



Pengenalan Program Parent-Child Games (Bermain Pappercraft) dalam Mencegah Kegawatan Gadget Addictive

Titis Sensussiana*, Endang Zulaicha Susilaningsih, Noerma Shovie Rizqiea

Universitas Kusuma Husada Surakarta, Jl. Jaya Wijaya No.11, Kadipiro, Banjarsari, Surakarta, Jawa Tengah
57136, Indonesia

*titiezs@ukh.ac.id

ABSTRAK

Anak usia prasekolah merupakan tahap anak mulai mengamati perilaku dan akan meniru perilaku tersebut. Penggunaan gadget pada anak, meningkat sejak adanya pandemic, sehingga meningkatkan resiko gadget addictive. Tindakan yang dapat meminimalisir penggunaan gadget adalah dengan memberikan aktivitas lain. Program Parent-Child Games (Bermain Pappercraft) merupakan program yang menuntut peran orangtua dalam keterlibatan bermain dengan anak, dengan meningkatkan pengetahuan orangtua dengan memberikan pendidikan kesehatan. Dengan program tersebut diharapkan anak menggunakan gadget sesuai batasan waktu yang direkomendasikan dan anak dapat terpenuhi kebutuhan lainnya. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah mencegah terjadinya kegawatan gadget addictive pada anak usia 3-5 tahun melalui program Parent-Child Games (Bermain Pappercraft) di Desa Sumberbulu Kecamatan Mojogedang. Pengabdian masyarakat ini menggunakan metode yaitu ceramah. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di pada tanggal 23 Desember 2022. Dari hasil pelaksanaan kegiatan masyarakat ini, diikuti sebanyak 15 orangtua siswa dengan adanya peningkatan program parent-child games pada minggu minggu kedua sebanyak 5 orangtua. Respon dari kegiatan ini sangat bagus, karena orangtua dapat mengetahui tentang permainan dan pentingnya permainan yang didampingi dan orangtua terlibat dalam permainan tersebut serta bagaimana menerapkan manajemen gadget pada anak usia 3-5 tahun. Hal ini dapat diketahui dari hasil feedback menunjukkan jadwal kegiatan anak menjadi lebih tertata dan waktu anak dalam mengakses gadget lebih dibatasi oleh orangtua.

Kata kunci: anak usia 3-5 tahun; gadget addictive; parent-child games

INTRODUCTION TO THE PARENT-CHILD GAMES PROGRAM (PLAYING PAPER CRAFT) FOR PARENTS WITH CHILDREN AGED 3-5 YEARS IN PREVENTING EMERGENCY ADDICTIVE GADGET

ABSTRACT

Preschool-age children are at the stage where they begin to observe behavior and will imitate that behavior. Increasing the use of gadgets in children since the pandemic has increased the risk of addictive gadgets too. Actions that can minimize the use of gadgets include providing other activities. The Parent-Child Games (Playing Paper Craft) is a program that demands the role of parents in engaging in play with children by increasing parental knowledge and providing health education. With this program, it is hoped that children will use gadgets according to the recommended time limits and that other children's needs can be fulfilled. The purpose of this community service is to prevent the occurrence of emergency addictive gadgets in children aged 3-5 years through the Parent-Child Games program Playing Papercraft in Sumberbulu Village, Mojogedang District. This community service uses a speech method. The activity was held on

December 23, 2022. The result of this community service was the participation of 15 parents of students with an increase in the parent-child games program in the second week of 5 parents. The response from this activity was very good because parents gained knowledge about games, the importance of engaging games, how parents are involved in these games, and how to implement gadget management in children aged 3-5 years. It can be seen from the results of the feedback that the child's activity schedule has become more organized, and the child's time accessing gadgets can be more limited by parents.

