

---

## Intervensi Psikoedukasi Kecanduan Gadget Pada Murid Sit Al-Fathanah

Nurul Fitriani<sup>1</sup>, Adhim Vayla Rahmadio Mijaya<sup>2</sup>, Ad'ha Ramadhani<sup>3</sup>, Iqlimatul Inayah Ya'kub<sup>4</sup>, Muhrajan Piara<sup>5</sup>, Irdianti<sup>6</sup>

Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar

E-mail: [nhurulfitriyani@gmail.com](mailto:nhurulfitriyani@gmail.com), [adhimmijaya29@gmail.com](mailto:adhimmijaya29@gmail.com), [Adharamadhanifairuz@gmail.com](mailto:Adharamadhanifairuz@gmail.com), [iqlimatulinayah10@gmail.com](mailto:iqlimatulinayah10@gmail.com), [muhrajan.piara@unm.ac.id](mailto:muhrajan.piara@unm.ac.id), [irdiantipsi@unm.ac.id](mailto:irdiantipsi@unm.ac.id)

---

### Article History:

Received: 04 Juli 2023

Revised: 14 Juli 2023

Accepted: 14 Juli 2023

**Keywords:** *Psychoeducation, Gadget Addiction, Child*

**Abstract:** *Gadget is a term used to refer to various types of technological tools that are growing rapidly and have special functions, such as smartphones, iPhones, computers and tablets. Gadgets are in great demand by various groups, both adults and children, because of their sophistication. Too frequent and excessive use of gadgets can cause addictive effects. This service activity is in the form of psychoeducation which is carried out at MI SIT AL-Fathanah. The psychoeducational method used is the lecture method with the aim of making it an effort for children to understand the impact of gadget addiction as well as giving pre-tests before lectures and post-tests after giving lectures. The results of the insights that have been given show that there is a change in students' knowledge after education is given. The expected benefits after carrying out this education are knowledge for students, especially children who often play gadgets.*

---

### PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi dan informasi di seluruh dunia terjadi dengan pesat, yang ditandai oleh perkembangan dalam bidang informasi dan teknologi. Melalui kemajuan IPTEK yang terus berkembang, manusia mampu menciptakan peralatan dan perangkat yang canggih untuk berbagai kegiatan. Hal ini memberikan kemudahan dalam kehidupan sehari-hari, meningkatkan efektivitas dan efisiensi kegiatan tersebut. Salah satu kemajuan IPTEK yang paling banyak digunakan ialah gadget. Menurut Manumpi dalam penelitiannya (Wicaksono, Dwihandono, Nugroho, Abiyyu, Lestari & Salsabilla 2023), gadget merupakan istilah yang digunakan untuk merujuk kepada berbagai jenis alat teknologi yang berkembang pesat dan memiliki fungsi khusus, seperti *smartphone*, iPhone, komputer, dan tablet. Gadget sangat diminati oleh berbagai kalangan, baik dewasa maupun anak-anak, karena kecanggihannya. Karena kecanggihan dan kemudahan tersebut, seseorang cenderung menghabiskan banyak waktu dalam menggunakan gadget. Perkembangan dan kemajuan IPTEK memberikan dampak yang beragam, di satu sisi kita merasa gembira karena dapat mengakses informasi dengan cepat dan dengan biaya yang terjangkau. Namun, di sisi lain, kita juga perlu prihatin karena kemajuan IPTEK juga dapat memiliki dampak negatif bagi individu.

