

Bimbingan Psikososial Orang Tua Dan Penyuluhan Sosial Edukatif Untuk Menurunkan Kecanduan *Gadget* Siswa

Hasaniah Zulfiani
Institut Agama Islam Hamzanwadi Pancor
zhasaniah@gmail.com

ABSTRAK

Gadget merupakan teknologi modern yang banyak digunakan oleh manusia. Adanya *gadget* memudahkan kita untuk berinteraksi dan berkomunikasi jarak jauh, jika penggunaannya berlebihan tanpa adanya kontrol bisa memberikan efek negative terhadap penggunaannya terlebih jika penggunaannya merupakan anak-anak. Oleh karena itu, peran orang tua sangat penting dalam memberikan dan melakukan pengawasan dalam penggunaan *gadget* pada anak. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan mengetahui dampak penggunaan *gadget* pada anak; memahami faktor-faktor yang mendukung dan menghambat orang tua dalam mengatasi perilaku anak dalam penggunaan *gadget*; serta Mengetahui dan memahami peran orang tua terhadap anak dalam penggunaan *gadget*. Tujuan dari kegiatan ini untuk memberikan bimbingan psikososial kepada orang tua terkait pola asuh dan mengatur penggunaan *gadget* pada anak dan penyuluhan sosial edukatif kepada siswa dalam rangka menurunkan kecanduan *gadget*. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah observasi wawancara, dokumentasi. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa orang tua mengetahui bagaimana pola asuh yang sesuai dan pengaturan penggunaan *gadget* pada anak serta anak memahami dampak negative dari penggunaan *gadget*.

Kata Kunci: *Bimbingan Psikososial, Penyuluhan, Kecanduan Gadget*

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi saat ini sangat berpengaruh pada kehidupan sehari-hari di masyarakat. Teknologi merupakan sesuatu yang bermanfaat untuk mempermudah semua hal dalam kehidupan manusia. Teknologi lahir dari pemikiran yang berusaha untuk mempermudah kegiatan dalam kehidupan sehari-hari. Kini teknologi telah berkembang pesat dan semakin canggih seiring dengan perkembangan zaman sehingga terjadi penambahan fungsi teknologi yang semakin memajukan kehidupan manusia.

Salah satu teknologi canggih saat ini adalah *gadget*. *Gadget* merupakan istilah yang digunakan untuk menyebut beberapa macam alat teknologi yang

perkembangannya semakin cepat dan memiliki fungsi khusus (Anggraeni, 2019).¹ Yang termasuk jenis *Gadget* adalah *smartphone*, *iphone*, *computer* dan *tab*.

Gadget tidak dapat dipisahkan lagi dari kehidupan manusia mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. *Gadget* memiliki manfaat yang dapat digunakan untuk meningkatkan motoric dan kognitif anak serta sebagai sarana hiburan dan melatih jiwa kompetisi pada anak-anak.² Namun *gadget* juga memberikan dampak negative untuk anak-anak dalam mengakses hal-hal yang tidak sesuai dengan usianya serta dapat mengganggu perkembangannya.³ Berdasarkan data bahwa persentase pengguna internet di Indonesia pada tahun 2022 meningkat sejumlah 6,78% dibandingkan pada tahun sebelumnya. Tingkat penetrasi internet pada usia 5-12 tahun sebesar 62,43%.⁴ Selain itu, data statistik telekomunikasi Indonesia terkait persentase pengguna internet usia 5 tahun ke atas mengalami peningkatan dari sekitar 25,84% menjadi 50,92% pada tahun 2018, sedangkan di pedesaan sekitar 8,37% meningkat menjadi 25,56% (Sub Direktorat Komunikasi dan Teknologi Informasi, 2018).

Kecanduan *Gadget* dapat dialami oleh orang dewasa dan kalangan anak-anak. Adanya *Gadget* memudahkan interaksi walau dengan jarak yang jauh baik dengan siapapun. Interaksi antar manusia telah digantikan melalui teknologi digital sehingga dapat mengurangi kehidupan bersosialisasi dengan tetangga maupun kerabat. Penggunaan *Gadget* secara berkelanjutan akan membawa dampak negatif bagi anak. *Gadget* menjadi kegiatan rutin untuk mereka bermain, mencari informasi apa saja yang dibutuhkan. *Gadget* menjadi kebutuhan utama mereka sehari-hari, dan orang tua membiarkan hal itu terjadi.

