



## **Penanganan Kecanduan Gadget pada Anak Usia Sekolah Selama Masa Pandemi Covid-19 di Desa Wantilan, Kabupaten Subang**

**Refa Adinda Fauziah Isni<sup>1)</sup>, Dadan Anugrah<sup>2)</sup>**

<sup>1)</sup>Tasawuf Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung.  
Email : [adindarefa7@gmail.com](mailto:adindarefa7@gmail.com)

<sup>2)</sup>Dosen Fakultas Dakwah dan Komunikasi, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati  
Bandung. Email [dadananugrah@uinbdg.ac.id](mailto:dadananugrah@uinbdg.ac.id)

### **Abstrak**

Penggunaan gadget yang meningkat pesat di masa pandemi Covid-19 menyebabkan banyak dampak terhadap penggunanya, sasaran dampak negatif yang paling rawan adalah kecanduan gadget pada anak usia sekolah dimana usia ini adalah masa penting dalam perkembangan kognitif, motorik, dan sosial pada kehidupan anak. Tulisan ini dibuat dengan tujuan untuk mengetahui dampak sekaligus memberikan penanganan yang tepat dalam menangani kasus kecanduan gadget pada anak usia sekolah yang terus meningkat selama masa pandemi Covid-19 ini berlangsung. Metode yang digunakan bersifat deskriptif kualitatif dengan teknik pengambilan data berupa observasi dan kajian literatur. Hasil akhir dari upaya penanganan yang dilakukan penulis menunjukkan grafik yang positif, anak mulai merespon betapa banyak hal yang bisa dilakukan yang lebih bermanfaat dan lebih menyenangkan daripada seharian hanya bermain gadget, anak juga mulai menunjukkan ketertarikan serta perubahan melalui upaya-upaya penanganan yang disiapkan penulis selama observasi. Tak hanya pada anak, orangtua juga ikut terbawa arus positif yang dihasilkan dari hasil penanganan terhadap kecanduan gadget pada anak usia sekolah selama masa pandemi ini.

**Kata Kunci** : anak, kecanduan gadget, penanganan, pandemi

### **Abstract**

The rapidly increasing use of gadgets during the Covid-19 pandemic has caused many impacts on its users, the most vulnerable target of negative impacts is gadget addiction in school-age children where this age is an important period in cognitive, motor, and social development in children's lives. This paper was written with the aim of knowing the impact as well as providing appropriate countermeasures in dealing with cases of gadget addiction in school;-age

children, which continue to increase during the Covid-19 pandemic. The method used is descriptive qualitative with data collection techniques in the form of observation and literature. The end of the countermeasures carried out by the author shows a positive graph, children begin to respond to how many things can be done that are more useful and more fun than just playing gadgets all day long, children also begin to show interest and change through coping efforts prepared by the author during observation. Not only for children, parents are also carried away by the positive currents resulting from the result of overcoming gadget addiction in school-age children during this pandemic.

**Keywords :** children, countermeasures, gadget addiction, pandemic

## A. PENDAHULUAN

Menurut (Yuliana, 2020) coronavirus ialah virus RNA Strain tunggal positif, coronavirus termasuk golongan ordo nidovirales. Struktur coronavirus membentuk menyerupai kubus dengan protein di permukaannya. *Coronavirus* merupakan virus RNA yang berukuran partikel 120-160 nm. Gejala yang muncul dari *coronavirus* ini yaitu gejala sesak nafas, demam dan batuk. Pada kasus COVID-19 yang berat bisa menyebabkan pneumonia, sindrom pernapasan akut, gagal ginjal hingga kematian. Adapun cara untuk mencegah penyebaran *coronavirus* yaitu melalui mencuci tangan secara teratur dengan menggunakan sabun dan air bersih, memakai masker, serta menghindari kontak secara dekat dengan orang yang menunjukkan tanda-tanda seperti batuk dan bersin.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan di Desa Wantilan Kabupaten Subang terlihat bahwa situasi dan kondisi masyarakat masih cukup waspada terhadap penyebaran virus Covid19, penerapan 3M masih dilaksanakan dengan baik oleh masyarakat setempat, hal itu dikarenakan Desa Wantilan pernah termasuk ke dalam 7 Desa di kabupaten Subang dengan kasus Covid-19 tertinggi dan diterapkan PPKM Level 3 selama bulan Juni-Juli lalu. Terkait dengan hal itu, maka seluruh kegiatan masyarakat yang dilakukan di luar rumah dan yang mengharuskan bertemu dengan orang banyak atau kerumunan kembali dibatasi, masyarakat kembali melakukan karantina mandiri dan menghabiskan waktu di rumah masing-masing dengan waktu luang yang angat banyak.

Berkaitan dengan hal tersebut sekaligus menjadi bahasan utama artikel ini. Menurut Kominfo dan UNICEF (Pers, 2014), setidaknya 30 juta anak dan remaja di Indonesia merupakan pengguna internet, dan media digital saat ini menjadi pilihan utama saluran komunikasi yang mereka gunakan. Hasil studi menemukan bahwa 80 persen responden yang disurvei merupakan pengguna internet. Penggunaan media sosial dan digital menjadi bagian yang menyatu dalam kehidupan sehari-hari anak muda Indonesia. Studi ini menemukan bahwa 98 persen dari anak-anak dan remaja yang disurvei tahu tentang internet dan bahwa 79,5 persen diantaranya adalah pengguna internet. Penelitian tersebut dilaksanakan oleh Kementerian Kominfo dengan menelusuri aktivitas online dari sampel anak dan remaja usia 10-19 (sebanyak 400 responden) yang tersebar di seluruh negeri.