Menurut Fathoni (dalam Syifa, Setianingsih & Sulianto 2019) gadget saat ini sangat

---

populer dan digunakan oleh orang dewasa maupun anak-anak. Banyak produk gadget yang ditujukan untuk anak-anak, dan anak-anak kini menjadi pengguna aktif gadget. Gadget adalah istilah dalam bahasa Inggris yang merujuk pada perangkat elektronik kecil dengan berbagai fungsi khusus. Istilah ini digunakan untuk peranti atau instrumen baru yang memiliki tujuan dan fungsi praktis yang berguna. Gadget umumnya merupakan perangkat elektronik dengan fungsi khusus, seperti komputer, handphone, dan game (Waluyati, 2020). Anak-anak sering kali terlalu asyik dengan gadget mereka sehingga lupa akan kebutuhan belajar dan berinteraksi secara tepat dalam kehidupan. Mereka menikmati menggunakan smartphone dalam kegiatan sehari-hari di rumah, sekolah, dan tempat bermain anak, sehingga cenderung lebih tertarik dengan gadget daripada mendengarkan perintah orang tua. Beberapa anak bahkan menjadi kecanduan gadget, dan memberikan gadget pada anak tanpa pengawasan orang dewasa dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan fisik dan mental anak (Zulfah, Agustiani & Pebriani 2023).

Gadget digunakan sebagai media informasi, media belajar, dan hiburan. Namun, siswa sekolah dasar harus diawasi karena mereka dapat menyalahgunakan penggunaan internet untuk hal negatif (Zulfah et al., 2023). Orang tua memberikan gadget pada anak mereka untuk memperkenalkan mereka pada game, dan anak-anak cenderung lebih cepat menguasai gadget daripada orang dewasa. Gadget diminati oleh semua kalangan, terutama pelajar, karena kemudahan dan kesenangan yang diberikan dalam proses pembelajaran. Gadget dilengkapi dengan fitur canggih yang membantu gaya pembelajaran, seperti mengakses situs web untuk mencari artikel dan materi. Gadget memiliki manfaat yang banyak jika digunakan dengan benar, namun perlu diingat bahwa juga ada dampak positif dan negatif (Sofitriyanah & Triana 2022). Penting bagi orang tua untuk memperkenalkan gadget kepada anak-anak dengan kesadaran akan efek radiasi yang berbahaya jika digunakan secara berlebihan. Penggunaan gadget terlalu sering dapat merugikan keterampilan interpersonal anak. Pengaruh handphone terhadap prestasi belajar siswa adalah mereka lebih mengandalkan handphone daripada belajar.

Memberikan gadget kepada anak-anak tanpa pengawasan dari orang dewasa atau orang yang lebih tua dapat menyebabkan beberapa dampak negatif. Banyak anak yang menggunakan gadget mereka untuk mengakses internet, dan ini dapat memiliki dampak positif maupun negatif. Menurut Hadiwidjodjo (Iramadhani, Julistia & Muna 2020), penggunaan gadget oleh anak-anak memiliki dampak positif, seperti kemampuan gadget yang canggih yang dapat mempermudah komunikasi antara individu, meningkatkan kreativitas anak melalui berbagai aplikasi dan acara yang tersedia dalam gadget, memfasilitasi pembelajaran melalui penggunaan gadget, serta memungkinkan anak belajar sambil bermain. Namun, penggunaan gadget juga dapat memiliki dampak negatif terhadap perkembangan anak, baik secara fisik maupun psikis. Gadget merupakan salah satu hasil konkret dari kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini dan di masa depan. Saat ini, hampir semua orang di seluruh dunia memiliki gadget, dan pengguna gadget tidak hanya terbatas pada kalangan pekerja, tetapi juga meliputi semua kalangan, termasuk peserta didik dan guru. Gadget digunakan tidak hanya untuk keperluan sehari-hari, tetapi juga dalam proses belajar-mengajar (Iramadhani et al., 2020).