Keywords: addictive gadgets; children aged 3-5 years; the parent-child games program

PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 membawa dampak yang cukup besar di berbagai aspek kehidupan. Dampak tersebut antara lain aspek ekonomi, kesehatan, perdagangan dan pendidikan. Pembelajaran secara daring yang dilakukan saat masa pandemic membawa dampak untuk anak terutama pada kebiasaan mengakses gadget. Peningkatan penggunaan gadget dikhawatirkan dapat meningkatkan kecenderungan kecanduaan gadget (Agustin et al., 2021). Prevalensi pengguna gadget di dunia, sekitar 72% anak sudah mulai menggunakan gadget sejak tahun 2013. Pengguna gadget khususnya anak-anak, meningkat jumlahnya dari tahun 2011 sampai 2013, dari 38% menjadi 72%. Meningkatnya penggunaan gadget pada anak, menyebabkan peluang terjadinya peningkatan angka kecanduan gadget (Agustin et al., 2021). Kecanduan gadget berakibat pelepasan hormone dopamine yang berlebihan yang mengakibatkan resiko gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (paturel, 2014). Dampak negative yang lain adalah anak menjadi susah tidur, berkurangnya konsentrasi, kesehatan anak terganggu terutama kesehatan mata, anak menjadi suka menyendiri dan resiko cyberbullying (Iswidharmanjaya, 2014).

Kecanduan gadget merupakan salah satu efek dari pemakaian gadget yang tidak dapat dikontrol dan dibatasi oleh orangtua. Kecanduan gadget mengakibatkan anak lupa terhadap aktivitas lain, dan sibuk dengan gadget. Fasilitas dan aplikasi yang menarik, membuat anak tidak pernah bosan dengan gadget. Anak menjadi merasa kesepian dan gelisah jika tidak memegang gadget. Munculnya nomofobia sindrom, yang berasal dari no-mobile-phone-phobia, memiliki ciri seseorang yang tidak dapat terlepas dari gadget selama 24 jam. Orang dengan phobia ini akan membawa gadgetnya ke tempat yang tidak wajar, misalnya di kamar mandi. Carpal tunnel syndrome juga menjadi salah satu akibat dari kecanduan gadget. Sindrom ini merupakan gangguan pada otot dan tulang pergelangan tangan. Tindakan yang bisa dilakukan untuk mengatasi kecanduan gadget adalah dengan menggunakan permainan. Kegiatan bermain akan membuat anak bergerak, memanfaatkan fungsi otot, merangsang indra tubuh, mengeksplere lingkungan serta menemukan jati diri anak (Vanagosi, 2016). Melakukan kegiatan bermain dapat dengan melibatkan orangtua, misalnya bermain ular tangga, bermain petak umpet, bermain tebak-tebakan. Permainan mencari harta karun serta bermain peran. Hal tersebut dapat dilakukan oleh anak dan akan lebih baik jika didampingi dan ada keterlibatan orangtua.

Peran orangtua dalam memberikan aturan dan mengontrol anak untuk dapat menghentikan kecanduan gadget sangatlah penting. Permainan yang dilakukan anak dapat menjadi cara

pendekatan orangtua dalam melaksanakan peran tersebut. Parent-Child Games merupakan pemberian informasi kepada orangtua tentang permainan yang melibatkan aktivitas fisik bermain anak, agar anak dapat mengalihkan perhatian bermain gadget. Harapannya agar permainan ini dapat mengurangi waktu anak untuk bermain gadget dan menurunkan resiko kecanduan gadget. Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah mengenalkan Program Parent-Child Games (bermain Pappercraft) pada orangtua dengan anak usia 3-5 tahun dalam mencegah kegawatan gadget addictive.

