



Penurunan Frekuensi Penggunaan Gadget Pada Anak Sd/Mi Dengan Mantra Sipil (Mainan Tradisional, Literasi Dan Peduli Lingkungan)

**Amalia Eka Rahmanda*¹, Lilik Rokhanayah², Widya Lestari³, Neneng Siti Rokayah⁴,
Nur Aisa Dewi⁵, Akhyarul Anam⁶**

^{1,3,5} *Jurusan Kesehatan Masyarakat/ Fakultas Ilmi-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia*

² *Program Studi Ilmu Hukum / Fakultas Hukum, Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia*

⁴ *Program Studi Biologi/ Fakultas Biologi, Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia*

⁶ *Jurusan Keperawatan/ Fakultas Ilmi-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Indonesia*

*Penulis pertama: * amaliaeka10@gmail.com*

Abstrak

Kondisi pandemi Covid-19 mengharuskan anak-anak belajar dari rumah. Aktivitas pembelajaran tatap muka yang biasa dilakukan di sekolah berganti dengan tatap maya (daring) menggunakan media elektronik/ gadget. Hal ini memicu peningkatan frekuensi penggunaan gadget pada anak usia sekolah, hingga penyalahgunaan penggunaan gadget seperti bermain game online berlebihan. Di Desa Pangebatan Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas, ditemukan 25,67% anak usia SD/MI mengalami gangguan mata akibat penggunaan gadget berlebihan. Dibutuhkan suatu tindakan solutif untuk mengatasi kecanduan penggunaan gadget seperti Mantra Sipil (mainan tradisional, literasi dan peduli lingkungan). Mantra Sipil dilakukan secara luring kepada 18 anak usia SD dengan pemantauan secara daring dari tim pengabdian selama satu bulan. Didapatkan 83,3% anak lebih suka bermain tradisional daripada bermain gadget, 100% anak menjadi lebih suka membaca buku daripada bermain gadget, dan 94,4% responden lebih menyukai kegiatan peduli lingkungan seperti menanam pohon dari pada bermain gadget. Dapat disimpulkan bahwa Mantra Sipil (mainan tradisional, literasi, dan peduli lingkungan) dapat menurunkan frekuensi penggunaan gadget pada anak SD/MI.

Kata-kata kunci: *gadget, anak SD, Mantra Sipil*

Abstract

The Covid-19 pandemic condition requires children to study from home. Face-to-face learning activities that are usually carried out in schools have been replaced with online using electronic media/gadgets. This triggers an increase in the frequency of using gadgets in

school-age children, to abuse of gadget use such as playing excessive online games. In Pangebatan Village, Karanglewas District, Banyumas Regency, it was found that 25.67% of elementary children experienced eye problems due to excessive use of gadgets. A solution is needed to overcome addiction to using gadgets such as Mantra Sipil (traditional toys, literacy and environmental care). The Mantra Sipil was carried out offline to 18 elementary school age children with online monitoring from the service team for one month. It was found that 83.3% of children prefer traditional playing to playing with gadgets, 100% of children prefer reading books to playing with gadgets, and 94.4% of respondents prefer environmental care activities such as planting trees rather than playing with gadgets. It can be concluded that the Mantra Sipil (traditional toys, literacy, and care for the environment) can reduce the frequency of using gadgets in elementary school (SD/MI) children.

Keywords: *gadget, elementary school children, Mantra Sipil*

1. LATAR BELAKANG

Virus corona pertama kali muncul di daerah Wuhan di akhir 2019 dengan cepat menyebar ke daerah lain di China. Kini telah menjadi sebuah wabah besar yang menyerang hampir seluruh penjuru dunia. Indonesia telah mengonfirmasi kasus infeksi corona pertama pada awal Maret 2020. Gejala pandemi yang telah terjadi selama berbulan-bulan ini tentunya memiliki banyak pengaruh dalam berbagai sektor khususnya bidang ekonomi. Namun, tidak menutup kemungkinan bahwa di bidang lain juga terkena dampak pandemi misalnya sektor pendidikan.

Masa pandemi ini dengan segala ketentuannya mewajibkan setiap orang untuk menjaga jarak. Sehingga, membuat segala pelaksanaan kegiatan berubah total yang pada awalnya dapat dilakukan secara luring diubah menjadi secara daring. Pada tanggal 24 Maret 2020 Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia mengeluarkan Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Coronavirus Disease (Covid-19). Ketentuan point 2a menyatakan bahwa proses belajar dari rumah dilaksanakan dengan ketentuan belajar dari rumah melalui pembelajaran daring/jarak jauh dilaksanakan untuk memberikann pengalaman belajar yang bermakna bagi siswa. Hal ini secara tidak langsung menuntut siswa untuk melakukan pembelajaran secara online. Artinya bahwa selama masa pandemic siswa akan melakukan pembelajaran dengan media pendukung seperti gadget sebagai sarana pembelajaran.