Pada dasarnya, gadget belum waktunya untuk diberikan pada anak-anak seperti telepon seluler pribadi, hal ini dikarenakan dapat memicu perilaku konsumtif yang berlebih pada anak. Memang anak-anak sekolah dasar masih sangat dilarang atau memerlukan pengawasan yang ketat dalam menggunakan gadget dalam aktivitas sehari-hari mereka. Oleh karena itu orang tua harus lebih bijak dalam memberikan alat penunjang untuk kebutuhan anaknya serta selalu mengontrol setiap konten yang ada di gadget anak-anaknya. Sering kali orang tua menjadikan gadget sebagai salah satu jalan pintas orang tua dalam pendamping anaknya. Dengan berbagai fitur dan aplikasi yang menarik orang tua memanfaatkannya untuk menemani anak agar orang tua dapat menjalankan aktivitas dengan tenang, tanpa khawatir anaknya bermain kotor, memberantakan rumah sehingga mengganggu aktivitas orang tua. Hal ini adalah keliru, karena dapat berdampak buruk bagi perkembangan anak. Jangan sampai orang tua bersikap tidak peduli dan mengandalkan gadget sebagai alat untuk menemani anak. Orang tua harus bisa mengkomunikasikan dan berdiskusi kepada anak-anaknya mengenai isi atau konten yang terdapat di gadget anak-anaknya. (Ariston & Frahasini, 2018).

Apabila anak usia sekolah dibiarkan memainkan gadget dalam jangnan waktu yang lama, maka hal tersebut dapat mempengaruhi perilaku anak, karena pada masa ini seluruh aspek perkembangan anak mengalami peningkatan dan mengisi kebutuhan yang diperlukan anak yang akan menentukan tugas perkembangan serta perilaku anak pada tahap selanjutnya. (Muhibbin, 2003). Perubahan perilaku akibat kecanduan gadget pada anak akan menyebabkan anak menjadi sosok yang kurang peduli terhadap lingkungan sekitar, tidak suka di ganggu, mudah marah, malas, dan seringkali suka membantah orangtua.

Berdasarkan penjelasan tersebut, penulis mencoba untuk melakukan observasi terhadap anak-anak usia sekolah di Desa Wantilan tempat pengabdian penulis berlangsung, hasil dari tinjauan ke lokasi dan pengakuan dari beberapa orangtua cukup menjadi bukti yang kuat untuk penulis menyimpulkan bahwa kebanyakan anak-anak usia sekolah di desa tersebut mengalami kecanduan gadget tahap awal hingga menengah. Rata-rata anak usia PAUD dan TK mengalami kecanduan gadget tahap awal, usia Sekolah Dasar cukup memprihatinkan terlebih pada anak usia 9-12 memiliki tingkat kecanduan gadget tahap menengah. Berdasarkan hasil observasi tersebut, penulis menyimpulkan bahwa kecanduan gadget tersebut bisa diperbaiki dengan pengalihan ketertarikan, sistem belajar yang menyenangkan dan peningkatan ketegasan orangtua dalam mengatur waktu bermain gadget pada anak. Maka dari itu, penulis berniat mengangkat bahasan ini menjadi topik penting dengan tujuan untuk : (1) Mengetahui tingkat penggunaan gadget pada anak usia sekolah di Desa Wantilan; (2) Mengetahui penyebab dan dampak yang ditimbulkan dari kecanduan gadget pada anak usia sekolah; dan (3) Memberikan upaya-upaya penanganan yang efektif dan efisien agar bisa menjadi solusi dalam pemecahan masalah terkait dengan kecanduan gadget pada anak usia sekolah di masa pandemi ini.

## **B. METODE PENGABDIAN**

Merujuk pada (Murdjito, 2012) bahwasanya Metoda pengabdian pada masyarakat memiliki 7 tahapan, yakni (1) analisa situasi masyarakat, (2) identifikasi masalah, (3) menentukan tujuan kerja, (4) rencana pemecahan masalah, (5) pendekatan sosial, (6) pelaksanaan kegiatan, dan (7) evaluasi kegiatan dan hasil. Berdasarkan acuan tahapan tersebut, penulis mencoba mengimplikasinya pada kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan.

### **1. Analisa situasi masyarakat**

Pada penerapannya, ketika penulis selesai melakukan observasi di desa setempat kemudian langkah pertama adalah menentukan khalayak sasaran serta menentukan bidang permasalahan yang akan dianalisis. Khalayak sasaran dikerucutkan kepada anak usia sekolah (TK, PAUD, SD) dengan bidang permasalahan yang terbatas yakni fokus pada masalah kecanduan gadget dan penanganannya.

Tetapi walaupun begitu, kontribusi penulis terhadap bidang lain di masyarakat setempat tidak berkurang, pengabdian ini dilakukan guna meningkatkan kualitas hidup masyarakat setempat.

### **2. Identifikasi masalah**

Banyak permasalahan yang di dapatkan dari hasil observasi awal penulis ketika pengabdian, terlebih di masa pandemi seperti sekarang ini. Beberapa diantaranya yakni terkait UMKM setempat yang mengalami penurunan minat hingga kerugian, kemudian penyaluran BLT-DD yang kurang merata, beberapa masyarakat masih minim kesadaran akan pentingnya 3M, hingga masalah pendidikan yang semakin hari semakin mengkhawatirkan.

Dari berbagai permasalahan yang ada, penulis mengambil ranah di bidang pendidikan, berfokus pada anak usia sekolah yang kecanduan gadget hingga berdampak pada penurunan motivasi belajar dan perubahan perilaku. Permasalahan tersebut terkadang tidak dianggap serius oleh beberapa masyarakat karena kecanggihan dan fitur pada gadget yang seolah dapat memudahkan segalanya membuat masyarakat tidak begitu peduli apabila anak-anak mereka bermain gadget seharian.

### **3. Menentukan tujuan kerja**

Dari identifikasi masalah ditemukan urgensi yang cukup penting yang memiliki kemungkinan akan menjadi dampak negatif jangka panjang. Penulis menganalisis permasalahan tersebut berdasarkan banyak faktor, mulai dari penyebab, dampak hingga upaya penanganannya dengan harapan dapat ditemukan solusi yang tepat untuk mengurangi dan mencegah timbulnya kembali permasalahan tersebut terhadap anak-anak di desa setempat.