METODE

Kegiatan Program Parent-Child Games (Bermain Pappercraft) pada Orangtua dengan Anak Usia 3-5 Tahun dalam Mencegah Kegawatan Gadget Addictive dilaksanakan pada tanggal 23 Desember 2022. Metode pembelajaran dengan menggunakan pendidikan kesehatan sebagai sarana untuk mengajarkan orangtua tentang materi pengabdian masyarakat. Kegiatan diskusi dan Tanya jawab juga dilakukan setelah penyampaian materi pendidikan kesehatan selesai dilakukan. Koordinasi kader bersama perwakilan Prodi Keperawatan Program Diploma Tiga akan dilakukan pada tanggal 07 Maret 2022 jam 08.00-12.00 WIB. Koordinasi responden dan perwakilan Prodi Keperawatan Program Diploma Tiga difokuskan pada masalah kesehatan anak khususnya adalah kasus kecanduan gadget. Temuan masalah kesehatan akan dibahas bersama saat musyawarah yang dijadwalkan dilakukan pada tanggal 17 Maret 2022 Jam 13.00-17.00 WIB. Koordinasi dilakukan pada tanggal 3 April 2022 jam 13.00-17.00 WIB. Koordinasi dihadiri oleh Calon Ibu yang terlibat dalam Pengabdian masyarakat, mahasiswa serta Dosen Universitas Kusuma Husada. Koordinasi ini membahas hasil temuan masalah kesehatan yang ditemukan saat pertemuan sebelumnya.

Persiapan alat peraga dan materi penyuluhan dilakukan pada tanggal 15 April 2022 bertempat di Universitas Kusuma Husada Surakarta. Dalam tahap ini maka anggota tim akan menyusun satuan acara penyuluhan, leaflet, serta materi evaluasi dalam mengukur pengetahuan orangtua tentang Program Parent-Child Games (Bermain Pappercraft). Pelaksanaan pengabdian masyarakat berupa pengenalan program Parent-child Games (Bermain Pappercraft) pada orangtua dengan anak usia 3-5 tahun dalam mencegah Kegawatan gadget Addictive dilakukan pada tanggal 23 Desember 2022 jam 09.00-12.00 WIB. Kegiatan diawali dengan pengarahan dari Dosen kepada anggota tim pengabdian masyarakat dan mahasiswa. Kegiatan pengabdian masyarakat akan dilakukan dengan menggunakan metode pemberian materi dan tanya jawab. Setelah dilakukan pengenalan program akan dilakukan monitoring dan evaluasi saat selesai acara pelatihan. Didalam proses monitoring maka tim anggota mengevaluasi pengetahuan orangtua tentang program parent-child games.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu tentang Program *Parent-Child Games* (Bermain *Pappercraft*) pada Orangtua dengan Anak Usia 3-5 Tahun dalam Mencegah Kegawatan *Gadget Addictive*. Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 23 Desember 2022. Pelaksanaan dilakukan di Desa Sumberbulu Kecamatan Mojogedang dengan tetap mematuhi protokol kesehatan.

Dari hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat pada tanggal 23 Desember 2022 yang diikuti kurang lebih 15 orangtua dan anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini mendapatkan respon yang baik oleh orangtua dan pihak kader posyandu balita Desa Sumberbulu Kecamatan Mojogedang. Orangtua memiliki keluhan yang hampir sama dengan kasus yang disampaikan dalam pendidikan kesehatan, antara lain adalah kecanduan gadget pada anak, anak marah saat gadget diambil, orangtua merasa bingung harus seperti apa agar anaknya tidak kecanduan gadget. Dari hasil pengabdian masyarakat terlihat orangtua menjadi lebih semangat untuk mencoba berperan dan menjalin kedekatan dengan anak yaitu dengan program parent-child games. Orangtua yang hadir menjadi tersadar dan memiliki gambaran bahwa peran parent-child games akan sangat membantu menjalin kedekatan orangtua dan anak dan mengurangi anak untuk bermain atau bahkan kecanduan dengan gadget.