Berdasarkan laporan Kepala Desa Masmas diketahui bahwa anak-anak usia sekolah dasar sudah menggunakan *gadget*, meskipun *gadget* yang digunakan bukanlah miliknya melainkan milik orangtuanya. Akademi Dokter Anak Kanada menjelaskan bahwa bahwa anak usia 0-2 tahun tidak boleh terpapar oleh teknologi sama sekali, anak usia 3-5 tahun dibatasi menggunakan teknologi hanya satu jam

¹ Anggraeni, S., "Pengaruh Pengetahuan Tentang Dampak Gadget Bagi Kesehatan Terhadap Perilaku Penggunaan Gadget Pada Siswa SDN Kebun Bunga 6 Banjarmasin", *Faletehan Health Journal*, 6 No.2, (2019), 64-68

² Rahayu, N.S. Elan. Mulyadi, S., "Analisis Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini", *Jurnal PAUD Agapedia*, 5 No.2, (2021), 202-210

³ Sugiarti, Y., "Pendampingan Orang Tua dalam Mengatur Penggunaan Gadget", *Jurnal ABDIMAS SOSEK*, 2 No.1, (2022), 2775-6971

⁴ Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, *Pengguna Internet Indonesia Tembus 210 Juta pada 2022*, (2022)

perhari dan anak usia 6-18 tahun dibatasi 2 jam saja perhari.⁵ Penggunaan *gadget* yang melebihi batas waktu memiliki resiko terhadap kesehatan maka peran orang tua dalam mendampingi dan mengawasi penggunaan *gadget* sangat penting.

Menurut Brooks menjelaskan bahwa banyak orangtua memberikan *gadget* kepada anak karena beberapa alasan tertentu, seperti menenangkan saat anak rewel, membuat anak mudah tidur atau makan, dan memberikan waktu luang bagi orang tua agar dapat melakukan pekerjaan rumah tangga atau bersantai.⁶ Orang tua senang ketika anak mereka sudah pandai dalam mengoperasikan *gadget* sejak dini, tanpa mengetahui dampak negatif yang akan terjadi di masa depan. Banyak kejadian anak cenderung bersikap cuek terhadap teman sebayanya, sering marah-marah ketika orang tua meminta bantuan, tidak mendengar nasihat orang tua, malas untuk menyapu, makan, dan madi. Anak menjadi kecanduan pada *gadget*, mereka belum bisa memilih mana yang terbaik untuk dirinya. Orang tua belum paham betul bahwa *gadget* mempunyai dampak negatif dan sangat berbahaya anak karena dapat mengganggu fisik dan psikis anak

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka ada beberapa permasalahan yang menjadi pertimbangan Tim untuk mengadakan Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Masmas antara lain:

1. Masyarakat kurang memahami terhadap dampak penggunaan *gadget* yang berlebihan terhadap kondisi anak
2. Orang tua di Desa Masmas yang tidak mengawasi anaknya dalam penggunaan *gadget*

METODE

Berdasarkan permasalahan yang dialami oleh orang tua sebagai wali murid dari SDN Masmas, MI Ainul Yaqien NW punakasih, MI Nurul Jihad NW Senyuir, Lombok Tengah, maka Kepada Desa Masmas dan Tim berinisiatif untuk memberikan bimbingan psikosisal dan penyuluhan sosial edikatif kepada orang tua dan siswa yang bertempat di SDN Masmas Lombok Tengah. Pelaksanaan yang direncanakan antara lain :

⁵ Rahayu, N.S. Elan. Mulyadi, S, "Analisis Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini". *Jurnal PAUD Agapedia*, 5, No.2, (2021), 202-210.

⁶ Fatimah, S., Effendi, M.R, "Pendampingan Orang Tua dalam Penggunaan Smartphone terhadap Siswa DTA Al-Barokah di Perum Bumi Jaya Indah Purwakarta", *SATWIKA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1, No.1 (2022), 6-13.

1. Sosialisasi

Sosialisasi telah dilaksanakan oleh perangkat desa dengan tahapan kegiatan ini meninjau lokasi, sasaran atau mitra sebagai langkah awal kegiatan.

2. Penyusunan Materi Penyuluhan

Materi disusun berdasarkan solusi dari permasalahan yang meliputi Bimbingan Psikososial Orang Tua dan Penyuluhan Sosial Edukatif untuk mengatasi kecanduan *Gadget* siswa.

3. Persiapan Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana yang perlu dipersiapkan dalam kegiatan ini antara lain : Materi sosialisasi, Menyiapkan bahan presentasi, dan dokumen lain yang dibutuhkan sebagai dokumentasi kegiatan.

4. Pelaksanaan

pelaksanaan bimbingan psikososial orang tua dan penyuluhan sosial edukatif pada siswa yang bertempat di SDN Masmass, Lombok Tengah. Kegiatan ini telah dilaksanakan pada 13 September 2022. Kegiatan ini diikuti oleh orangtua dan wali kelas siswa dan siswi SDN Masmass, MI Ainul Yaqien NW punakasih, MI Nurul Jihad NW Senyur. Pada tahapan ini orang tua di beri penyuluhan agar lebih memahami tentang pola asuh orang tua dan dampak dari penggunaan *Gadget* terhadap anak. Selain itu, siswa juga diberikan edukasi terkait bahaya dan dampak negatif penggunaan *gadget*.