Penggunaan gadget yang terlalu sering dan berlebihan dapat menimbulkan efek kecanduan. Tidak hanya orang dewasa, kecanduan gadget juga dialami oleh banyak anak-anak, sejalan dengan pernyataan Ketua Lembaga Perlindungan Anak yang menyebut bahwa sejak tahun 2013, lembaga tersebut telah menangani 17 kasus anak yang mengalami kecanduan gadget. Komisi Nasional Perlindungan Anak juga telah menangani 42 kasus anak yang mengalami kecanduan gadget sejak tahun 2016 (Kominfo, 2018). Menurut Zaini dan Soenarto mengemukakan bahwa gadget memiliki daya tarik bagi anak-anak karena menyediakan aplikasi dengan dimensi gerak,

warna, suara, dan lagu. Selain itu, terdapat juga aplikasi menarik lainnya seperti bermain game, menonton video, mendengarkan musik, berkomunikasi, dan menjelajahi situs web (Wicaksono et al., 2023).

Penggunaan gadget secara terus-menerus dan tanpa tanggung jawab juga akan memiliki dampak negatif pada perilaku sehari-hari individu (Waluyati, 2020). Banyaknya fitur atau aplikasi dalam gadget yang tidak sesuai dengan usia penggunanya, ditambah dengan kurangnya pemahaman tentang nilai-nilai norma, etika, edukasi, dan agama, dapat menyebabkan individu berperilaku menyimpang. Selain itu, penggunaan gadget secara berlebihan terutama dalam jarak pandang yang tidak ideal dapat mengganggu kesehatan terutama pada mata. Penggunaan gadget tanpa pengawasan juga dapat mengurangi minat baca.

Sesuai dengan penjelasan yang telah diuraikan, terdapat beberapa dampak negatif yang timbul akibat penggunaan gadget yang berlebihan. Meskipun tak dapat dipungkiri bahwa penggunaan gadget yang semakin canggih juga membawa dampak positif dalam kehidupan sehari-hari. Penggunaan gadget telah menjadi hal yang tak terhindarkan dalam kehidupan kita, oleh karena itu penting bagi setiap individu untuk mengendalikan penggunaannya agar tidak menjadi kecanduan. Observasi lingkungan yang dilakukan oleh peneliti telah menunjukkan bahwa banyak anak di bawah umur yang menghabiskan waktu lama bermain gadget. Perilaku ini memiliki dampak negatif seperti kurangnya interaksi sosial dengan teman sebaya dan orang lain, penggunaan bahasa kasar, kurang sopan santun, dan kurang peduli terhadap lingkungan sekitar. Oleh karena itu, peneliti melakukan psikoedukasi di lingkungan tersebut untuk memberikan pemahaman mengenai kecanduan gadget, dampak yang mungkin terjadi, dan cara pencegahannya.

## **METODE**

Sasaran dalam program kegiatan psikoedukasi ini adalah terdiri dari siswa/i kelas 2-5 MI/SD SIT Al-Fathanah Komp.Pepabri Sudiang. Dalam pelaksanaannya **pengabdi** menggunakan program kegiatan psikoedukasi sebagai *treatment* dalam memberikan intervensi yang bersifat edukatif kepada suatu kelompok maupun individu (Cynthia et al., 2020). Dalam program kegiatan psikoedukasi kecanduan gadget ini menggunakan desain penelitian *one group pretest posttest*.

Adapun tahapan pelaksanaan dalam program kegiatan ini terdiri dari 5 sesi yaitu sesi pembuka, pemberian pre-test, pembahasan, pemberian post-test, dan penutup. Pada sesi pembuka berisi perkenalan antara narasumber dan partisipan untuk mendukung lancarnya pelaksanaan program kegiatan psikoedukasi. Setelah sesi pembuka, kemudian dilanjutkan dengan sesi pemberian pre-test, dimana narasumber sebelumnya memberikan pre-test kepada partisipan sebelum memulai sesi pembahasan. Setelah mengisi pre-test yang telah diberikan, kemudian partisipan mengumpulkannya dan dilanjutkan dengan sesi pembahasan yang berisi pembahasan materi atas permasalahan atau konsep pokok dari tujuan intervensi serta dapat ditambahkan dengan proses diskusi. Pada sesi pembahasan partisipan diberikan kesempatan untuk bertanya terkait dengan materi yang telah disampaikan. Setelah proses diskusi selesai dilanjutkan dengan sesi pemberian post-test, yang pada sesi ini narasumber memberikan post-test kepada partisipan. Selanjutnya diakhiri dengan sesi penutup, yang berisi penyampaian kesimpulan dari penjelasan atau pembahasan materi, serta kesimpulan dari proses diskusi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil pengabdian diketahui bahwa program kegiatan psikoedukasi di SIT Al-

