



**APLIKASI “BATANG CERDAS DIGITAL” SEBAGAI SOLUSI INTERVENSI
EDUKATIF DAN KOLABORATIF DALAM PENGASUHAN ANAK DI ERA
TEKNOLOGI DIGITAL**

Igriya Fauzi Nabilah

¹Fakultas Psikologi, Universitas Selamat Sri

¹igriyafauzi@gmail.com *

ABSTRAK

Penggunaan gawai berlebihan di kalangan anak memunculkan beragam permasalahan psikososial, mulai dari kecanduan digital hingga penyimpangan perilaku yang mengarah pada konsumsi konten tidak layak. Minimnya literasi digital orang tua dan guru memperburuk situasi, sehingga diperlukan inovasi kontekstual. Penelitian ini bertujuan mengembangkan aplikasi Batang Cerdas Digital, platform pendamping literasi digital bagi orang tua dan guru dalam mengawasi penggunaan gawai anak. Penelitian menggunakan pendekatan Research and Development (R&D) berbasis model Borg & Gall yang dimodifikasi dalam lima tahap: analisis kebutuhan, perancangan desain, validasi ahli, revisi produk, dan diseminasi awal. Data diperoleh melalui observasi lapangan, wawancara informal, dan kegiatan pengabdian masyarakat yang melibatkan guru dan orang tua di Kabupaten Batang. Hasil penelitian menghasilkan prototipe aplikasi berbasis web dengan delapan fitur utama, mencakup kontrol waktu layar, pemantauan konten, pengingat waktu istirahat, kesepakatan digital, serta konsultasi daring dengan profesional. Inovasi ini dinilai efektif secara teoritis dan praktis karena dirancang berdasarkan kebutuhan riil, melibatkan partisipasi pengguna, dan didukung literatur ilmiah terkini mengenai literasi digital dan perkembangan anak. Aplikasi ini diharapkan menjadi model intervensi digital untuk mencegah gangguan perilaku pada anak akibat penggunaan teknologi tidak terkontrol.

Kata kunci: Inovasi Edukatif, Literasi Digital, Pengasuhan Digital

ABSTRACT

Excessive gadget use among children has generated various psychosocial problems, ranging from digital addiction to behavioural deviations leading to inappropriate content consumption. Limited digital literacy among parents and teachers worsens the situation, requiring contextual innovation. This research aims to develop the Batang Cerdas Digital application, a digital literacy companion platform for parents and teachers in supervising children's gadget use. The researcher employed a Research and Development (R&D) approach based on Borg & Gall model in five stages: needs analysis, design planning, expert validation, product revision, and initial dissemination. Data were obtained through field observations, informal interviews, and community service activities involving teachers and parents in Batang Regency. In this research, the researcher found out a web-based application prototype consisting of eight main features, including screen time control, content monitoring, break time reminders, digital agreements, and online consultation with professionals. This innovation is considered theoretically and practically effective as it is designed based on real needs, involves user's participation, and is supported by current scientific literature on digital literacy and child development. The application is expected to serve as a digital intervention model to prevent behavioural disorders in children due to uncontrolled technology use.

Keywords: Educational Innovation, Digital Literacy, Digital Parenting



Lisensi

Lisensi Internasional Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0.

1. Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital telah membawa implikasi signifikan terhadap kehidupan anak-anak. Gawai atau gadget bukan lagi sekadar alat bantu belajar atau komunikasi, tetapi telah menjadi bagian dari gaya hidup sejak usia dini. Fenomena ini menciptakan perubahan struktural dalam sistem atensi, regulasi emosi, dan pembentukan perilaku anak [1]. Di satu sisi, digitalisasi membuka peluang edukatif. Namun di sisi lain, tanpa pendampingan yang memadai, anak berisiko mengalami *digital overuse* yang dapat berujung pada disregulasi perilaku, gangguan neurokognitif, dan bahkan digital addiction disorder suatu kondisi gangguan perilaku yang secara klinis ditandai oleh impulsivitas, penurunan fungsi eksekutif, dan disosiasi sosial [2].