#### 4. Rencana pemecahan masalah

Setelah fokus utama permasalahan ditemukan, selanjutnya mengumpulkan upaya-upaya apa yang akan dilakukan untuk mencapai tujuan tersebut, solusi pemecahan masalah hendaknya dilakukan dengan mengumpulkan banyak alternatif agar lebih fleksibel dan tidak menekan pihak-pihak tertentu.

Upaya penanganan yang akan dilakukan diantaranya memberikan sosialisasi terhadap orangtua anak mengenai sisi negatif gadget yang dapat menyebabkan banyak masalah terhadap anak dalam masa perkembangan usia sekolah, upaya selanjutnya mengalihkan ketertarikan anak dari gadget dengan kegiatan yang lebih bermanfaat seperti bermain permainan tradisional, belajar sambil bermain, membaca buku cerita, dan berkarya seni maupun sastra.

#### 5. Pendekatan sosial

Faktor penting dari keberhasilan program ini tergantung pada orang tua dan anaknya, karena bagaimanapun juga keseharian anak lebih banyak dihabiskan di rumah bersama keluarga daripada bersama penulis atau guruguru. Kolaborasi antara anak dan orang tua yang searah akan memberikan hasil yang sesuai dengan tujuan penulis dan dapat berlangsung dalam jangka panjang ketika penulis sudah tidak melakukan pengabdian lagi.

Selain pada khalayak sasaran, penulis juga harus tetap melakukan pendekatan sosial terhadap masyarakat lain dengan ikut berkontribusi dalam kegiatan kemasyarakatan lainnya.

#### 6. Pelaksanaan kegiatan

Setelah berdiskusi dengan para guru, penulis ikut andil dalam menyarankan kegiatan pembelajaran yang menyenangkan agar anak tidak bosan dan tetap termotivasi walaupun belajar dari rumah. Selanjutnya penulis juga berdiskusi dengan para orang tua untuk membuat jadwal pertemuan dengan anak-anak dalam rangka mengalihkan ketertarikan anak dari gadget dan menemukan ketertarikan atau hobi baru yang lebih bermanfaat dan lebih menyenangkan.

Penulis secara individu berusaha semaksimal mungkin untuk melakukan pelaksanaan kegiatan ini dengan baik dari awal hingga akhir pengabdian.

#### 7. Evaluasi kegiatan dan hasil

Setiap tahapan dan setiap kegiatan butuh evaluasi untuk menentukan tingkat keberhasilan dan improvisasi apa yang harus dilakukan untuk membuatnya lebih baik pada tahapan selanjutnya. Walaupun tak lupun dari kesalahan dan kekurangan, penulis mengevaluasi kegiatan dan hasil dengan sebaik mungkin dengan harapan bahwa seluruh program kegiatan yang penulis terapkan di masyarakat dapat menjadi pemicu agar warga dapat memiliki kualitas hidup yang

lebih baik, juga berharap agar seluruh program kegiatan dapat memberikan dampak perubahan yang positif dalam jangka waktu yang lama.

### **C. PELAKSANAAN KEGIATAN**

Kegiatan pengabdian diawali dengan observasi secara menyeluruh dengan berkeliling di wilayah desa setempat untuk mengetahui situasi dan kondisi nyata dari keseharian masyarakat. Selanjutnya mengunjungi kantor Desa Wantilan untuk menyamoakan maksud dan tujuan serta meminta perijinan untuk melaksanakan KKNDR di Desa Wantilan, penulis juga menjelaskan keterbatasan bantuan yang dapat dilakukan karena pengabdian bersifat individu. Pada saat kegiatan tersebut berlangsung kebetulan Kepala Desa Wantilan Bp. Komarudin tidak ada di tempat sehingga diwakili oleh Sekretaris desa yakni Bp. Lili Suherli yang memberikan perijinan dengan bukti stempel pada surat izin KKN-DR dari Universitas.

Beberapa staff desa memberikan saran agar fokus terhadap peningkatan kesadaran masyarakat akan pentingnya penerapan 3M dan beberapa lainnya sempat menyinggung permasalahan yang terkait dengan bidang pendidikan, para tokoh masyarakat pun menyetujui bahwasanya anak-anak di daerah setempat sudah mulai kehilangan motivasi untuk belajar dan sekolah karena terlalu lama berdiam di rumah dan sekolah berbasis daring, mereka berharap program ini bisa meningkatkan motivasi belajar anak agar siap menghadapi apabila sekolah kembali diberlakukan secara normal. Penulis menampung segala saran dan arahan yang diberikan, juga mengutarakan beberapa program yang mungkin akan dilakukan setelah observasi pada hari sebelumnya, yakni salah satunya perihal program untuk menangani anakanak yang kemungkinan besar kehilangan motivasi belajar karena terlalu asik bermain gadget dalam jangka waktu lama dan menyebabkan kecanduan sehingga ingin main dan terus main gadget.

Beberapa hari selanjutnya, penulis habiskan dengan observasi secara mendetail mengenai situasi dan kondisi anak-anak di desa setempat, juga melakukan wawancara sederhana kepada para orang tua untuk memberikan bukti konkrit tentang perilaku anak-anak mereka di rumah selama masa pandemi ini dan setelah beberapa perwakilan keluarga dijadikan sebagai subjek serta objek penelitian, penulis menarik kesimpulan secara garis besar mengenai keadaan yang terjadi pada anak-anak di desa tersebut. Setelah khalayak sasaran diputuskan serta identifikasi masalah sudah selesai terkumpul beberapa yang memiliki urgensi cukup tinggi.

Pada minggu berikutnya penulis kembali membicarakan rencana penulis untuk melakukan sosialisasi kepada para orang tua mengenai bahaya gadget terhadap anak apabila tidak digunakan dengan tepat dan sesuai kebutuhan. Sosialisai dilakukan sebanyak beberapa kali melalui tatap muka secara langsung dengan tetap memperhatikan protocol kesehatan. Sosialisasi tersebut juga bertujuan agar para orang tua memahami fungsi dari gadget dan bagaimana cara menggunakannya dengan bijak, karena apabila orang tua sudah memahami hal tersebut maka akan mudah baginya untuk mengarahkan anak-anak mereka untuk menggunakan gadget dengan bijak juga.

