



Program “TAMAN” (Lestari Permainan Tradisional) dalam Upaya Mengurangi Kecanduan Gadget pada Anak

Rizka Ausrianti*, Rifka Putri Andayani, Peni Deka Putri, Dindry Dinah Oswi, Diva Salsabilla

Program Studi S1 Keperawatan, STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang, Jln Jamal Jamil Pondok Kopi Siteba
Surau Gadang, Nanggalo, Padang, Sumatera Barat 25173, Indonesia

*rizka.ausrianti@gmail.com

ABSTRAK

Penggunaan Gadget berdampak pada perkembangan fisik dan mental anak bahkan dapat menyebabkan kecanduan pada anak membuat aspek pertumbuhan dan perkembangan tidak terstimulus dengan baik, putus sekolah disebabkan kurang minat belajar, tidak mampu bersosialisasi, bersikap tenperamen atau emosional. Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk mengurangi kecanduan gadget pada anak dengan pelestarian permainan tradisional. Kegiatan yang dilakukan yaitu Peningkatan pemahaman orang tua melalui kegiatan edukasi, mengembangkan berbagai Permainan tradisional yang di mainkan oleh anak-anak di kelurahan Surau Gadang, bekerja sama dengan SDN 05 Surau Gadang untuk di jadikan sekolah percontohan. Edukasi pada guru di hadiri oleh 31 guru beserta staf SDN 05 Surau Gadang , di Kelurahan di hadiri oleh 14 orang tua yang memiliki anak. Kegiatan dimulai dari bulan Juni – Desember 2023. Sebelum dilakukan sosialisasi dan latihan bahwa sebahagian besar pengetahuan orang tua yaitu 64,2 % cukup, dan setelah diberikan edukasi yaitu 57,1 % baik. Terdapat penurunan kecanduan gadget pada anak dengan adanya permainan tradisional yaitu rerata pretest menunjukkan 45,07 dan posttest menunjukkan 39,47. Dengan adanya permainan tradisional dapat menurunkan angka kecanduan gadget pada anak dan anak selalu mendapatkan perhatian dan pemantauan yang penuh dari orang tua dalam hal penggunaan gadget.

Kata kunci: anak; perkembangan aspek fisik dan psikologis; permainan tradisional

PROGRAM “GARDEN” (LASTARI TRADITIONAL GAMES) IN AN EFFORT TO REDUCE GADGET ADDICTION IN CHILDREN

ABSTRACT

The use of gadgets has an impact on the physical and mental development of the child and can even lead to addiction in the child, making aspects of growth and development poorly stimulated, dropping out of school due to lack of interest in learning, inability to socialize, be assertive or emotional. This devotion to the Society aims to reduce gadget addiction in children with the preservation of traditional games. The activities carried out are Improving parents' understanding through educational activities, developing various traditional games played by children in Surau Gadang village, in cooperation with SDN 05 Surau Gadang to make it a pilot school. Education for teachers was attended by 31 teachers and staff of SDN 05 Surau Gadang, in Kelurahan and attended by 14 parents with children. Activities start from June — December 2023. Before socialization and exercise, the majority of parents' knowledge, 64.2 percent, is sufficient, and after education, 57.1 percent is good. There was a decrease in gadget addiction in children with the presence of traditional games, the pretest average showed 45.07 and the posttest showed 39.47. The existence of traditional games can reduce the number of gadget addiction in children and children always receive full attention and monitoring from parents when it comes to gadget use.

Keywords: development of physical and psychological aspects; traditional games

PENDAHULUAN

Di era globalisasi saat ini, kemajuan teknologi dan informasi sangat cepat. Diciptakannya peralatan canggih yang digunakan manusia untuk mempermudah aktivitasnya adalah buktinya. Permainan modern seperti video game dan virtual game telah muncul di lingkungan anak-anak, menghilangkan permainan tradisional. Permainan modern biasanya dimainkan di dalam ruangan yang nyaman, seperti di rumah, di mall, atau di tempat terbuka, sehingga anak-anak betah memainkannya selama berjam-jam tanpa terpapar udara luar (Mayangsari D.M, 2019). Permainan modern pada anak ini akan berdampak pada perkembangan fisik dan mental anak dalam jangka waktu yang lama. Membuat banyak aspek pertumbuhan dan perkembangan tidak terstimulus dengan baik. Selain itu, ditemukan pula anak-anak yang putus sekolah disebabkan bukan oleh faktor ekonomi melainkan kurang minat belajar, tidak mampu bersosialisasi, bersikap tenperamen atau emosional dan bahkan sampai mengalami kecanduan gadget (Mayangsari D.M, 2019).