Realita tersebut terkonfirmasi dalam pengalaman lapangan penulis selama menjalankan kegiatan pengabdian masyarakat di beberapa wilayah Kabupaten Batang. Banyak orang tua dan guru menyampaikan kekhawatiran mereka mengenai tingginya intensitas penggunaan gadget oleh anak-anak, bahkan beberapa guru melaporkan muridnya menyimpan konten pornografi dan mengaksesnya bersama teman sebaya di sekolah. Hal ini menjadi indikasi nyata bahwa kontrol eksternal orang dewasa belum mampu mengimbangi kecepatan penetrasi digital pada anak, terlebih dalam konteks budaya yang belum sepenuhnya melek literasi digital.

Beberapa anak menunjukkan gejala yang konsisten dengan gangguan perilaku adiktif digital, seperti iritabilitas saat gawai diambil, obsesi terhadap game online, dan isolasi dari lingkungan sosial. Jika tidak

segera ditangani, gangguan ini berpotensi berkembang menjadi bentuk impuls *control disorder* atau bahkan menyimpang menjadi *cyber delinquency*, seperti keterlibatan dalam perjudian online atau penyebaran konten sensitif [3]. Situasi ini diperparah dengan minimnya kompetensi digital pada figur penting seperti orang tua dan guru [1]. Padahal, penelitian menegaskan bahwa parental digital literacy sangat berperan dalam membentuk mediasi perilaku anak terhadap konten dan interaksi digital [4].

Menjawab tantangan ini, penulis mengembangkan sebuah aplikasi *mobile* berbasis literasi digital yang ditujukan untuk mendukung orang tua dan guru dalam memantau dan membimbing anak dalam penggunaan gawai. Inovasi ini mengusung pendekatan partisipatif yang berbasis kebutuhan lapangan dan difokuskan pada penguatan kapasitas kontrol dan edukasi digital pada dua peran sentral, pengasuh dan pendidik. Inovasi ini telah disusun sebagai prototipe awal dalam ajang Kreativitas dan Inovasi (Krenova) 2025 dan mendapat masukan konstruktif untuk dikembangkan lebih lanjut dalam bentuk ilmiah.

Aplikasi ini mencakup delapan fitur utama yang dirancang secara fungsional, antara lain: pemantauan waktu layar, kontrol tautan, pengingat waktu istirahat, kesepakatan digital, aktivitas harian anak, panduan parenting digital, konsultasi daring, serta fitur pemantauan oleh guru. Seluruh fitur ini difokuskan untuk membentuk ekosistem pengasuhan digital yang proaktif, kolaboratif, dan berkelanjutan.

Artikel ini menyajikan proses pengembangan inovasi tersebut sebagai sebuah studi R&D berbasis kebutuhan

lokal. Harapannya, inovasi ini mampu menjadi solusi alternatif dalam mendorong tumbuhnya generasi dengan literasi digital yang tidak hanya adaptif, tetapi juga sehat secara psikososial dan bebas dari jerat adiksi digital.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Research and Development* (R&D) yang dirancang untuk menghasilkan produk inovatif yang relevan dengan kebutuhan pengguna di lapangan [5]. Pendekatan R&D banyak digunakan dalam pengembangan media, teknologi pendidikan, dan intervensi berbasis aplikasi, karena memadukan kegiatan perancangan, pengujian awal, dan evaluasi produk dalam satu rangkaian sistematis [6].

Model pengembangan yang diadopsi dalam penelitian ini merupakan modifikasi dari model Borg dan Gall, yang telah disederhanakan sesuai dengan cakupan riset awal. Model ini umumnya terdiri dari sepuluh langkah, namun dalam penelitian ini dibatasi pada lima tahap awal, mengingat fokus penelitian adalah pada perancangan dan pengembangan prototipe inovasi aplikasi. Adapun tahapan yang digunakan dalam penelitian ini meliputi:

2.1 Analisis Kebutuhan (*Need Assessment*).

Tahap ini dilakukan melalui observasi lapangan dan wawancara informal dengan orang tua dan guru di beberapa wilayah Kabupaten Batang. Peneliti mengidentifikasi permasalahan umum terkait penggunaan gadget berlebih pada anak, keterbatasan kontrol dari pihak orang tua dan guru, serta minimnya literasi digital di kalangan pengasuh. Tahapan ini

bertujuan mengungkap kebutuhan riil yang menjadi dasar penyusunan inovasi.