Penulis juga ikut terlibat dalam bidang pendidikan dan memberikan ide gagasan untuk menciptakan program pembelajaran yang menyenangkan agar anak tidak bosan walaupun belajar dari rumah, juga merancang program pembelajaran yang dapat meningkatkan kreativitas serta menemukan ketertarikan anak pada hal tertentu seperti karya seni, musik, tari, olahraga, dan lainnya.

Pada saat kegiatan pengabdian ini berlangsung, keadaan di desa setempat sudah mulai pulih dan memberlakukan sistem sekolah secara shift, yakni siswa melakukan Kegiatan Belajar Mengajar secara berselang dengan dibagi menjadi beberapa kelompok dan masuk secara bergantian. Sehingga penulis pun ikut berkontribusi dalam KBM dan mengajar keterampilan di luar jam sekolah, seperti menggambar, bermain peran, membuat karya sastra seperti puisi sederhana, pantun, dan cerita pendek, lalu menyanyi dan mengenalkan alat musik, melakukan gerak tari, belajar Bahasa Inggris, membaca buku cerita, mengaji, dan mengenal macam olahraga. Program mengajar keterampilan tersebut bertujuan untuk mengalihkan ketertarikan anak-anak yang awalnya terpaku pada gadget dan fitur aplikasi di dalamnya menjadi pada hal-hal baru yang lebih menyenangkan dan lebih berguna, juga bertujuan untuk menumbuhkan kembali interaksi sosial pada anak agar siap untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitar apabila pandemi ini berakhir. Selain itu, program mengajar keterampilan ini juga dilakukan agar anak dan orang tua dapat menemukan serta mengetahui ketertarikan anak terhadap apa yang kelak bisa dijadikan hobi ketika anak bosan di rumah.

Program tersebut dilakukan sebanyak 3 kali dalam satu minggu dengan anak yang berbeda dan jumlah yang dibatasi 5-7 anak tiap pertemuan. Kegiatan yang beragam dan sangat menyenangkan mendapatkan respon yang sangat positif dari anak dan orang tua serta para guru. Memang jika dilihat sekilas, kegiatan dari program ini terlihat seperti bermain saja, tetapi untuk anak-anak usia sekolah memang terapi terbaik untuk memperbaiki perilaku yang kurang baik adalah dengan terapi bermain, tetapi bermain dalam program rancangan ini memiliki manfaat dan tujuan yang jelas, tidak hanya sekedar bermain tanpa arahan.

Selain menjalankan program utama, penulis juga melakukan pengabdian terhadap masyarakat di bidang lain, seperti membantu meningkatkan kinerja UMKM di daerah setempat, membantu membuat dan memperbaiki saluran air, membantu vaksinasi secara eksternal, membuat bilik suara dan membagikan proposal kepada 20 perusahaan yang tersebar di desa Wantilan terkait pemilihan Ketua RW, dan beberapa kegiatan pengabdian masyarakat lainnya.

Pengabdian ini berlangsung dan bertepatan dengan HUT RI Kemerdekaan Republik Indonesia Ke-76 sehingga pengabdian memiliki kegiatan yang lebih banyak, penulis meningkatkan kreativitas anak usia sekolah agar berani berkarya dan berani untuk mengikuti perlombaan-perlombaan yang diadakan ketika kegiatan agustus-an berlangsung. Penulis ikut berkontribusi dalam dua kali acara perlombaan dalam rangka memperingati kemerdekaan RI, acara pertama dilaksanakan di KOPER AdzDzaariyaat, tempat belajar dengan usia anak berkisar antara 3-6 tahun, kegiatan dilakukan mulai dari menghias tempat sekolah tersebut dan membuat

benderabendera mini oleh anak-anak, lalu anak-anak mengikuti lomba untuk bernyanyi lagu kebangsaan Indonesia Raya dengan khiasan bertema merah dan putih, lomba tersebut dibuat di rumah masing-masing dan dikumpulkan dalam bentuk video, selain itu perlombaan di sekolah diisi dengan jenis perlombaan seperti menggambar, mewarnai, dan lainnya. Kegiatan peringatan kemerdekaan kedua diperuntukan untuk seluruh warga setempat dengan jenis perlombaan yang menjadi ciri khas Agustus-an, seperti lomba makan ketupuk, lomba kelereng, balap karung, tarik tambang, lomba bakiak dan masih banyak lagi. Acara ini diikuti seluruh kalangan usia, mulai dari anak-anak hingga Ibu-ibu ikut memeriahkan acara peringatan kemerdekaan ini. Acara ini begitu meriah karena hadiah yang ditawarkan mulai dari alat tulis untuk perlombaan anak-anak dan hingga wajan serta alat masak untuk Ibu-ibu. Acara berlangsung dalam waktu yang dipercepat sesingkat mungkin, agar kerumunan tidak terlalu lama terjadi dan agar mencegah hal-hal yang tidak diinginkan.

Membantu dan melihat kegiatan-kegiatan tersebut, penulis menyadari bahwasanya anak-anak pada dasarnya lebih senang bermain secara aktif, bersosialisasi dan bergaul dengan teman sebayanya. Dan biasanya, apabila anak bermain secara aktif dalam kegiatan fisik, anak cenderung akan kelelahan dan ketika pulang ke rumah langsung beristirahat sehingga tidak ada waktu luang untuk bermain gadget. Selain itu, bermain bersama teman juga menghilangkan banyak stres pada anak dan meningkatkan perkembangan sosial pada anak. Maka dari itu, penulis semakin yakin untuk menerapkan program rancangan ini agar penanganan kecanduan gadget pada anak usia sekolah di masa pandemi ini dapat berkurang dan memiliki solusi yang mudah penerapannya dan dapat digunakan oleh siapa saja dalam jangka waktu panjang.