Kelurahan Surau Gadang termasuk ke dalam wilayah administrasi kecamatan Nanggalo Kota Padang. Kelurahan ini memiliki luas 2,28 kilometer persegi, yang terdiri dari 22 RW dan 98 RT. Jumlah anak yang ada di kelurahan ini yaitu usia 3-12 tahun berjumlah sekitar 785 jiwa dan usia 12 – 17 tahun berjumlah 813 jiwa (BPS, 2020). Lokasi Kelurahan ini lebih kurang berada 1,4 KM dari perguruan tinggi pengabdian. Status Pekerjaan Orang tua di kelurahan Surau Gadang ini yaitu sekitar 70 % bekerja sebagai PNS, wirastasta, dll. Ketika Tim pengabdian mengamati langsung dan mengobservasi lingkungan yang dilaksanakan pada tanggal 25 Mei 2023 dan terlihat bahwa anak-anak banyak berkumpul untuk menghabiskan waktu luang, anak sibuk dengan gadget nya masing-masing dengan berbagai macam permainan seperti bermain game online, dll. Dan berdasarkan hasil wawancara tim pengabdian dengan beberapa anak menyatakan bahwa mereka sering berkumpul untuk bermain game karena menjadi lebih seru walaupun dengan gadgetnya masing-masing. Selain itu, dengan kegiatan ini dapat mengisi waktu luang dan bersantai dengan teman-teman daripada di rumah menjadi bosan karena hanya menonton televisi saja.

Lurah Kelurahan Surau Gadang serta perangkat kelurahan Surau Gadang membenarkan bahwa kondisi anak di kelurahan Surau Gadang sering melihat anak-anak berkumpul sambil bermain game. Walaupun terkadang sudah di tegur dan di sampaikan ke orang tua, namun hal ini terulang kembali. Hal ini mungkin di sebabkan karena lepasnya kontrol dari orang tua dalam penggunaan gadget, orang tua di kelurahan ini banyak bekerja, Lurah juga menyampaikan bahwa anak zaman sekarang sudah berbeda dengan zaman dahulu, dimana anak jaman sekarang lebih menyukai bermain dengan gadget seperti bermain game online, dll. Selain itu perlu penyesuaian program dari masyarakat dengan program yang ada di sekolah sehingga anak terbina dari orang tua , masyarakat dan sekolah. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa orang tua yang memiliki anak di kelurahan Surau Gadang mengatakan bahwa anak mereka sudah sulit di lepaskan dari gadget, dan terkadang jika di larang maka sering melawan ke orang tua. Jikalau di rumah di larang bermain gadget maka anak akan keluar rumah berkumpul dengan teman-temannya. Selain itu, secara akademis di sekolah terjadi penurunan yang di lihat dari nilai rapor anak. Orang tua menyatakan bahwa hal ini berawal dari sistem pembelajaran daring saat pandemi covid 19 yang mengharuskan adanya gadget namun hal ini berlanjut sampai sekarang sehingga membuat anak menjadi kecanduan terhadap gadget ini. Anak terlihat asyik bermain gadget dalam mengisi waktu luang seperti bermain game online dll. Terkadang sebagai orang tua juga membiarkan anak

bermain gadget di luar kontrol karena sibuk bekerja tanpa memikirkan dampak dan akibat dari hal tersebut terutama dampak terhadap perkembangan secara fisik dan psikologis anak.

Selain itu, Orang tua lain juga berpendapat sengaja memberikan gadget ke anak supaya anak tenang dan tidak mengganggu orang tua dalam beraktivitas tanpa memikirkan dampak buruk seperti akan mengganggu pada perkembangan anak secara fisik dan psikologisnya. Seperti anak kecanduan gadget, kurangnya minat belajar anak, lebih banyak banyak diam dirumah dengan gadget sehingga kurang bersosialisasi, dan terkadang jika di larang anak menjadi marah dan bersikap kasar. Ketua Pemuda kelurahan Surau Gadang juga menyatakan terkadang sering melihat anak berkumpul namun sibuk dengan gadget nya masing-masing. Mereka bermain game online, virtual game, dll. Jikalau di larang terkadang anak marah dan terkadang membuat kerisuhan di masyarakat. Berdasarkan hasil observasi tim pengabdian tokoh masyarakat dan pemuda sudah melakukan beberapa usaha seperti menyampaikan secara verbal kepada anak jikalau sedang berkumpul dan bermain game online namun hal ini belum berhasil maksimal untuk mengatasi masalah tersebut.