2.2 Desain Produk Awal (*Preliminary Product Design*).

Berdasarkan data kebutuhan dan kajian literatur tentang literasi digital, adiksi digital, serta pendekatan edukatif berbasis teknologi, peneliti menyusun konsep awal produk. Desain aplikasi mencakup delapan fitur utama yang dipilih berdasarkan efektivitas potensial dan kebutuhan pengguna.

2.3 Validasi Desain oleh Ahli (*Expert Review*).

Prototipe awal aplikasi disajikan kepada beberapa ahli di bidang psikologi dan pendidikan serta tim juri dalam ajang Krenova Kabupaten Batang untuk memperoleh masukan dan evaluasi. Proses validasi ini penting dalam memastikan kesesuaian substansi, kegunaan fitur, dan ketepatan pendekatan yang digunakan.

2.4 Revisi Produk.

Setelah memperoleh masukan dari validasi ahli, dilakukan revisi terhadap tampilan dan struktur fitur aplikasi. Revisi dilakukan secara iteratif dengan mempertimbangkan kebutuhan pengguna dan masukan kritis dari praktisi.

2.5 Penyusunan Dokumentasi Ilmiah dan Diseminasi Awal.

Tahap akhir dari siklus pengembangan ini adalah penyusunan artikel ilmiah sebagai bentuk dokumentasi proses inovasi sekaligus sebagai langkah awal diseminasi produk ke komunitas akademik dan praktisi pendidikan/psikologi.

Teknik pengumpulan data diperoleh melalui observasi partisipatif, wawancara informal, dokumentasi kegiatan pengabdian, dan umpan balik dari reviewer ahli. Teknik ini digunakan untuk memastikan validitas triangulatif dan memberikan gambaran holistik terhadap proses pengembangan produk [5].

Sedangkan Teknik analisis data dilakukan dengan pendekatan kualitatif deskriptif, melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan [7]. Pendekatan ini dipilih untuk memahami proses dan dinamika pengembangan inovasi secara kontekstual, bukan untuk menguji hipotesis kuantitatif.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Deskripsi Umum Inovasi

Hasil dari proses pengembangan yang dilakukan adalah sebuah aplikasi berbasis web yang dinamakan *Batang Cerdas Digital*. Aplikasi ini dirancang sebagai alat bantu bagi orang tua dan guru dalam mengontrol dan membimbing penggunaan gadget oleh anak-anak, dengan menekankan pada peningkatan literasi digital orang dewasa sebagai peran kunci. Meskipun pada tahap awal pengembangan aplikasi ini masih dalam bentuk platform web, aplikasi sudah dapat diakses dan digunakan oleh pengguna sasaran secara fungsional, dan ke depan direncanakan untuk dikembangkan ke versi mobile guna mendukung kemudahan akses dan mobilitas.

3.2 Kondisi Lapangan Sebagai Dasar Pengembangan

Proses pengembangan ini didasarkan pada data lapangan yang diperoleh melalui kegiatan pengabdian masyarakat dan interaksi langsung dengan guru serta orang

tua murid di beberapa wilayah Kabupaten Batang. Keluhan yang paling sering muncul dan terjadi di sebagian besar desa yang ada di wilayah Kabupaten Batang yaitu permasalahan terkait sulitnya dalam mengendalikan intensitas penggunaan HP oleh anak, serta kurangnya pengetahuan mengenai cara membimbing anak dalam berinteraksi digital secara sehat. Berikut merupakan kutipan hasil wawancara yang diambil secara random dari beberapa wilayah yang ada di Kabupaten Batang kepada orang tua dan guru.

Seorang guru tingkat sekolah dasar di Kecamatan Subah menyampaikan: *"Anak-anak sekarang susah lepas dari HP, bahkan sudah ada yang ketahuan menyimpan video porno di dalam handphone-nya. Padahal di sekolah sudah jelas dilarang membawa HP, tapi tetap saja dibawa diam-diam."*

Hal serupa juga disampaikan oleh salah satu orang tua murid di Kecamatan Warungasem: *"Anak saya suka ngamuk kalau diminta berhenti main game. Kadang sampai susah tidur karena masih pegang HP sampai malam."*

Temuan-temuan ini mencerminkan gejala awal dari *digital behavior disorder*, yaitu gangguan perilaku yang muncul akibat penggunaan perangkat digital yang berlebihan dan tidak terarah.[2] Jika tidak diantisipasi, kondisi ini dapat berkembang menjadi adiksi digital dan penyimpangan sosial seperti penyebaran konten tidak layak, *cyberbullying*, hingga keterlibatan dalam aktivitas ilegal berbasis digital [3].