---

fathanah terlaksana. Kegiatan psikoedukasi dilakukan pada tanggal 15 Juni 2023 di MI SIT AL-Fathanah, kegiatan berlangsung mulai dari pukul 08.30 – 09.30 WITA. Kegiatan dilaksanakan di ruang kelas VI dengan jumlah partisipan sebanyak 25 siswa dari tingkat 2 sampai 5. Kegiatan yang dilakukan memiliki 5 tahapan; yaitu perkenalan dan pembukaan, lalu dilanjutkan dengan pemberian *pre test* terkait materi kecanduan gadget. Setelah itu dilanjutkan dengan pemberian materi mengenai kecanduan gadget, kemudian diberikan *post test* terkait materi yang diberikan kepada siswa untuk mengukur perubahan pengetahuan siswa, apakah siswa memahami dengan baik materi yang telah diberikan. Kegiatan lalu dilanjutkan dengan pemberian kesimpulan terkait bahaya dari kecanduan gadget Rangkaian kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

1. Sesi 1 (Pembukaan dan Perkenalan)

Sesi 1 dilakukan dengan perkenalan dari pemateri kepada siswa-siswa. Lalu dijelaskan secara singkat mengenai materi yang akan diberikan serta apa manfaat yang akan didapatkan oleh siswa dari kegiatan yang dilakukan.



**Gambar 1.** Pembukaan dan perkenalan

2. Sesi 2 (Pemberian *Pre-test*)

Pemberian tes berupa *insight* dengan soal-soal mengenai kecanduan gadget, dampak negatif dan positif dari kecanduan gadget serta cara mencegah kecanduan gadget. Siswa mengetahui apa itu gadget namun masih belum mengetahui dengan baik dampak dari kecanduan gadget. Beberapa siswa juga belum mengetahui manfaat dari penggunaan gadget.



**Gambar 2.** Pemberian pre-test

3. Sesi 3 (Pemberian Materi)

Pemberian materi terkait kecanduan gadget memiliki beberapa poin yaitu apa itu gadget, apa saja manfaat dari gadget, apa dampak positif dan negatif dari gadget, apa saja

ciri-ciri kecanduan gadget, bagaimana cara mencegah kecanduan gadget. Materi diberikan dalam bentuk *powerpoint* serta interaksi langsung antara pemateri dan siswa untuk memudahkan siswa memahami materi dengan baik. Edukasi diberikan dengan interaksi dua arah antara siswa dengan pemateri, siswa diberikan kesempatan untuk bertanya dan pemateri juga menunjuk beberapa siswa untuk menyampaikan pendapatnya.



**Gambar 3.** Pemberian materi kecanduan gadget

4. Sesi 4 (Pemberian *Post-test*)

Pemberian tes berupa *insight* dengan soal-soal mengenai kecanduan gadget, dampak negatif dan positif dari kecanduan gadget, serta cara mencegah kecanduan gadget. Siswa terlihat mengetahui kecanduan gadget dan cara mencegah dari kecanduan gadget. Beberapa siswa masih belum memahami dan bertanya mengenai dampak negatif dan positif serta cara mencegah dari kecanduan gadget.



**Gambar 4.** Pemberian post-test

5. Sesi 5 (Pemaparan Hasil Kesimpulan)

Pemaparan hasil dan kesimpulan dari materi serta *test* yang diberikan kepada siswa. Hasil yang didapatkan ialah siswa memahami dengan baik terkait materi kecanduan gadget yang diberikan. Kemudian pemaparan kesimpulan dari materi yang telah dibawakan yaitu bahaya dari kecanduan gadget.