Solusi yang akan dilakukan mengatasi permasalahan kecanduan gadget pada anak di Kelurahan Surau Gadang Kec. Nanggalo Padang yaitu peningkatan pemahaman orang tua melalui kegiatan edukasi sehingga orang tua memahami perkembangan tentang : 1) Aspek-aspek perkembangan pada anak yang meliputi perkembangan Aspek Kognitif, Aspek Psikomotor, Aspek Sosial emosional, Aspek Afektif. 2) Pola asuh anak modern yaitu dengan mengikuti perkembangan zaman dan era globalisasi. 3) Aspek perkembangan anak beserta hambatan dan dampaknya dari sisi psikologis dan dapat menghambat terjadinya gangguan mental pada anak yang salah satunya di sebabkan oleh gadget. Menggalakkan kembali permainan anak nagari yang di mainkan oleh anak-anak di kelurahan Surau Gadang serta dapat mengasah kemampuan psikomotorik dan kognitif anak dengan menghadirkan suasana ceria namun mengedukasi yang tidak dapat dilakukan oleh gadget. Sehingga dapat mengisi waktu luang anak dan dapat mengalihkan perhatian anak dari gadget dan dapat mengurangi dari kecanduan gadget. Selain itu, anak dapat berkomunikasi secara langsung dengan teman-temanya, belajar mengatur strategi, dan pemecahan masalah serta menstimulasi motorik karena anak harus melakukan gerakan-gerakan tertentu dan memanfaatkan lingkungan dijadikan tempat area bermain. Menjalani kerja sama dengan 1 Sekolah Dasar yang berada di kelurahan Surau Gadang yaitu SDN 05 Surau Gadang. Sekolah ini di jadikan sebagai sekolah percontohan dalam penerapan kegiatan pengabdian ini dengan melibatkan kepala Sekolah/Guru BK supaya sehingga berkesinambungan antara program yang ada di sekolah dengan program yang di dapatkan di masyarakat. Sekolah ini di pilih karena SDN 05 Surau Gadang merupakan salah satu sekolah yang berada di kelurahan Surau Gadang.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Kelurahan Surau Gadang Padang yang di hadiri oleh 14 orang orang tua serta 19 orang anak yang mengalami kecanduan gadget sedangkan pemberian edukasi di SDN 05 Surau Gadang di hadiri oleh 31 orang guru beserta staf SDN 05 Surau Gadang. Metode pelaksanaan sebagai berikut :

Tabel 1.
Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan	Rincian kegiatan
Penyusunan booklet perkembangan anak secara fisik dan psikologis	<ol style="list-style-type: none"> 1. Persamaan persepsi dengan anggota TIM pengabdi terkait dengan materi perkembangan anak secara fisik dan psikologis 2. Pembagian tim kerja yaitu tim penyusun draf booklet, modul, penyusun laporan dan luaran
Mempersiapkan alat dan modul permainan Anak nagari.	Mempersiapkan alat dan modul permainan Anak nagari.
Koordinasi dengan terkait pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tim pengabdi akan mendatangi wilayah kelurahan Surau Gadang dan SDN 05 Surau Gadang untuk mempersiapkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat 2. Tim pengabdi akan mempersiapkan segala kebutuhan untuk pengabdian kepada masyarakat
Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat berupa edukasi kepada orang tua di kelurahan kelurahan Surau Gadang	<ol style="list-style-type: none"> 1. Melakukan pretest terkait pengetahuan mitra 2. Pemberian Materi sebagai berikut : <ol style="list-style-type: none"> a. Aspek-aspek perkembangan pada anak yang meliputi perkembangan Aspek Koqnitif, Aspek Psikomotor, Aspek Sosial emosional, Aspek Afektif oleh Diva Salsabilla Andayani,M.Kep b. Pola asuh anak modern yaitu dengan mengikuti perkembangan zaman dan era globalisasi Oleh Dindri Dinah Oswi c. Aspek perkembangan anak beserta hambatan dan dampaknya dari sisi psikologis oleh Ns. Rizka Ausrianti,M.Kep
Pelaksanaan Pengabdian kepada masyarakat berupa workshop pembuatan permainan tradisional dengan anak-anak serta melakukan permainan di kelurahan Surau Gadang dan di sesuaikan dengan usia anak	Permainan Tradisional / Permainan anak nagari <ol style="list-style-type: none"> 1) Modifikasi Board game untuk meningkatkan kemampuan kognitif dan sosial anak 2) Permainan congklak untuk perkembangan koqnitif dan sosial anak. 3) Permainan Kelereng perkembangan motorik dan koqnitif serta social anak.
Percontohan penerapan kegiatan pengabdian di SDN 05 Surau Gadang sehingga berkesinambungan antara program di sekolah dengan yang dilakukan di masyarakat.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pemberian Materi kepada kepala sekolah , guru / Guru BK sebagai berikut : <ol style="list-style-type: none"> a. Aspek-aspek perkembangan pada anak yang meliputi perkembangan Aspek Koqnitif, Aspek Psikomotor, Aspek Sosial emosional, Aspek Afektif. b. Pola asuh anak modern yaitu dengan mengikuti perkembangan zaman dan era globalisasi. c. Aspek perkembangan anak beserta hambatan dan dampaknya dari sisi psikologis 2. Penerapan permainan tradisional pada siswa.
Evaluasi hasil bersama tim dan mitra	Evaluasi program dan Menyusun laporan
Monitoring dan Evaluasi	Memonitoring dan mengevaluasi keberlanjutan pelaksanaan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan Bersama dengan lurah kelurahan Surau Gadang