3.3 Fitur-fitur Inovasi Aplikasi Batang Cerdas Digital.

Salah satu hasil utama dari pengembangan inovasi ini adalah

dirancangnya aplikasi *Batang Cerdas Digital* yang memuat delapan fitur unggulan. Seluruh fitur ini dikembangkan secara terintegrasi berdasarkan kebutuhan lapangan dan temuan empiris, sehingga memiliki fungsi yang saling melengkapi. Meskipun setiap fitur memiliki peran dan fokus yang berbeda, seluruhnya disusun dalam satu ekosistem pengasuhan digital yang berkesinambungan, dengan tujuan utama mendukung peran orang tua dan guru dalam mengarahkan perilaku digital anak secara sehat dan konstruktif.

3.3.1 Pemantauan Waktu Layar Anak

Fitur ini memungkinkan orang tua mengetahui durasi dan jenis aktivitas digital anak. Hal ini penting karena durasi penggunaan layar yang berlebihan telah dikaitkan dengan gangguan tidur, masalah regulasi emosi, dan keterlambatan perkembangan sosial-emosional[1].

3.3.2 Kontrol Tautan dan Akses

Fitur ini memungkinkan orang tua/guru menyaring situs yang dapat diakses anak. Pengawasan terhadap konten digital sangat penting untuk mencegah paparan pornografi, kekerasan, dan konten yang tidak sesuai usia, yang berpotensi mengganggu moral development anak dan memicu perilaku menyimpang [8].

3.3.3 Peningkat Waktu Istirahat

Fitur ini memfasilitasi jeda waktu dari layar untuk menjaga kesehatan mental dan fisik. Menurut *American Academy of Pediatrics* [9], istirahat rutin dari layar sangat penting untuk menjaga postur tubuh, kesehatan mata, serta keseimbangan emosional anak.

3.3.4 Kesepakatan Digital antara Anak dan Orang Tua

Fitur ini melibatkan anak dan orang tua dalam kontrak digital bersama, memperkuat komunikasi dan tanggung jawab. Pendekatan ini didukung oleh teori self-determination yang menyatakan bahwa otonomi dan kesepakatan bersama dalam aturan akan meningkatkan keterlibatan dan kepatuhan anak [10].

3.3.5 Aktivitas Harian Anak

Fitur ini mencatat aktivitas digital harian anak untuk memberikan gambaran kepada orang tua dan guru. Monitoring berbasis aktivitas ini selaras dengan prinsip behavior tracking dalam psikologi anak, yang mendorong respons cepat terhadap potensi perilaku adiktif [2].

3.3.6 Panduan Parenting Digital

Menyediakan konten edukatif tentang cara mendampingi anak di era digital. Literasi digital orang tua terbukti berperan penting dalam mencegah perilaku berisiko anak secara online [4].

3.3.7 Konsultasi Daring dengan Psikolog/Dokter Anak

Fitur ini memberi akses kepada profesional (psikolog dan dokter anak) untuk konsultasi awal. Hal ini penting karena pemantauan perkembangan psikologis dan emosional anak membutuhkan pendekatan profesional agar intervensi sesuai dengan tahap tumbuh kembangnya. Menurut *American Psychological Association* [9] konsultasi dini dapat mencegah gangguan psikososial pada anak secara signifikan.

3.3.8 Pemantauan oleh Guru

Guru dapat mencatat perilaku anak saat menggunakan perangkat selama belajar. Kolaborasi antara guru dan orang tua

merupakan strategi penting dalam pendekatan ekologi perkembangan anak [11] yang menekankan bahwa perilaku anak terbentuk dari interaksi antara rumah dan lingkungan sekolah.