5. Pelaporan Akhir

Laporan akhir merupakan pelaporan yang dilakukan dari seluruh rangkaian kegiatan yang telah dilaksanakan. Pelaporan ini dilakukan oleh Tim kepada Kepala Desa Masmass, Kecamatan Batukliang Utara, Lombok Tengah.

PEMBAHASAN

Desa Masmass Kecamatan Batukliang Utara Kabupaten Lombok Tengah menjadi objek bimbingan psikososial orang tua dan penyuluhan sosial edukatif untuk menurunkan kecanduan *gadget* siswa. Kegiatan ini dilakukan oleh Tim yang berasal dari organisasi Himpunan Psikologi NTB dan Pekerja Sosial Dinas Sosial NTB. Hal ini dilakukan dengan memberikan materi/ pengetahuan singkat terkait pendekatan psikologi anak untuk mengurangi dampak negative terhadap fenomena kecanduan *gadget* dan game online oleh para siswa tingkat sekolah dasar/ MI di wilayah Desa Masmass.

Selain itu, Tim juga melakukan bimbingan psikososial terhadap masyarakat terutama orang tua terkait pola asuh dan mengatur penggunaan *gadget* terhadap anak-anak sesuai dengan surat edaran tahun 2020 tentang pedoman

penyelenggaraan belajar di rumah pada masa covid 19. Selama proses pembelajaran di rumah, orang tua memiliki peran penting dalam mendampingi dan mengatur penggunaan *gadget* terhadap anak-anak. Antusiasme masyarakat yang turut hadir dalam kegiatan ini mengindikasikan bahwa tim sangat diterima di desa tersebut serta banyaknya pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh masyarakat terkait Bimbingan Psikososial dan Penyuluhan Penyuluhan Sosial Edukatif untuk menurunkan Kecanduan *gadget* Siswa.



Gambar 1. Bimbingan Psikososial Orang Tua



Gambar 2. Penyuluhan Sosial Edukatif Siswa

Harapan Tim setelah berakhirnya bimbingan psikososial dan penyuluhan sosial edukatif ini akan terus berkontribusi dan berkelanjutan dalam memberikan pendampingan atau bimbingan psikososial untuk mendapatkan hasil yang optimal dalam melakukan bimbingan psikososial kepada orang tua dan penyuluhan psikososial untuk menurunkan kecanduan *Gadget* pada siswa

KESIMPULAN

Bimbingan psikososial yang dilaksanakan oleh Tim HIMPSI dan Peksos Dinsos NTB dapat berjalan dengan baik. Sosialisasi yang dilakukan dalam rangka meningkatkan pemahaman kepada orang tua dalam mengatur penggunaan *Gadget* kepada anak dan pemberian materi terkait pola asuh. Sedangkan penyuluhan sosial edukatif dilakukan dengan pemberian materi dampak negatif penggunaan *Gadget* kepada siswa-siswi yang mengalami kecanduan *Gadget* dan permainan-permainan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran anak untuk mengurangi penggunaan *Gadget*. Dengan adanya Pendampingan kegiatan ini, Tim memberikan masukan dan saran bahwa perlu adanya kerjasama yang harus dibina secara berkelanjutan antara masyarakat Desa Masmas dengan Tim dalam rangka memberikan bimbingan psikososial kepada orang tua dan anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan Bimbingan Psikososial dan Penyuluhan Sosial Edukatif untuk menurunkan kecanduan *Gadget* siswa mendapat dukungan dari berbagai pihak. Sehubungan dengan hal ini, maka kami sampaikan terima kasih kepada Pemerintah Desa Masmas, Kecamatan Batukliang Utara, Lombok Tengah dan kepada Dinas Sosial Provinsi NTB serta Himpunan Psikologi Indonesia (HIMPSI) Wilayah NTB yang telah memberikan kesempatan untuk berbagi ilmu dalam bimbingan psikososial dalam rangka menurunkan kecanduan *Gadget* pada siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, S. (2019). Pengaruh Pengetahuan Tentang Dampak Gadget Bagi Kesehatan Terhadap Perilaku Penggunaan Gadget Pada Siswa SDN Kebun Bunga 6 Banjarmasin. *Faletehan Health Journal*, 6(2), 64–68.
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII). (2022). Pengguna Internet Indonesia Tembus 210 Juta pada 2022. Diakses pada hari Rabu, 14 Desember 2022. APJII: Pengguna Internet Indonesia Tembus 210 Juta pada 2022 (dataindonesia.id)
- Fatimah, S., Effendi, M.R (2022). Pendampingan Orang Tua dalam Penggunaan Smartphone terhadap Siswa DTA Al-Barokah di Perum Bumi Jaya Indah Purwakarta. *SATWIKAWA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1 (1), 6-13.
- Rahayu, N.S. Elan. Mulyadi, S. (2021). Analisis Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *Jurnal PAUD Agapedia*, 5 (2), 202-210.
- Sugiarti, Y. (2022). Pendampingan Orang Tua dalam Mengatur Penggunaan Gadget. *Jurnal ABDIMAS SOSEK*, 2 (1), 2775-6971.