Selama program rancangan berlangsung memberikan grafik yang stabil cenderung naik, hasil dari program ini adalah anak-anak usia sekolah yang semula menghabiskan sekitar 60% waktu sadar mereka untuk bermain gadget perlahan mulai menunjukkan persentase yang berkurang. Pada anak usia sekolah TK dan PAUD, persentase berkurang cukup drastis menjadi sekitar 17-22% perhari, itupun kebanyakan hanya untuk mengirim tugas dan menonton video pembelajaran yang diberikan oleh guru. Sedangkan pada anak usia Sekolah Dasar cukup sulit untuk melepaskan kecanduan tersebut karena faktor pemahaman mereka yang sudah menyadari bahwa bermain game online sangatlah menyenangkan, penurunan persentase terbawah sekitar 31-44% dengan alasan bahwa anak usia SD lebih banyak mengerjakan tugas daring dari guru sehingga harus berselancar internet untuk menemukan jawaban-jawaban tersebut, juga anak usia SD sudah mulai saling mengirim pesan lewat aplikasi chat dengan teman-teman dekat mereka.

Secara keseluruhan, program rancangan pada pengabdian yang dilakukan penulis berjalan baik dengan hasil yang sesuai dengan harapan dan mendapatkan respon yang baik dari subjek penelitian itu sendiri, juga dukungan orang tua, masyarakat, tokoh masyarakat, dan para pendidik yang membuat program ini dapat terlaksana dengan baik, dengan itu saya ucapkan banyak terimakasih kepada seluruh pihak yang memberikan bantuan baik secara mental, finansial, dan verbal kepada

penulis untuk terus melanjutkan penerapan program tersebut dan bisa mengakhiri pengabdian masyarakat ini dengan baik. Tak lupa ucapan terimakasih juga penulis ucapkan kepada pembimbing yaitu Bp. Dadan Anugrah yang memberikan arahan untuk memfokuskan khalayak sasaran dan identifikasi masalah pada kecanduan gadget hingga akhirnya bisa diangkat menjadi sebuah laporan artikel yang semoga bermanfaat.

#### **D. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Permasalahan utama pada bahasa artikel ini adalah kecanduan gadget pada anak usia sekolah yang terjadi selama masa pandemi Covid-19 berlangsung.

##### **Gadget**

Gadget adalah sebuah istilah bahasa Inggris yang mengartikan sebuah perangkat atau instrumen elektronik yang memiliki tujuan dan fungsi khusus terutama untuk membantu manusia dalam menjalankan aktivitasnya. Menurut Hana Pebriana (2017) menyatakan

"Gadget adalah perangkat elektronik kecil yang memiliki fungsi khusus. Diantaranya smartphone seperti iPhone dan BlackBerry, serta netbook (perpaduan antara komputer portable seperti notebook dan internet".

Gadget memiliki fitur menarik yang ditawarkan dan seringkali membuat anak-anak cepat akrab dengannya. Seperti yang dikemukakan oleh Psikolog (Hadiwidjodjo, 2014):

"Gadget merupakan salah satu alat yang memiliki teknologi yang canggih. Jadi semua orang dapat berkomunikasi. Membangun kreatifitas anak (gadget mendorong beragam informasi yang juga bisa mendorong anak menjadi kreatif). Anak akan lebih mudah dalam mencari segala informasi dan berita yang dibutuhkan olehnya, terutama dalam hal belajar sambil bermain ataupun bermain sambil belajar. Dalam usia ini, anak memang masih berada di dalam usia yang mengasyikkan untuk bermain. Namun tak melepaskan diri dari sebuah proses pembelajaran yang harus diselesaikan".

Orang tua tidak ingin anaknya tertinggal kemajuan teknologi. Orang tua ingin anaknya mendapatkan dampak positif dari gadget itu sendiri. Sedangkan gadget tidak hanya memiliki dampak yang positif saja, tetapi ada dampak negatif juga. Itu semua tergantung dari intensitas dan efektifitas dalam penggunaannya. Penggunaan gadget secara terus-menerus akan menimbulkan kecanduan pada penggunaannya. Hal ini tentu perlu menjadi perhatian karena dampak negatif yang begitu mengkhawatirkan terlebih bagi anak-anak yang menggunakan gadget.

##### **Kecanduan Gadget**

Kwon, dkk (2013) menyebutkan bahwa istilah gadget addiction atau kecanduan gadget adalah sebagai perilaku keterikatan atau ketergantungan terhadap gadget yang memungkinkan menjadi masalah sosial seperti halnya menarik diri, dan

<https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/Proceedings>

kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari atau sebagai gangguan kontrol impuls terhadap diri seseorang. Karuniawan dan Cahyanti (2013) dalam jurnalnya menyebutkan bahwa definisi gadget addiction adalah perilaku penggunaan ponsel secara berlebihan yang dapat dianggap sebagai gangguan kontrol impulsif yang tidak memabukkan dan mirip dengan judi patologis. Dari penjelasan tersebut membuktikan bahwa kecanduan gadget adalah satu dari sekian banyak hal yang akan memberikan dampak buruk terhadap anak. Maka dari itu peran orang tua sangat penting dalam memberikan dan melakukan pengawasan dan pengontrolan penggunaan gadget pada anak agar anak tidak mengalami kecanduan gadget atau gadget addiction.

“Keluarga disarankan untuk lebih memperhatikan penggunaan gadget pada anak saat dirumah dengan cara memberikan batasan waktu untuk bermain gadget pada anak saat dirumah dengan melakukan hal yang menarik seperti mengajak bermain diluar rumah, ajak anak untuk lebih banyak beraktivitas (olahraga, bermain musik, dll), dan bersosialisasi dengan teman sebayanya” (Setianingsih, dkk 2018).

### **Hasil Observasi**

Berdasarkan observasi dan wawancara sederhana terhadap para orang tua, anak menggunakan gadget dalam jangka waktu yang cukup lama perhari dan gadget tersebut lebih banyak digunakan untuk hal-hal yang kurang bermanfaat, seperti menonton video YouTube, menonton dan melakukan TikTok, bersosial media hingga bermain game online maupun offline yang di dominasi anak laki-laki.