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap Persiapan

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan 8 bulan yang terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan dan pelaporan serta evaluasi. Persiapan dilakukan dengan kegiatan pembuatan proposal, mengurus perizinan dan mempersiapkan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk pemberian edukasi kepada orang tua yang memiliki anak di kelurahan Surau Gadang dan Wali Kelas / Guru di SDN 05 Surau Gadang serta menggalakan Kembali permainan tradisional di

kelurahan Surau gadang dan SDN 05 Surau Gadang, dengan mempersiapkan berupa powerpoint, leaflet, permainan tradisional serta board game ,serta alat- alat yang lainnya yang di butuhkan untuk kegiatan pengabdian masyarakat.

Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan dilakukan terlebih dahulu dilakukan dengan pemberian edukasi kepada orang tua yang memiliki anak di kelurahan Surau Gadang RW 3 dan SDN 05 Surau Gadang . Edukasi yang diberikan terkait 1) Aspek-aspek perkembangan pada anak yang meliputi perkembangan Aspek Kognitif, Aspek Psikomotor, Aspek Sosial emosional, Aspek Afektif. 2) Pola asuh anak modern yaitu dengan mengikuti perkembangan zaman dan era globalisasi. 3) Aspek perkembangan anak beserta hambatan dan dampaknya dari sisi psikologis Terkhusus kepada anak dan Siswa di SDN 05 Surau Gadang di fasilitasi untuk memainkan permainan anak nagari di harapkan dapat mengasah kemampuan psikomotorik dan kognitif anak dengan menghadirkan suasana ceria namun mengedukasi yang tidak dapat dilakukan oleh gadget. Sehingga dapat mengisi waktu luang anak dan dapat mengalihkan perhatian anak dari gadget dan dapat mengurangi dari kecanduan gadget. Selain itu, anak dapat berkomunikasi secara langsung dengan teman-temanya, belajar mengatur strategi, dan pemecahan masalah serta menstimulasi motorik karena anak harus melakukan gerakan-gerakan tertentu dan memanfaatkan lingkungan dijadikan tempat area bermain. Permainan yang di sediakan di sesuaikan dengan kondisi usia anak yang ada di RW 03 Kelurahan Surau Gadang dan Tim pengabdian juga membuat suatu inovasi dengan menciptakan suatu permainan yang bisa di mainkan oleh anak – Anak berupa Board game edukasi.



Gambar 1. Orang Tua dan Anak Di RW 3 Kelurahan Surau Gadang



Gambar 2. Edukasi Di RW 3 Kelurahan Surau Gadang



Gambar 3. Edukasi Di RW 3 Kelurahan Surau Gadang



Gambar 4. Edukasi Di SDN 05 Surau Gadang



Gambar 5. Permainan Tradisional Oleh Siswa

Tabel 2.
Pengaruh Permainan Tradisional terhadap Kecanduan *Gadget* Pada Anak di RW 3 Kelurahan Surau Gadang

Permainan tradisional		f	Mean	<i>P value</i>
Kecanduan	Pre test	19	45,07	0,000
Gadget	Post test	19	39,47	

Tabel 3.
Tingkat Pengetahuan

Tingkat Pengetahuan	f	%
Sebelum		
Baik	4	28,6
Cukup	9	64,2
Kurang	1	7,2
Setelah		
Baik	8	57,1
Cukup	6	42,9
Kurang	0	

