

PENDAMPINGAN MASYARAKAT DESA BARU SUNGAI BETUNG MUDIK KABUPATEN KERINCI DALAM MEREDUKSI KECANDUAN GAWAI PADA ANAK

Harmalis¹, Farid Imam Kholidin², *Hengki Yandri³, dan Dosi Juliawati⁴

^{1,2,3,4}Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam, Institut Agama Islam Negeri Kerinci
harmalis1705@gmail.com¹, kholidin.imam27@gmail.com², hengki@konselor.org³,
dan dosijuliawati88@gmail.com⁴

*email: ³hengki@konselor.org

<https://doi.org/10.24071/aa.v5i2.4693>

diterima 28 Mei 2022; diterbitkan 10 November 2022

Abstract

Gadget addiction in children in the current age of information technology is a global problem experienced almost all over the world, so it is necessary to prevent, reduce and cure solutions for children who are already addicted to gadgets. So the Community Service activities in Desa Baru Sungai Betung Mudik, Kerinci Regency, were carried out assistance to parents in reducing the tendency of gadgets to children. The activity method is carried out in talk shows and psychological consultations for people who need psychological handlers, especially the problem of gadget addiction. This PkM activity was carried out on Friday, February 4, 2022, with activity partners, namely the village community of 30 people. The results of PkM activities show an increase in public understanding and insight into the dangers of gadgets for children if not given wisely, including for the family itself. Then the results of psychological consultations showed that there are parents who complain about their children who are difficult to escape from the device, so it is necessary to do a special follow-up. It is recommended to parents to make a schedule for children to play with gadgets and interact with children, so on for the village government to provide sports facilities for adolescents so that adolescent energy can be channelled positively.

Keywords: addiction, children, gadget, reducing

PENDAHULUAN

Sejak *Corona Virus Disease* (Covid-19) masuk ke Indonesia pada awal tahun 2020, sistem pembelajaran yang awalnya dilaksanakan secara tatap muka di kelas kemudian dituntut untuk beralih ke penggunaan teknologi. Menteri Pendidikan dan Kebudayaan pada bulan Maret 2020 menerbitkan Surat Edaran No 4 Tahun 2020 mengenai Pelaksanaan Pendidikan Dalam Masa Darurat Covid-19, salah satu isi surat edaran tersebut mengenai proses pembelajaran jarak jauh. Kurang lebih dua tahun Indonesia menggunakan proses pembelajaran jarak jauh dengan penggunaan teknologi secara massive. Proses Pembelajaran diarahkan menggunakan gawai, pemanfaatan media sosial dengan platform video, serta penggunaan aplikasi *videoconference*. Namun dalam pelaksanaannya lebih banyak menggunakan gawai, karena gawai lebih portable dan penggunaannya yang praktis. Dalam satu gawai pun bisa menginstal beberapa aplikasi guna menunjang pelaksanaan proses pembelajaran secara online.

Selama dua tahun berjalan tentunya peserta didik sangat akrab sekali dengan gawai mereka, memang karena tuntutan proses pembelajaran. Selain tuntutan proses pembelajaran, gawai tentunya digunakan sebagai sarana pelampiasan termasuk untuk menghibur diri, karena selama Covid-19 terjadinya pembatasan sosial. Untuk menghibur diri itulah biasanya peserta didik menginstal beberapa permainan online dan juga menghabiskan banyak waktu untuk berselancar di media sosial. Selain itu juga peserta didik akhirnya lebih banyak menghabiskan waktunya Bersama gawai mereka.

Akhirnya banyak peserta didik yang mengalami kecanduan gawai. Dampak negatif dari kecanduan gawai ini beraneka ragam seperti, disregulasi emosi (Rachmat, 2021), mengganggu perkembangan Bahasa (Kamilah

et al, 2020), dan kenakalan remaja (Chaidirman et al, 2019), sehingga perlu dilakukan upaya nyata dalam menanggulangi dampak dari kecanduan gawai ini.

Kabupaten Kerinci merupakan salah satu dari sekian banyak daerah yang menerapkan pembelajaran secara jarak jauh/daring, salah satunya Desa yang berada di Kabupaten Kerinci adalah desa Sungai Betung Mudik. Desa Sungai Betung Mudik merupakan salah satu Desa yang berada di Kabupaten Kerinci Propinsi Jambi. Demografi desa Sungai Betung Mudik berada pada pegunungan berbatasan langsung dengan Provinsi Sumatera Barat. Pekerjaan utama penduduk hampir keseluruhan adalah petani sehingga mana banyak peserta didik mengalami masalah pada gangguan kecanduan gawai. Kecanduan gawai ini akan merusak individu yang kecanduan jika tidak dilakukan pengambilan tindakan yang tepat dan cepat. Salah satu akibat paling buruk yang akan dialami oleh individu yang mengalami kecanduan gawai secara psikologis adalah emosi negatif yang tak terkontrol, gangguan mental dan compulsion (Faiz et al, 2019; Wulandari & Hermiati, 2019; Maria & Novianti, 2020).