Para orang tua juga menjelaskan efek langsung yang terjadi ketika anak-anak mereka mulai tenggelam dalam dunia gadgetnya, yakni anak menjadi tidak peduli akan sekitar dan sulit diajak berkomunikasi karena fokus anak adalah terhadap gadget sehingga apabila orang tua mengajak bicara atau memanggilnya, anak cenderung tidak mendengarnya. Kemudian anak menjadi mudah kesal dan sering marah-marah, akibat dari bermain game online yang kebanyakan mengenai pertarungan antara menang dan kalah, dan biasanya ketika anak sedang asik bermain dan orang tua menyuruh berhenti atau disuruh untuk melakukan hal lain anak akan marah-marah karena merasa aktivitas main game nya terganggu.

Banyak diantara orang tua yang memanfaatkan gadget sebagai salah satu jalan pintas orang tua dalam pengasuhan bagi anaknya. Alasan sebagian orangtua memberikan gadget untuk anak pun sangat bermacam-macam, ada yang berkilah agar anak mereka tenang dan tidak merepotkan. Yang terpenting bagi mereka, pemberian gadget membuat anak tidak rewel dan tidak mengganggu aktivitas orang tua. Perlu diketahui bahwa gadget sebaiknya tidak dikenalkan pada anak usia dini. Seharusnya anak usia dini bermain dengan teman sebayanya untuk bersosialisasi dan mengenal lingkungan sekitarnya. Kebanyakan orang tua juga belum paham intensitas penggunaan gadget yang baik bagi anak. Artinya orang tua belum memahami apabila pemberian gadget kepada anak tanpa batasan waktu akan membuat anak menjadi kecanduan gadget. Kejadian seperti itu tentu saja menjadi perhatian bagi orang tua karena banyak sekali dampak negatif yang ditimbulkan

apabila anak kecanduan gadget, salah satunya akan berdampak kepada perilaku anak. (Widya, 2020).

Sekitar 70% orang tua mengaku mengizinkan anak-anak mereka yang usianya enam bulan sampai empat tahun bermain gadget ketika mereka sedang melakukan pekerjaan rumah tangga, serta sekitar 65% melakukan hal yang sama untuk menenangkan anak saat berada di tempat umum, dan satu perempat orang tua mengaku meninggalkan anak-anak mereka sendiri dengan gadget menjelang tidur (Zhallina, 2019). Zaini dan Soenarto menemukan tingkat penggunaan smartphone pada anak usia TK 4-6 tahun sebesar sembilan puluh empat persen (Zaini & Soenarto, 2019).

### **Hasil Upaya Penanganan**

Penggunaan gadget yang tepat pada kalangan siswa, khususnya anak usia dini dapat mengasah pemahaman dalam berilmu, misalnya dalam hal kosakata (Machmud, 2018). Mayoritas penelitian melaporkan bahwasanya penggunaan mobile applications pada anak berusia 2-5 tahun memberikan dampak positif pada perkembangan literasi, matematika, sains, pemecahan masalah, dan self efficacy (Herodotou, 2018). Menurut paparan Joan Ganz Cooney Center di Amerika Serikat menemukan bahwa anak-anak usia 5 tahun yang menggunakan aplikasi edukasi gadget mengalami peningkatan kosakata sekitar 27%, sedangkan anak-anak usia 3 tahun mengalami peningkatan sebanyak 17% (Wulandari, 2016).

Dalam penelitian lain mengatakan usia optimal untuk memperkenalkan gadget adalah di atas 2-3 tahun, hal ini bertujuan untuk mengembangkan aktivitas fisik dan interaksi sosial (Wulandari, 2016). Keterampilan sosial merupakan kebutuhan mendasar anak agar mampu menghadapi berbagai situasi yang terjadi di sekitarnya (Poerwati & Cahaya, 2018). Dari segi kuantitas waktu orangtua perlu mengawasi pemakaian gadget, karena penggunaan yang berlebihan dapat mengganggu kesehatan mata (Wulandari, 2016). Hasil penelitian menunjukkan bahwa waktu optimal bagi anak-anak usia 3-7 tahun dalam memainkan gadget maksimal satu jam setiap hari (Wulandari, 2016).

Menurut Fadilah (dalam Yusmi Warisyah 2015:137)

“Hal-hal yang dilakukan orang tua untuk meminimalisir anak dari pengaruh negatif penggunaan gadget (1) Mendampingi anak (2) Membuat kesepakatan waktu dalam penggunaan gadget (3) Membuat kesepakatan dalam membuka fitur-fitur yang akan dibuka (4) Modelling yang baik dari orang tua (5) Orang tua dapat menaruh gadget dengan baik (7) Mengajak anak untuk belajar bersama”.

Orang tua harus dapat mendidik dan mengarahkan anaknya sejak dini melalui sikap dan perbuatan yang sepatutnya dicontoh oleh anak-anaknya.