Inovasi Batang Cerdas Digital sebagai aplikasi pendamping literasi digital bagi orang tua dan guru hadir sebagai jawaban atas kebutuhan nyata di lapangan yang selama ini kurang mendapatkan solusi sistematis. Melalui rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan secara rutin oleh penulis di beberapa wilayah Kabupaten Batang, ditemukan berbagai permasalahan yang kompleks terkait pengasuhan digital anak. Dalam proses tersebut, penulis tidak hanya melakukan observasi dan edukasi, namun juga memberikan layanan konseling singkat kepada beberapa orang tua dan guru. Hasil konseling menunjukkan bahwa sebagian besar dari masyarakat mengaku mengalami kesulitan intensif dalam mengarahkan dan membatasi penggunaan gawai oleh anak, baik di rumah maupun di sekolah.

Salah satu keluhan utama yang berulang adalah anak-anak yang menolak berhenti bermain *game*, menyimpan konten pornografi dalam perangkatnya, atau diam-diam membawa HP ke sekolah meskipun sudah ada larangan eksplisit. Situasi ini mengindikasikan lemahnya kontrol eksternal dan belum berkembangnya regulasi diri anak dalam penggunaan teknologi digital. Permasalahan ini tidak dapat diselesaikan hanya dengan aturan pelarangan, tetapi membutuhkan pendekatan komprehensif dan sistemik yang melibatkan edukasi, pengawasan, serta intervensi profesional secara proporsional [8].

Efektivitas inovasi ini tidak hanya berasal dari fungsionalitas teknisnya, tetapi juga dari pendekatan konseptualnya yang berbasis komunitas dan kolaboratif. Studi menunjukkan bahwa teknologi pendidikan yang dikembangkan dengan pendekatan partisipatif yakni melibatkan pengguna (orang tua/guru) dalam perancangan dan uji coba memiliki peluang lebih tinggi untuk berhasil secara praktis [12]. Oleh karena itu, pengembangan aplikasi ini yang dilakukan berdasarkan kajian kebutuhan riil dan refleksi pengabdian masyarakat, dinilai efektif dalam menjawab permasalahan aktual.

Fitur-fitur seperti konsultasi daring dengan psikolog, kesepakatan digital, dan panduan parenting digital adalah bentuk penguatan intervensi berbasis perilaku, dengan sentuhan pendekatan psikologis dan edukatif. Hal ini sesuai dengan temuan [1], yang menyatakan bahwa program literasi digital untuk orang tua memiliki dampak signifikan dalam menurunkan risiko gangguan perilaku digital pada anak. Selain itu, intervensi digital yang bersifat edukatif dan bukan sekadar kontrol teknis lebih diterima secara positif oleh keluarga [4].

Kehadiran guru sebagai pihak yang turut memantau dan memberi umpan balik dalam aplikasi ini juga merepresentasikan prinsip *ecological system theory* [11] di mana perilaku anak dipengaruhi oleh interaksi berlapis dari berbagai lingkungan: rumah, sekolah, dan komunitas digital. Dengan demikian, inovasi ini dinilai efektif karena: 1) Berbasis data lapangan dan konseling langsung dalam pengabdian masyarakat; 2) Dirancang dengan pendekatan berbasis pengguna (*user-centered*) dan budaya lokal; 3) Diperkuat oleh prinsip-prinsip psikologis dan

pendidikan dalam literasi digital; 4) Menawarkan pendekatan kolaboratif antara orang tua, guru, dan profesional.

4. Kesimpulan

Penggunaan gawai yang semakin meluas di kalangan anak-anak telah menimbulkan kekhawatiran serius di masyarakat, terutama di kalangan orang tua dan guru [13]. Minimnya literasi digital pada figur pengasuh, ditambah dengan lemahnya kontrol sosial terhadap akses dan durasi penggunaan perangkat digital, telah memunculkan gejala gangguan perilaku digital pada anak, seperti kecanduan game online, penyimpanan konten pornografi, hingga keberanian melanggar aturan sekolah. Permasalahan ini tidak dapat diselesaikan hanya melalui pendekatan larangan, melainkan membutuhkan solusi yang bersifat edukatif, kolaboratif, dan sistemik.