Gambar 5. Pemaparan hasil kesimpulan

Tabel 1. Pelaksanaan Kegiatan

No	Kegiatan	Pelaksanaan
1	Pembuka	Sesi pembuka untuk membangun atensi murid
2	Pre-test	Pemberian pre-test untuk mengukur pemahaman murid
3	Materi	Penyampaian materi kecanduan gadget
4	Post-test	Pemberian post-test untuk mengukur pemahaman murid
5	Penutup	Sesi penutupan, penyampaian hasil kesimpulan

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil evaluasi pengabdian dan hasil observasi selama proses pelaksanaan pengabdian diketahui bahwa psikoedukasi kepada murid dapat memberikan wawasan tentang gadget, ciri-ciri kecanduan gadget, dampak serta strategi penggunaan gadget untuk keperluan yang positif. Berdasarkan hasil capaian pengabdian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat berpengaruh pada peningkatan pengetahuan murid terkait kecanduan gadget. Saran untuk pelaksanaan pengabdian selanjutnya adalah memberikan psikoedukasi tidak hanya ke pada anak-anak tapi melibatkan orang tua dalam pemberian psikoedukasi ini sehingga dapat menghasilkan dampak yang lebih baik dalam penerapannya.

**DAFTAR REFERENSI**

Andriani, R. (2022). Psikoedukasi Tentang Pola Asuh Efektif Anak Di Era Digital. *Khidmah*, 4(2), 602–607. <https://doi.org/10.52523/khidmah.v4i2.415>

Cynthia, D., Hermansyah, M., Cynthia, D., Hermansyah, M., Psikologi, P. S., Psikologi, F., ... Kecil, U. M. (2020). *PSIKOEDUKASI KESEHATAN MENTAL MENGENAI ADIKSI GADGET & SOSIAL MEDIA DI SDN 1*. 2(1), 4557–4565.

Iramadhani, D. (2020). Psikoedukasi Pengaruh Gadget Terhadap Pelajar Didunia Pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan Psychoeducation The Effect of Gadgets on Students in the World of Vocational High School Education. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi Dan Kesehatan*, 2(2), 96–101.

Maulidya Jalal, N., Syam, R., Nurul Istiqamah, S., Piara, M., Studi Psikologi, P., & Psikologi, F. (2022). *PaKMas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat) Psikoedukasi Mengatasi Kecanduan Gadget pada Anak*. 2(2), 420–426. <https://doi.org/10.54259/pakmas.v2i2.1311>

Sofitriyanah, D. R., Psikologi, P. S., & Psikologi, F. (2022). *Psikoedukasi Penggunaan Gadget*

*Pada Murid*. 2(1), 1287–1292.

Syahyudin, D. (2020). Pengaruh Gadget Terhadap Pola Interaksi Sosial Dan Komunikasi Siswa. *Gunahumas*, 2(1), 272–282. <https://doi.org/10.17509/ghm.v2i1.23048>

Syifa, L., Setianingsih, E. S., & Sulianto, J. (2019). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Psikologi pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 3(4), 538. <https://doi.org/10.23887/jisd.v3i4.22310>

Waluyati, I. (2020). Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini Pada Kelurahan Kumbe Kota Bima. *Edu Sociata ( Jurnal Pendidikan Sosiologi )*, 4(1), 30–36. <https://doi.org/10.33627/es.v4i1.409>

Wicaksono, I. A., Dwihandono, S. B., Nugroho, A. W., Abiyyu, A. M., & Lestari, D. P. (2023). *KKN-TEMATIK SOSIALISASI PSIKOEDUKASI MENGATASI KECANDUAN*. 7, 680–687.

Zulfah, M., Azamiah, K., Agustiani, H., Pebriani, V., Psikologi, M., Psikologi, F., & Padjadjaran, U. (2023). *Program Psikoedukasi Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini*. 4(1). <https://doi.org/10.37985/murhum.v4i1.197>