Tabel 4.
Hasil Pre Test dan Post Test Guru di SDN 05 Surau Gadang

Tingkat Pengetahuan	f	%
Sebelum		
Baik	16	51,6
Cukup	10	32,2
Kurang	5	16,2
Setelah		
Baik	24	77,4
Cukup	7	22,6
Kurang	0	

Kecanduan merupakan suatu keterlibatan secara terus-menerus dengan sebuah aktivitas meskipun hal-hal tersebut mengakibatkan konsekuensi negatif. Seseorang yang mengalami kecanduan pada *gadget* dapat menggunakannya dalam waktu yang lama (Ma'rifatul Laili & Nuryono, 2018). Penatalaksanaan kecanduan *Gadget* yang dapat diberikan pada anak usia sekolah yaitu jenis kegiatan yang dapat melibatkan motorik dan interaksi mereka dengan lingkungan. Seperti pendekatan konseling, terapi CBT, terapi REBT, terapi perilaku, terapi bermain (Vidinia, 2018). Selain dari itu peran orang tua juga sangat di butuhkan untuk mengurangi kecanduan *gadget* terutama pada anak karena anak masih perlu bimbingan, pendampingan, pantauan orang tua dalam penggunaan *gadget* ini. Bermain bermanfaat untuk menguatkan emosional, kognitif dan fisik anak tersebut, dan bermain adalah proses bagi anak belajar dan mengurangi efek ketergantungan (Nelson, 2017). Menurut Supartini (2018). bermain disarankan untuk anak karena bermain dapat mengurangi kecemasan, takut, sedih, stress dan perilaku *adiksi* (kecanduan). Bermain salah satu alat komunikasi yang natural bagi anak-anak serta sebagai media psiko terapi atau pengobatan terhadap anak yang dikenal dengan sebutan Terapi Bermain (Tedjasaputra, 2018).

Penggunaan *smartphone* secara berlebihan tentunya akan memberikan dampak yang tidak baik bagi anak. Menurut Ibrahim et al, (2018) Dampak *smartphone* dibedakan menjadi dua, dampak positif dan dampak negatif. Dampak positif membantu efektifitas tugas maupun pekerjaan sekolah, memberi pengetahuan, memberi informasi, mempermudah komunikasi. Dampak negatif yaitu waktu terbuang sia-sia, perkembangan otak terganggu, banyaknya fitur yang tidak sesuai dengan usia anak, mengganggu kesehatan, *introvert*, kecanduan. Penggunaan *smartphone* dengan

intensitas waktu yang tinggi akan berdampak terhadap menurunnya daya konsentrasi dan membuat anak tidak mandiri untuk melakukan aktivitas pribadinya (Demirci, Akgönül and Akpınar, 2015).

SIMPULAN

Tingkat pengetahuan rerata nilai kecanduan gadegt sebelum dilakukan permainan tradisional dengan rata rata 45,07 pada anak di RW 3 Kelurahan Surau Gadang sedangkan Rerata nilai kecanduan gadegt sesudah dilakukan permainan tradisional dengan rata rata 39,47 pada anak di RW 3 Kelurahan Surau Gadang.

DAFTAR PUSTAKA

- BPS, P. (2020). Distribusi Jumlah penduduk di kecamatan Nanggalo Kota padang.
- Demirci, Akgönül and Akpınar. (2015). "Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students", *journal of behavioral addictions*, 4(2), pp. 85-92. Doi:10.1556/2006.4.2015.010
- Ibrahim et al., (2018). Kecanduan Smartphone Terhadap Kesehatan Siswa Sekolah Dasar Di Semarang, *journal of research in health sciences*, 18(3), pp.3-7.
- Nelson. (2018). Ilmu Kesehatan Anak. EGC: Jakarta.
- Mayangsari D.M, N. D. (2019). Back To Permainan Tradisional Sebagai Upaya Pengembangan Promosi Wisata Edukasi Di Kampung Pelangi. *Pro Sejahtera*, 127-133.
- Ma'rifatul laili & Nuryono, (2018). Psikologi remaja edisi revisi (13th ed), jakarta: raja grafindo persada
- Saleh YT, N. M. (2018). Model Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Perkembangan Sosial Anak SD. *Jurnal Pendidikan dan Perkembangan Sekolah Dasar*, 127-138.
- Supartini. (2018). Buku ajar konsep dasar keperawatan anak, Jakarta: EGC.
- Tedjasaputra. (2018). Bermain, Mainan, dan Permainan untuk Pendidikan Anak Usia Sekolah. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Vidinia. (2018). Buku ajar keperawatan anak. Yogyakarta: pustaka pelajar.