Melalui serangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan penulis, diperoleh data kualitatif berupa keluhan langsung dari guru dan orang tua yang merasa kesulitan dalam mendampingi anak menghadapi dunia digital. Data ini menjadi dasar dalam pengembangan inovasi aplikasi *Batang Cerdas Digital*, sebuah platform berbasis web yang dirancang untuk membantu orang tua dan guru dalam mengontrol, memantau, dan membimbing penggunaan gawai oleh anak.

Pengembangan aplikasi dilakukan melalui pendekatan Research and Development (R&D) dengan tahapan analisis kebutuhan, perancangan desain awal, validasi ahli, revisi produk, dan diseminasi awal. Hasil pengembangan melahirkan delapan fitur utama yang mencakup dimensi kontrol teknis, edukasi

digital, hingga konsultasi profesional. Seluruh fitur dirancang dengan prinsip *user-centered design*, berbasis kebutuhan lokal, dan selaras dengan pendekatan ekologi dalam perkembangan anak.

Berdasarkan hasil refleksi dan kajian teoritik, inovasi ini dinilai memiliki efektivitas yang tinggi dalam menjawab tantangan literasi digital di kalangan orang tua dan guru. Inovasi ini tidak hanya menawarkan solusi praktis, tetapi juga berkontribusi pada penguatan sistem pendampingan digital yang kontekstual dan aplikatif. Oleh karena itu, *Batang Cerdas Digital* diharapkan dapat menjadi model inovasi pengasuhan digital yang dapat direplikasi, dikembangkan, dan diteliti lebih lanjut dalam skala yang lebih luas.

5. Daftar Pustaka

- [1] et al. Tang, S., "Digital media use and psychological well-being among children and adolescents: A meta-analysis.," *JAMA Pediatr.*, vol. 9, no. 175, pp. 900–909, 2021, doi: <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2021.0129>.
- [2] D. J. Kuss, & Spada, M. M., and R. Moulding, "Problematic internet use and mental health: A systematic review of clinical research. Current Psychiatry Reports," *J. Psychiatry*, vol. 24, no. 1, pp. 1–10, 2022, doi: . <https://doi.org/10.1007/s11920-021-01245-5>.
- [3] K. C. Edwards *et al.*, "Associations between biomarkers of nicotine/tobacco exposure and respiratory symptoms among adults who exclusively smoke cigarettes in the U.S.: Findings from the PATH Study Waves 1–4 (2013–2017)," *Addict. Behav. Reports*, vol. 17, no. January, p. 100487, 2023, doi: [10.1016/j.abrep.2023.100487](https://doi.org/10.1016/j.abrep.2023.100487).
- [4] et al. de Leeuw, R. N., "Parents'

- digital media competence and children's online behavior: A longitudinal study,” *Cyberpsychology, Behav. Soc. Netw.*, vol. 2, no. 26, pp. 125–132, 2023, doi: <https://doi.org/10.1089/cyber.2022.0076>.
- [5] Sugiyono, *Metode Penelitian dan Pengembangan (R&D)*. BANDUNG: Alfabeta, 2017.
- [6] Gall, M. D., & Gall, J. P., and W. R. Borg, *Educational research: An introduction (7th ed.)*. Boston: Allyn & Bacon, 2003.
- [7] M. B. Miles, & Huberman, A. M., and J. Saldaña, *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook (3rd ed.)*. Sage Publications, 2014.
- [8] S. Livingstone, & Davidson, J., and J. Bryce, *Children's online activities, risks and safety: A literature review*. UKCCIS Evidence Group., 2018.
- [9] D. Hill *et al.*, “Media and young minds,” *Pediatrics*, vol. 138, no. 5, 2016, doi: 10.1542/peds.2016-2591.
- [10] & Deci, E. L. and R. M. Ryan, “The ‘what’ and ‘why’ of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior,” *Psychol. Inq.*, vol. 4, no. 11, pp. 227–268, 2020.
- [11] U. Bronfenbrenner, *The Ecology of Human Development*. Harvard University Press., 1979.
- [12] & Norman, D. A. and S. W. Draper, *User centered system design: New perspectives on human-computer interaction*. Lawrence Erlbaum Associates, 1986.
- [13] & Haque, A. and H. Keshavarzi, “Integrating Islamic traditions in modern psychology: Research trends in last ten years,” *J. Muslim Ment. Health*, vol. 2, no. 7, pp. 33–45, 2013.