Gambar 1. Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat yang dilakukan yaitu tentang program *Parent-child Games* (Bermain *Pappercraft*) untuk mengurangi kecanduan gadget yang dilakukan di Desa Sumberbulu Kecamatan Mojogedang, dilakukan dengan dasar adanya survey lapangan yang menunjukkan bahwa anak saat ini memiliki kecenderungan untuk dapat mengakses gadget secara bebas, dan melihat dari efek negative kegiatan tersebut cukup banyak. Gadget merupakan perangkat elektronik yang memiliki fungsi khusus, seperti handphone, notebook, iphone, komputer dan televisi (Widiawati, 2014). Alat permainan akan berpengaruh kepada perkembangan anak. Anak akan belajar melalui panca indera dan fenomena alam disekitarnya serta memperbanyak pengalaman dengan benda yang ditemukan (Ebi, 2017). Alat permainan harusnya bersifat mendorong kreatif dan inisiatif anak serta membangun pengetahuan anak (Hasbi & Wahyuningsih, 2020). Sedangkan gadget biasanya hanya menampilkan hal yang menarik tanpa memicu kreativitas anak. Hal ini menyebabkan anak menjadi kecanduan gadget, akan menjadi agresif yaitu menangis saat gadget mereka diambil, selain itu kegiatan bermain gadget akan berefek terhadap kesehatan anak (Novitasari & Khotimah, 2016). Salah satu alasan orangtua memberikan gadget pada anaknya adalah anak tidak rewel saat diberikan gadget. Namun, akibat lain dari hal tersebut adalah anak akan semakin rewel apabila gadget diambil atau tidak diberikan gadget. Anak-anak belajar bahwa gadget menjadi syarat melakukan sesuatu hal saat anak menginginkan, lalu ketika tidak diberikan maka anak akan menangis bahkan mengamuk atau melempat barang. Hal ini dapat terjadi saat pola pengasuhan permisif yang dilakukan orangtua saat menghadapi anak yang sedang tantrum

cenderung membuat anak menjadi manja dan terbiasa mendapatkan apa yang diinginkan. Jika anak tidak mendapatkan hal tersebut, maka anak akan memberontak agar keinginannya dipenuhi (Santy & Irtanti, 2017).

Jika anak usia dibawah 5 tahun menggunakan gadget secara terus-menerus dan tidak didampingi oleh orangtua, maka akan berakibat anak fokus hanya pada gadget dan mengurangi interaksi anak dengan lingkungan sekitar (Hurlock, 1993). Menurut Ferliana (2016), anak dibawah 5 tahun, boleh menggunakan gadget, namun harus dibatasi durasi penggunaannya, misalkan menggunakan gadget 1 minggu sekali dan tidak lebih dari setengah jam (Ferliana, 2016). Penggunaan gadget pada anak dalam jangka waktu yang lama dan dilakukan secara terus menerus dapat membuat anak kecanduan. Selain kecanduan, penggunaan gadget yang dilakukan setiap hari dan dalam durasi yang panjang akan membuat anak menjadi antisocial. Akibat lain adalah anak menjadi anak yang menyendiri, menikmati gadget tanpa menjalin relasi secara dalam terhadap lingkungan atau orang lain yang ada di sekitar anak (Sari & Mitsalia, 2016). Kecanduan gadget merupakan salah satu dampak negatif dari penggunaan gadget (Putri & Hazizah, 2019). Selain itu dampak kecanduan gadget secara psikologis yaitu merasa kehilangan, merasa stress ketika anak tidak memegang gadget.