Berajak dari masalah inilah, maka tim Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam Institut Agama Islam Negeri Kerinci terpanggil untuk melakukan kegiatan PkM dengan melakukan pendampingan pada masyarakat Desa Baru Sungai Betung Mudik Kabupaten Kerinci dalam mereduksi kecanduan gawai pada anak. Adapun tujuan kegiatan PkM ini yaitu 1) untuk memberikan wawasan kepada masyarakat Desa Baru Sungai Betung Mudik Kabupaten Kerinci tentang gawai; 2) mereduksi kecanduan gawai pada anak di Desa Baru Sungai Betung Mudik Kabupaten Kerinci.

METODE PELAKSANAAN

Asesmen Awal

Asesmen awal kegiatan PkM ini dilakukan dengan melaksanakan pertemuan di Kantor Kepala Desa Betung Mudik Kabupaten Kerinci bertemu dengan Kepala Desa dan Masyarakat untuk menggali data dan melakukan analisis kebutuhan masyarakat. Dari hasil asesmen awal ini terungkap bahwa adanya anak-anak dan remaja yang terindikasi kecanduan game online, nonton *youtube* di *gawai* tanpa bisa dicegah, kegiatan anak-anak dan remaja banyak dihabiskan dengan *gawai*, kegiatan kepemudaan di desa tidak ada, dan ada anak usia remaja kurang suka membantu orangtua pergi ke ladang dan sawah.

Perencanaan Kegiatan

Perencanaan kegiatan dilakukan secara musyawarah, untuk masalah waktu pelaksanaan dilakukan koordinasi dengan Kepala Desa, sehingga ditentukan mufakat pelaksanaan kegiatan PkM pada Hari Jum'at Tanggal 4 Februari 2022 pukul 08.00 WIB sampai dengan pukul 11.30 WIB yang bertempat di Masjid. Kemudian untuk materi kegiatan dan metode pelaksanaan, dilakukan diskusi dengan Tim PkM Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam yang menghasilkan mufakat sebagai berikut:

Tabel 1. *Rounddown* Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

No	Waktu	Kegiatan
1	07.30 – 08.00	Registrasi Peserta
2	08.00 – 08.05	Pembukaan
3	08.05 – 08.15	Pembacaan Ayat Suci Al Quran
4	08.15 – 08.20	Pembacaan Doa
5	08.20 – 08.30	Laporan Ketua Panitia
6	08.30 – 08.40	Sepatah Kata dari Kepala Desa
8	08.40 – 10.40	Pemberian Materi: Mereduksi Kecanduan <i>Gawai</i> pada Anak
9	10.40 – 11.00	Konsultasi Psikologis
10	11.00 – 11.05	Penutup

Pelaksanaan Kegiatan

Subjek

Sasaran kegiatan PkM ini yaitu seluruh masyarakat Desa Baru Sungai Betung Mudik Kabupaten Kerinci. Namun, pada pelaksanaan kegiatan tidak semua masyarakat bisa hadir, hal ini terjadi karena masih ada masyarakat yang berada di ladang dan di sawah. Jumlah subjek kegiatan yang hadir pada kegiatan ini yaitu 30 orang yang terdiri dari kepala keluarga, ibu-ibu, dan remaja.

Metode Kegiatan

Pendampingan mitra kegiatan dilakukan secara intensif, dilakukan di dalam masjid sebagai pusat pergerakan masyarakat Islam. Kegiatan dilakukan dalam bentuk *talkshow* yang didampingi oleh Bapak Hengki Yandri, M.Pd., Kons dan Bapak Farid Imam Kholidin, M.Pd., kemudian dilanjutkan dengan kegiatan konsultasi psikologis yang langsung didampingi oleh *all crew* tenaga ahli dari Jurusan Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam IAIN Kerinci.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan PkM yang telah dilakukan dengan memanfaatkan format penilaian kegiatan bisa dijabarkan sebagai berikut:

Understanding

Pemahaman subjek kegiatan setelah pemberian materi menunjukkan bahwa rata-rata subjek kegiatan mendapatkan pemahaman baru dari bahaya Gawai seperti: pertumbuhan daya pikir anak terganggu, tumbuh kembang anak menjadi lamban, kurang istirahat, bisa menyebabkan kelainan secara mental, mudah memiliki sifat agresif, mudah mengalami kepikunan, proses belajar si anak menjadi terganggu, suka menyendiri, kehidupan social yang tidak baik dan menjadi pribadi yang tertutup bagi orang lain.