“Peran orang tua dalam mengawasi penggunaan gadget untuk anak-anak

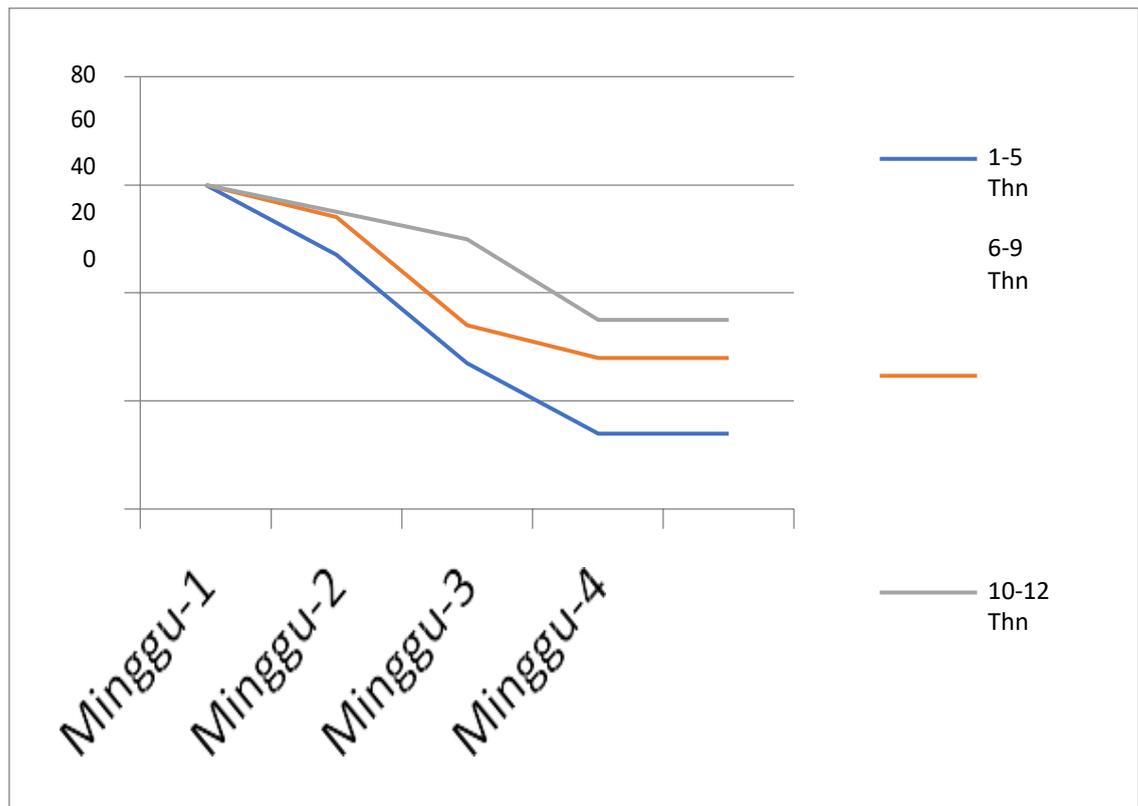
SD/ sederajat adalah dilakukan melalui pengawasan waktu dan pengawasan akses yang digunakan oleh anak-anak melalui gadget, tingkat SMP/ sederajat adalah masih dikontrol hanya tidak seperti anak sekolah dasar, saat di sekolah menengah/ pendidikan yang setara dengan mengawasi kegiatan anak-anak dalam menggunakan gadget yang tidak menahan" (Frahadini dkk 2018:167).

Guru disekolah juga dapat membimbing dan menuntun serta mengarahkan anak-anak pada suatu pemahaman konsep pemakaian gadget yang baik bagi anak.

Cara mengatasi anak kecanduan gadget merupakan informasi yang sangat dibutuhkan orang tua akhir-akhir ini. Seperti diketahui, di masa modern ini perkembangan gadget terus

mengarah ke arah yang lebih baik. Setiap hari terus bermunculan macam-macam gadget baru yang tidak mungkin tidak akan diketahui oleh anak-anak kita. Dalam jurnal Rika Widya (2020), berikut ini cara mengatasi kecanduan gadget pada anak yaitu:

1. Berikan batasan waktu dalam menggunakan gadget
2. Ajak anak bersosialisasi dengan teman sebayanya
3. Mendorong anak untuk aktif di berbagai kegiatan
4. Berikan mainan dan kegiatan alternatif
5. Ajak anak berdiskusi masalah sederhana
6. Luangkan waktu untuk anak lebih banyak
7. Jadilah panutan  
(Modelling)



Gambar 2. Grafik penurunan angka kecanduan gadget.

Dari hasil penerapan upaya penanganan kecanduan gadget tersebut, didapat hasil yang baik. Dengan rata-rata awal penggunaan gadget sekitar 60% perhari kemudian terjadi penurunan. Pada anak usia sekoah TK dan PAUD, persentase berkurang cukup drastis menjadi sekitar 14-19% perhari, itupun kebanyakan hanya untuk mengirim tugas dan menonton video pembelajaran yang diberikan oleh guru. Sedangkan pada anak usia Sekolah Dasar cukup sulit untuk melepaskan kecanduan tersebut karena faktor pemahaman mereka yang sudah menyadari bahwa bermain game online atau bersosial media sangatlah menyenangkan, penurunan persentase anak SD awal sekitar 28-31% dan usia anak SD akhir persentase terbawah sekitar 3536% dengan alasan bahwa anak usia SD lebih banyak mengerjakan tugas daring.

## E. PENUTUP

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan bahasan yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa penggunaan gadget pada anak usia sekolah dapat berdampak negatif, antara lain : (1) anak malas membaca buku karena dapat materi dari internet; (2) anak malas aktifitas; (3) anak mudah marah; (4) Tergangunya konsentrasi; (5) dapat merusak mata. Pengguna Gadget pada anak perlu pendampingan serta bimbingan dari orang tua, maka dari itu harus menerapkan kebiasaan dan teguran dari orang tua ketika menggunakan Gadget.

Penggunaan Gadget di saat pandemi seperti saat ini lebih bermanfaat ketika belajar tetapi tetap harus dalam pengawasan dan juga bimbingan, karena penggunaan

Gadget terlalu berlebihan akan menimbulkan efek samping yang kurang bagus dan dapat merugikan diri anak tersebut.

Dan berdasarkan hasil pengabdian dapat disimpulkan bahwa masa pandemi ini menjadi salah satu faktor penyebab anak-anak menjadi kecanduan gadget, dan kurangnya penanganan dari orang tua dan keluarga menjadikan perilaku tersebut semakin tertanam. Dari upaya-upaya penanganan yang telah penulis lakukan melalui program rancangan mendapatkan hasil yang baik yakni anak-anak lebih termotivasi untuk belajar, sekolah, dan bersosialisasi, sadar akan fungsi dan kegunaan gadget yang sewajarnya, juga membuat anak menemukan ketertarikan dan hobi baru yang lebih menyenangkan dan lebih bermanfaat.

### **Saran**

Saran bagi pembaca diharapkan tetap bijak dalam memilah dan memilih informasi. Penulis juga berharap agar pembaca bisa memahami intisari dan poin penting dari bahasan dalam artikel ini. Kepada pembaca yang hendak mengembangkan dan menyempurnakan program serupa disarankan untuk memahami teori dan situasi nyata dengan sungguh-sungguh, karena bahasan dalam artikel ini masih penuh kekurangan, baik dari segi tata bahasa, pemaparan teori maupun kemampuan penulis dalam menghubungkan tiap situasi dengan teori yang ada.

