam belajar. Perlahan-lahan, Siswa belajar mengendalikan diri, menenangkan diri, dan lebih siap untuk mengikuti pelajaran tanpa terganggu oleh ingatan tentang game atau tontonan sebelumnya. Guru mengakui peran BK yang sangat penting dalam menciptakan kebiasaan belajar yang lebih baik. Dengan metode yang tepat, siswa menunjukkan peningkatan fokus, perilaku, dan pemahaman tentang penggunaan ponsel yang sehat. Hal ini menunjukkan bahwa instruksi membantu memerangi nomophobia dan meningkatkan proses belajar di MDTA Aek Badak Julu.

Selanjutnya peneliti bertanya tentang kecanduan ponsel kepada kepala madrasah dan dua orang guru, adapun jawabannya sebagai berikut :

Meskipun siswa tidak memiliki ponsel pribadi, beberapa siswa di MDTA Aek Badak Julu menunjukkan gejala kecanduan ponsel. Siswa tertentu tampak gelisah ketika Siswa tidak memiliki ponsel orang tuanya, terutama saat Siswa pulang sekolah. Siswa bahkan sering meminta izin keluar kelas hanya untuk melihat ponsel orang tua menunggu di luar. Perilaku ini menunjukkan nomophobia yang muncul di usia muda. Guru juga melihat perubahan emosional pada siswa ketika Siswa ditegur karena berbicara tentang game saat belajar. Beberapa siswa tampak kehilangan semangat dan murung, seolah-olah Siswa tidak dapat melepaskan diri dari dunia digital yang sudah menjadi bagian dari otak Siswa. Ponsel memiliki efek yang kuat dan mengganggu konsentrasi belajar, meskipun tidak digunakan di madrasah.

Kondisi ini diperburuk oleh kebiasaan di rumah di mana banyak orang tua memberi anak ponsel sebagai cara untuk menenangkan atau membuat Siswa diam. Akibatnya, anak-anak menjadi terbiasa menghabiskan waktu dengan layar dan semakin sulit untuk berkonsentrasi saat berada di kelas. Ketika kebiasaan itu muncul, perhatian anak mudah terpecah dan Siswa lebih rentan terhadap gangguan digital meskipun Siswa tidak memegang ponsel. Fenomena ini menunjukkan bahwa nomophobia pada anak

berasal dari kepemilikan ponsel dan cara Siswa menggunakan ponsel di rumah. Karena itu, sekolah dan layanan BK menjadi sangat penting untuk membantu siswa belajar secara mandiri. Di sisi lain, keterlibatan orang tua diperlukan agar upaya pembinaan dapat seimbang antara madrasah dan rumah.

Pertanyaan yang berkaitan dengan penanganan layanan BK dalam mencegah nomophobia di MDTA Aek Badak Julu menurut kepada kepala madrasah dan dua orang guru, yaitu sebagai berikut :

Layanan BK terbukti dapat mengubah perilaku siswa, madrasah mendukungnya sepenuhnya, saat kelas berjalan, siswa menjadi lebih santai dan mulai memahami bahwa ponsel tidak penting dalam kehidupan sehari-hari, terutama untuk belajar, kesadaran ini merupakan langkah pertama menuju mengurangi ketergantungan siswa pada ponsel (Asmuni, 2024). Selain itu, guru melihat bahwa siswa mulai memahami mengapa penting membatasi penggunaan ponsel setelah diberi penjelasan dan instruksi. Siswa menjadi lebih tenang di kelas dan lebih fokus saat mengikuti pelajaran. Ini menunjukkan bahwa pendekatan BK dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada siswa tentang efek penggunaan ponsel yang berlebihan. Konseling individu dan bimbingan kelompok sangat penting untuk mengubah perilaku siswa.

Dengan menggunakan pendekatan pribadi, guru BK dapat membantu siswa mengenali kebiasaan buruk dan membantu Siswa membangun pola belajar yang lebih disiplin. Guru juga dapat membuat siswa lebih mudah diarahkan dan lebih terbuka terhadap saran (Harita et al, 2022). Secara keseluruhan, layanan BK di MDTA Aek Badak Julu terbukti sangat efektif dalam membangun kebiasaan baru yang berdampak lebih baik. Siswa tidak hanya menjadi lebih disiplin dalam belajar siswa, tetapi siswa juga mulai memahami aturan dan belajar mengendalikan keinginan Siswa terhadap dunia digital. Ini menunjukkan bahwa intervensi BK sangat efektif dalam mencegah nomophobia sejak dini.