Orangtua sebagai orang yang selalu di samping anak, harus dapat memajemen anak dengan jadwal kegiatan. Perkembangan anak akan optimal jika orangtua menyediakan lingkungan yang mendukung pada setiap perkembangannya. Sedangkan lingkungan yang tidak mendukung akan menghambat perkembangan anak (Adriana, 2013). Untuk mengalihkan anak dari gadget maka orangtua diharapkan mengetahui bagaimana cara manajemen gadget yang benar dengan menerapkan kemampuan orangtua dalam menyusun jadwal kegiatan anak. Salah satu cara yang dapat dilakukan oleh orangtua untuk memberikan perlindungan kepada anak terhadap resiko kecanduan gadget atau pengaruh negative gadget adalah dengan melibatkan orangtua untuk melakukan pengawasan terhadap anak saat menggunakan gadget (Huda et al., 2017). Menurut Markustianto (2017), peran keluarga yang baik, maka perilaku anak dalam penggunaan gadget juga akan baik, hal ini terjadi karena orangtua banyak memberikan pengarahan dalam penggunaan gadget yang baik dan tepat (Markustianto, 2017). Peran keluarga ini dapat diwujudkan dalam keterlibatan orangtua dalam kegiatan bermain anak (Wulandari, 2015). Sehingga anak akan terpenuhi kebutuhan kasih sayangnya, anak merasa senang dan dapat teralihkan dari bermain gadget. Permainan yang dilakukan dengan orangtua dapat berupa permainan fisik. Hal ini akan dapat membantu anak dalam memaksimalkan tugas perkembangannya, karena dengan bermain atau beraktivitas secara fisik maka anak akan belajar mengasah aspek perkembangan, bisa perkembangan motorik kasar, perkembangan motorik halus, dan lain sebagainya.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat mencegah perilaku kecanduan gadget pada anak, selain itu meningkatkan peran serta orangtua dalam mencegah kegawatan akibat gadget addictive. Kegiatan pengabdian masyarakat ini juga berperan dalam meningkatkan kesadaran dan peran aktif lingkungan dalam mencegah kegawatan gadget addictive.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriana, D. (2013). *Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain pada Anak*. Salemba Medika.
- Agustin, R. ., Novianti, R., & Puspitasari, E. (2021). Pengaruh Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 Tahun Di Tk Se-Kecamatan Bangkinang Kota Kabupaten Kampar. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, 4.
- Ebi, S. (2017). *Golden Age Parenting*. Psikologi Corner.
- Ferliana, J. . (2016). *Anak dan Gadget yang penting dalam Aturan Main*. Graha Ilmu.
- Hasbi, M., & Wahyuningsih, S. (2020). *Pentingnya Bermain Bagi Anak Usia Dini*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Huda, M., Jasmi, K. ., Mustari, M. ., Basiron, B., Hehsan, A., Shahrill, M., & Gassama, S. . (2017). Empowering Children with Adaptive Technology skills: careful engagement in the digital information age. *International Electronic Journal of Elementary Education*, 9.
- Hurlock, E. . (1993). *Perkembangan Anak*. Erlangga.
- Iswidharmanjaya, D. (2014). *Bila Si Kecil Bermain Gadget (1st ed.)*. Bisakimia.
- Markustianto, D. (2017). *Keluarga sebagai Gadget bagi Anak*. *Jurnal Profesi*, 1.
- Novitasari, W., & Khotimah, N. (2016). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Interaksi Sosial Anak Usia 5-6 tahun. *Jurnal PAUD Teratai*, 5.
- Putri, R., & Hazizah, N. (2019). Pengaruh Bermain Gadget Terhadap Perkembangang Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Guru Anak Usia Dini*, 1, 1–9.
- Santy, W. ., & Irtanti, T. . (2017). Pola Asuh Orangtua Mempengaruhi Temper tAntrum pada Anak Usia 2-4 Tahun di PAUD Darun Najah Desa Gading jatirejo, Mojokerto. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7.
- Sari, P., & Mitsalia, A. . (2016). Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Personal Sosial Anak Usia Pra Sekolah di Tkit Al Mukmin. *Jurnal Profesi*, 13.
- Vanagosi, K. . (2016). Konsep Gerak dasar untuk Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 1, 72–79.
- Widiawati. (2014). Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Daya Kembang Anak. *Jurnal Universitas Budi Luhur*, 1.
- Wulandari, R. (2015). Hubungan antara Kontrol Diri dengan Kecanduan Game Online pada remaja di warnet Lorong Cempak dalam kelurahan 26 Ilir Palembang. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4.