Canfort

Perasaan subjek kegiatan rata-rata menunjukkan rasa senang dan lega setelah mengikuti kegiatan PkM, hal ini ditunjukkan dengan antusiasme subjek kegiatan yang tinggi baik pada saat sebelum kegiatan, saat kegiatan dan setelah kegiatan dengan menunjukkan sikap yang serius dan proaktif dalam sesi diskusi. Dari hasil pernyataan salah satu subjek kegiatan mengungkapkan akan rasa senang dan terimakasih karena telah diberikan materi tentang Gawai dan telah dibantu untuk therapy.

Action

Setelah kegiatan PkM, subjek kegiatan memiliki tekad yang kuat untuk mengontrol anak dalam memanfaatkan Gawai dengan bijak seperti membuat jadwal kegiatan harian anak sehingga jelas kapan bermain Gawai dan berapa lama durasinya. Hal ini dilakukan dengan melakukan kesepakatan bersama antara ayah, ibu, kakak dan adik atau satu keluarga, sehingga ini menjadi jadwal bersama dalam memanfaatkan Gawai dengan bijak.

Temuan utama kegiatan PkM menunjukkan bahwa rata-rata subjek PkM mendapatkan pemahaman baru akan bahwa Gawai bisa berpengaruh besar pada anak baik secara sosial maupun emosional seperti suka menyendiri, menjadi pribadi yang tertutup, susah istirahat yang berujung mengalami gangguan tidur, mudah tersandung perilaku kekerasan, lebih mudah terdampak pada ancaman cyberbullying (Putri, 2021; Yandri et al, 2013). Orangtua memiliki peran penting dalam menjaga komunikasi antara orang tua dengan anak dalam mencegah kecanduan Gawai (Ekleisia et al, 2020). Kemudian semakin besar tingkat kontrol orangtua terhadap penggunaan Gawai pada anak, maka semakin rendah kecenderungan pengaruh tingkat kecanduan Gawai pada anak terhadap perilaku bermasalah (Puspita, 2020).

Selanjutnya dari hasil konsultasi psikologis ada lima orangtua yang mengeluhkan anak-anak mereka yang susah lepas dari gawai, sehingga perlu dilakukan tindak lanjut khusus seperti therapy dengan menggunakan *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT). Terapi ini dilakukan kepada orangtua mereka, karena dari hasil analisis masalah, ternyata rata-rata orangtua yang menjadi penyebab utama anak-anak menjadi kecanduan Gawai. Dari hasil penilaian proses, hasil therapy menunjukkan adanya peningkatan pemahaman akan pemanfaatan Gawai dengan bijak dan penurunan tingkat kegelisahan pada orang tua dalam menerima anaknya yang kecanduan Gawai.

Anak-anak yang susah lepas dari Gawai menunjukkan gejala kecanduan Gawai, sehingga ini akan mengkhawatirkan orangtua. Banyak hal yang bisa dilakukan orangtua dalam mereduksi kecanduan Gawai pada anak seperti membuat jadwal kegiatan anak, mengajak anak bermain bersama, membuat jadwal olahraga anak dan jika sudah kategori akut, maka orangtua bisa menemui ahli therapy agar si anak mendapatkan therapy dalam mereduksi kecanduan Gawai. Therapy bisa dimanfaatkan seseorang dalam mengurangi dan bahkan menghilangkan emosi negatif seseorang yang teperangkap di dalam bawah sadar seseorang (Yandri & Juliawati, 2018), sehingga seseorang bisa memiliki emosi baru yang lebih positif dalam menjalani hari-harinya. Pada kegiatan PkM, tim menggunakan CBT dalam mereduksi kecanduan Gawai pada anak, karena dari hasil penelitian menunjukkan bahwa CBT bisa digunakan untuk mengatasi kecanduan game online (Hasibuan, 2021),

kecanduan internet (Suprpto et al, 2015), kecanduan media sosial (Aprilia et al, 2020), dan meningkatkan kemampuan coping pada pecandu Napza (Kurniawati et al, 2021).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Hasil kegiatan PkM menunjukkan terjadi penambahan pemahaman dan wawasan masyarakat akan bahaya Gawai bagi anak jika tidak diberikan dengan bijak, termasuk bagi keluarga itu sendiri. Subjek PkM merasa senang dan lega setelah diberikan kegiatan PkM terkait dengan kecanduan Gawai pada anak, sehingga subjek kegiatan akan melakukan kontrol pada anak dalam memanfaatkan Gawai dengan bijak dengan membuat jadwal kegiatan harian anak dan keluarga. Kemudian dari hasil konsultasi psikologis menunjukkan adanya orangtua yang mengeluhkan anak-anak mereka yang susah lepas dari gawai, sehingga perlu dilakukan tindak lanjut khusus.