Tabel 1. Kondisi Nomophobia di MDTA Aek Badak Julu Sebelum dan Sesudah Pengabdian Kepada Masyarakat

No.	Aspek yang di nilai	Sebelum pengabdian	Setelah pengabdian
1.	Fokus belajar siswa	Sering mengalihkan penjelasan guru, banyak ceirta tentang game, membahas trend di media sosial	Lebih fokus, mampu mengikuti pelajaran dengan tenang
2.	Kecemasan tanpa ponsel	Beberapa siswa gelisah ketika jauh dari ponsel orang tua	Mulai terbiasa tanpa ponsel, kecemasan berkurang
3.	Pengetahuan tentang dampak ponsel	Rendah, menganggap ponsel hanya untuk hiburan	Mulai memahami bahwa penggunaan ponsel harus dibatasi
4.	Kedisiplinan saat belajar	Kurang disiplin, mudah tersinggung	Lebih tertib, mengikuti arahan guru
5.	Peran orang tua	Minim pengawasan, ponsel sering diberikan tanpa batas	Lebih terlibat, mulai membatasi penggunaan ponsel di rumah

Meskipun beberapa siswa MDTA belum memiliki ponsel pribadi, Siswa sudah menunjukkan nomophobia. Ponsel orang tua yang sering dipinjamkan atau digunakan sebagai alat hiburan memberikan pengaruh utama. Kondisi ini menyebabkan gelisah, penurunan konsentrasi belajar, dan ketertarikan berlebihan terhadap game atau konten digital, menurut guru dan kepala sekolah. Siswa menjadi lebih disiplin, lebih fokus, dan menunjukkan perubahan sikap terhadap penggunaan teknologi setelah menggunakan layanan BK, terutama bimbingan kelompok dan konseling individu. Selain itu, bekerja sama dengan orang tua adalah komponen penting dalam mengurangi nomophobia.

Secara keseluruhan, layanan BK di MDTA Aek Badak Julu terbukti efektif dalam pencegahan (mencegah masalah sebelum siswa muncul), kuratif (memperbaiki gejala yang muncul), dan edukatif (memberikan siswa pemahaman baru). Perubahan pendapat siswa setelah layanan menunjukkan bahwa metode BK dapat membantu anak usia dini membuat kebiasaan digital yang sehat.



Gambar 1. Edukasi Pencegahan Nomophobia Sejak Dini Melalui Layanan BK di MDTA Aek Badak Julu

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka kesimpulan dari pengabdian ini adalah lingkungan desa sangat menekankan pendidikan agama, teknologi dapat memengaruhi perilaku belajar siswa. Karena siswa terpapar penggunaan ponsel dari rumah, anak-anak yang tidak memiliki ponsel pribadi masih menunjukkan gejala nomophobia. Dua faktor utama yang menyebabkan ketergantungan sejak dini adalah kurangnya pengawasan orang tua dan kebiasaan memberi anak ponsel. Dampak digital yang signifikan terhadap konsentrasi belajar ditunjukkan oleh gejala seperti gelisah, kehilangan fokus, dan terbawa pada dunia game. Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) telah terbukti berfungsi sebagai solusi utama untuk mengatasi masalah ini. Siswa mulai menunjukkan perubahan perilaku yang positif melalui bimbingan kelompok, konseling individu, dan pelatihan penggunaan ponsel yang baik. Keberhasilan layanan BK bergantung pada dukungan kepala madrasah dan guru. Secara keseluruhan, intervensi BK di MDTA Aek Badak Julu berhasil mencegah nomophobia sejak dini dan meningkatkan disiplin belajar dan konsentrasi siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada kepala madrasah, gurudan staff administrasi yang telah membantu peneliti dalam melakukan pengabdian ini, kepada siswa MDTA sudah bersedia menjadi bagian dari pengabdian ini.

REFERENSI

- Apriyani, N., Saprin, S., & Munawir, M. (2024). Peran Madrasah Sebagai Institusi Pendidikan Islam. *Learning: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(4), 1274-1283.
- Asmuni, M. P. (2024). Manajemen Pembelajaran Full Day School Pada Pendidikan Di Madrasah Ibtidaiyah. *Uwais Inspirasi Indonesia*.
- Harita, A., Laia, B., & Zagoto, S. F. L. (2022). Peranan Guru Bimbingan Konseling Dalam Pembentukan Karakter Disiplin Siswa Smp Negeri 3 Onolalu Tahun Pelajaran 2021/2022. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 2(1), 40-52.
- Lubis, M. (2020). Upaya Guru Bimbingan Dan Konseling Dalam Mengatasi Degradasi Moral Siswa Kecanduan Smartphone Di Madrasah Aliyah Negeri 2 Deli Serdang. *Universitas Islam Negeri Sumatera*.
- Moleong Lexy J. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*. Pt Remaja Rosda Karya.
- Muri A Yusuf. (2013). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif Dan Penelitian Gabungan*. Renika

Cipta.

- Rizqiyah, N., Jauhari, A. H., Fawaied, M., & Maudy, M. (2025). *Evolusi Digital Dalam Pendidikan: Peran Teknologi Dan Media Sosial Dalam Pembelajaran*. Penerbit Kbm Indonesia.
- Safaria, T., Saputra, N. E., & Arini, D. P. (2022). *Nomophobia*. Uad Press.
- Suciati, E. (2024). Dampak Penggunaan Handphone Terhadap Penurunan Konsentrasi Anak Usia Dini. *Jurnal Pavaja: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 6(2), 24-28.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Alfabeta.
- Ulfah, M. (2020). *Digital Parenting: Bagaimana Orang Tua Melindungi Anak-Anak Dari Bahaya Digital?* Edu Publisher.
- Widayati, L. W. (2025). *Bersahabat Dengan Generasi Alfa*. Pt Kanisius.