### **F. DAFTAR PUSTAKA**

Abdulatif, Sofian., Triana. (2021). Pengaruh Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Anak di Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1490-1494. <https://jptam.org/index.hp/jptam/article/view/1125>

Amri dkk. (2020). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan Interaksi Anak Sekolah Dasar pada Situasi Pandemi Covid-19. *TRAPILA : Jurnal Pendidikan Dasar*, 2(2), 14-23. <http://dx.doi.org/10.30742/tpd.v2i2.933>

Ariston & Frahasini. (2018). Dampak Penggunaan Gadget Bagi Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar. *JERR : Journal of Educational Review and Research*, 1(2), 86-91. <http://dx.doi.org/10.26737/jerr.v1i2.1675>

Budi, MEP. (2020). Pelaksanaan Kelas Digital Parenting Bertema Cara Mencegah Kecanduan Gadget di Mada Golden Age. *Rosyada : Islamic Guidance and Counseling*, 1(1), 23-38. <https://jurnal.iainponorogo.ac.id/index.php/rosyada/article/view/2413/0>

Chusna, Puji Asmaul. (2017). Pengaruh Media Gadget Pada Perkembangan Karakter Anak. *Jurnal Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 17(2), 315-330. <https://doi.org/10.21274/dinamika.2017.17.2.315-330>

Frahasini dkk. (2018). The Impact of The use of Gadgets in School of <https://proceedings.uinsgd.ac.id/index.php/Proceedings>

School Age Towards Children's Social Behavior in Semata Village. *Journal of Educational Social Studies* 7 (2), 161-168.

Hadiwidjodjo. (2014). Dampak Positif Penggunaan Gadget Bagi Anak. Diunduh dari

<http://www.satuharapan.com/life/8dampakpositifpenggunaangadget-bagi-anak>

Hana Pebriana, Putri. (2017). *Analisis Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Pada Anak Usia Dini*. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 1 (1), 1- 11.

Herodotou, C. (2018). Young children and tablets: A systematic review of effects on learning and development. *Journal of Computer Assisted Learning*, 34(1), 1–9. <https://doi.org/10.1111/jcal.12220>

Machmud, K. (2018). The Smartphone Use in Indonesian Schools: The High School Students' Perspectives. *Journal of Arts and Humanities*, 7(3), 33. <https://doi.org/10.18533/journal.v7i31354>

Muhibbin Syah. 2003. *Psikologi Belajar*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Murdjito, Gatot. 2012. *Metoda Pengabdian Pada Masyarakat*. Modul disampaikan pada Pelatihan Pengabdian kepada Masyarakat tahun 2012 (Tidak diterbitkan).

Pers, S. (2014, februari). Riset Kominfo dan UNICEF Mengenai Perilaku Anak dan Remaja Dalam Menggunakan Internet. Diunduh dari [kominfo.go.id](http://kominfo.go.id):

[https://kominfo.go.id/content/detail/3834/siaranpers-no17pihkominfo22014-tentang-risetkominfodan-unicef-mengenai-perilakuanak-dan-remajadalam-menggunakaninternet/0/siaran\\_pers](https://kominfo.go.id/content/detail/3834/siaranpers-no17pihkominfo22014-tentang-risetkominfodan-unicef-mengenai-perilakuanak-dan-remajadalam-menggunakaninternet/0/siaran_pers)

Poerwati, C. E., & Cahaya, I. M. E. (2018). Kegiatan Menggambar Berbasis Proyek Dalam Meningkatkan Kemampuan Sosial-Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(2), 183–193. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v2i2.114>

Puspitasari, dkk. (2021). Analisis Dampak Gadget Pada Pembentukan Karakter Dalam Masa Pandemi Covid 19 Siswa MI Muhammadiyah 27 Surabaya. *Jurnal Review Pendidikan Dasar: Jurnal Kajian Pendidikan dan Hasil Penelitian*, 7(1). <http://journal.unesa.ac.id/index.php/PD>

Setianingsih, dkk. (2018). *Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah Dapat Meningkatkan Resiko Gangguan Pemusatan Perhatian Dan Hiperaktivitas*. *Gaster: Jurnal Kesehatan* 16 (2), 191-205.

Warisyah, Yusmi. (2015). Pentingnya "Pendampingan Dialogis" Orang Tua Dalam Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Seminar Nasional Pendidikan*, 130138.

Widya, Rika. (2020). Dampak Negatif Kecanduan Gadget Terhadap Perilaku Anak Usia Dini Dan Penanganannya Di PAUD Ummul Habibah. *Jurnal Abdi Ilmu* 13(1). 2934. <https://jurnal.pancabudi.ac.id/index.php/abdiilmu/article/view/888>

Wulandari, P. Y. (2016). Anak Asuhan Gadget. Diambil 31 Agustus 2021, dari <https://www.liputan6.com/health/read/2460330/anak-asuhan-gadget>

Xiao, A. (2018). Konsep Interaksi Sosial Dalam Komunikasi, Teknologi, Masyarakat. *Jurnal Komunika: Media Dan Informatika*, 7(2). <https://doi.org/10.31504/komunika.v7i2.1486>

Yuliana. (2020). Corona virus diseases (Covid -19); Sebuah tinjauan literatur. *Wellness and Healthy Magazine*, 2(1), 187– 192. <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/v1i218wh>

Zaini, M & Soenarto. (2019). "Persepsi Orangtua terhadap Hadirnya Era Teknologi Digital di Kalangan Anak Usia Dini", *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* Vol 3, No 1, 254-264. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i1.127>

Zhallina, Nuryus. (2019, 11 Desember). Kecanduan Gadget pada Usia Dini Semakin Menghawatirkan. Diakses pada 01 September 2021. <https://www.suara.com/yoursay/2019/12/11/135739/kecanduan-gadget-pada-usia- dinisemakin-menghawatirkan>