Saran

Disarankan kepada orangtua untuk membuat jadwal anak dalam bermain gawai dan perbanyaklah berinteraksi dengan anak, seterusnya untuk pemerintah desa agar menyediakan fasilitas olah raga bagi remaja, sehingga energy remaja bisa tersalurkan secara positif.

DAFTAR REFERENSI

- Aprilia, R., Sriati, A., & Hendrawati, S. (2020). Tingkat kecanduan media sosial pada remaja. *Journal of Nursing Care*, 3(1), 41-53. <https://doi.org/10.24198/jnc.v3i1.26928>
- Chaidirman, C., Indriastuti, D., & Narmi, N. (2019). Fenomena kecanduan penggunaan gawai (gadget) pada kalangan remaja suku Bajo. *Holistic Nursing and Health Science*, 2(2), 33-41. <https://doi.org/10.14710/hnhs.2.2.2019.33-41>
- Ekllesia, R. C., Londa, J. W., & Mingkid, E. (2020). Peran komunikasi orang tua dalam mencegah kecanduan Gawai pada anak usia dini di Kelurahan Karombasan Utara. *Acta Diurna Komunikasi*, 2(3).
- Faiz, A., Yandri, H., Kadafi, A., Mulyani, R. R., Nofrita, N., & Juliawati, D. (2019). Pendekatan Tazkiyatun An-Nafs untuk membantu mengurangi emosi negatif klien. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(1), 65-78. <http://doi.org/10.25273/counsellia.v9i1.4300>
- Hasibuan, R. N. (2021). *Penerapan konseling cognitive behavioral therapy (CBT) dalam mengatasi kecanduan game online pada remaja di Desa Siolip Kecamatan Barumun Tengah* (Doctoral dissertation, IAIN Padangsidimpuan).
- Kamilah, U., Rihlah, J., Fitriyah, F. K., & Syaikhon, M. (2020). Pengaruh perilaku kecanduan gawai terhadap perkembangan bahasa pada anak usia dini. *Child Education Journal*, 2(2), 61-67. <https://doi.org/10.33086/cej.v2i2.1685>
- Kurniawati, H., Purwoko, B., & Muis, T. (2021). Efektivitas cognitive behavior therapy (CBT) untuk meningkatkan kemampuan coping pada pelajar pecandu napza. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 5(2), 58-63. <https://doi.org/10.30653/001.202152.159>
- Maria, I., & Novianti, R. (2020). Efek penggunaan gadget pada masa pandemi covid-19 terhadap perilaku anak. *Atfaluna: Journal of Islamic Early Childhood Education*, 3(2), 74-81. <https://doi.org/10.32505/ataluna.v3i2.1966>
- Miranti, P., & Putri, L. D. (2021). Waspadai dampak penggunaan gawai terhadap perkembangan sosial anak usia dini. *Jendela PLS*, 6(1), 58-66. <https://doi.org/10.37058/jpls.v6i1.3205>
- Puspita, S. (2020). *Monograf: Fenomena kecanduan gawai pada anak usia dini*. Jakarta: Cipta Media Nusantara.
- Rachmat, I. F. (2021). Pengaruh kecanduan gawai terhadap disregulasi emosi anak usia dini. *Jurnal Jendela Bunda Program Studi PG-PAUD Universitas Muhammadiyah Cirebon*, 8(2), 33-45. <https://doi.org/10.32534/jjb.v8i2.1726>
- Suprpto, M. H., Nurcahyo, F. A., & Adi, F. (2015). *Pengembangan buku self-help cognitive behavioral therapy (CBT) bagi remaja yang kecanduan internet* (Institutional Repository, Universitas Pelita Harapan Surabaya).
- Wulandari, D., & Hermiati, D. (2019). Deteksi dini gangguan mental dan emosional pada anak yang mengalami kecanduan gadget. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 3(1), 382-392. <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.843>

- Yandri, H., & Juliawati, D. (2018). Counsellor skill in releasing children negative emotions with reframing therapy (Keterampilan konselor dalam melepas emosi negatif anak dengan terapi reframing). *Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling Perguruan TinggiAt: Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung*
- Yandri, H., Daharnis, D., & Nirwana, H. (2013). Pengembangan modul bimbingan dan konseling untuk pencegahan bullying di sekolah. *Konselor*, 2(1), 98-106. <https://doi.org/10.24036/0201321866-0-00>