Gadget adalah perangkat komunikasi elektronik yang mempunyai fungsi yang sama dengan telepon konvensional, namun dapat dibawa kemana-mana tanpa adanya sambungan kabel. Pada awalnya gadget hanya dimiliki oleh kalangan tertentu yang benar-benar dibutuhkan untuk mempermudah pekerjaan. Namun, pada zaman sekarang gadget bukan lagi hanya digunakan sebagai alat komunikasi melainkan juga digunakan sebagai sumber informasi, hiburan dan semua hal dapat ditemukan di dalamnya dengan fitur-fitur yang telah dikembangkan. Penggunaannya pun saat ini tidak memandang usia, mulai dari anak-anak, dewasa hingga orang tua bisa mengoperasikannya. (Marpaung, 2018)

Sejak dikeluarkannya kebijakan belajar online populasi penggunaan gadget pada anak-anak akan meningkat. Hal ini dapat berdampak positif karena dapat mengurangi angka penularan Covid-19. Selain itu dampak positif dari gadget sendiri diantaranya adalah menambah pengetahuan, membangun dan melatih kreativitas, mempermudah komunikasi dan sebagai hiburan. Namun, sisi lain dari penggunaan gadget akan berdampak negatif terhadap anak pada berbagai bidang. Dari sisi sosial misalnya, anak yang ketergantungan gadget tidak akan peduli dengan lingkungan sekitar sehingga menimbulkan sikap egois dan individualism

(Ariston, 2018). Gadget juga dapat menyebabkan dampak negatif di bidang psikologi yaitu dapat memengaruhi perkembangan psikologis anak terutama pada perkembangan emosi dan moral. Anak yang sering menggunakan gadget akan menjadi lebih mudah marah, suka membangkang, suka meniru tingkah laku dalam gadget, suka berbicara sendiri dan menjadi malas (Syifa, 2019).

Menurut penelitian penggunaan gadget yang salah serta frekuensi penggunaan gadget yang berlebihan, posisi yang tidak benar dan intensitas pencahayaan yang tidak baik, akan berdampak pada ketajaman penglihatan pada anak-anak. Selain itu kecanduan gadget dapat menimbulkan gangguan pemusat perhatian dan hiperaktivitas (Ristiya, 2018) Dan pada masa sekarang ini hal tersebut menjadi hal yang sangat umum di kehidupan masyarakat. Jika dibiarkan tanpa pengarahan yang intensif akan berdampak pada masa depan anak. Dapat di contohkan dengan penggunaan gadget yang berlebih anak menjadi tidak mandiri dan tidak peduli dengan lingkungan sekitar, mulai dari lingkup keluarga hingga masyarakat akibatnya anak lebih cenderung bersifat individualisme.

Berdasarkan persoalan diatas perlu penanganan secara massif terhadap kegiatan pembelajaran anak secara daring. Mengingat bahwa masyarakat yang saat ini tidak semua memahami terkait dengan dampak penggunaan gadget pada anak yang ditimbulkan dikemudian hari. Oleh karena itu, masyarakat membutuhkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya penggunaan gadget secara efektif dan efisien dengan cara yang baik dan benar untuk mengurangi sekaligus menangani penggunaan gadget yang berlebihan.

Mantra Sipil adalah metode yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah gadget pada anak-anak. Mantra Sipil merupakan singkatan dari mainan tradisional, literasi dan peduli lingkungan. Ini merupakan kegiatan yang dilakukan agar anak dapat mengurangi penggunaan gadget dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan tersebut bermanfaat bagi perkembangan anak-anak apalagi di usianya saat ini yang berada di usia untuk tumbuh dan berkembang.

2. OBJEKTIF

Kegiatan ini bertujuan memberikan edukasi dan treatment kepada anak-anak SD dan MI mengenai pentingnya penggunaan gadget secara efektif dan efisien pada masa pandemi melalui kegiatan MANTRA SIPIL (Mainan Tradisional, Literasi dan Peduli Lingkungan) yang akan berdampak pada penurunan penggunaan gadget secara intensif.

3. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan ini melalui program transfer informasi dengan pendekatan pendidikan dan pelatihan secara mandiri di Desa Pangebatan. Partisipan adalah para anak-anak SD dan MI Desa Pangebatan Kecamatan Karanglewas Kabupaten Banyumas, beserta orang tua/ wali sebagai mediator, serta turut andilnya Mitra PKK. Responden merupakan anak-anak usia SD di Desa Pangebatan khususnya kelas 5-6 sebagai pihak yang menerima manfaat, secara luring dan praktik mandiri dengan arahan yang diberikan oleh tim pengabdian. Pada pelaksanaan pertama partisipan mengikuti sosialisasi didampingi dengan orang tua/ wali tentang penggunaan gadget yang baik dan benar. Kemudian, tim mengarahkan kepada anak-anak untuk mengimplementasikan MANTRA SIPIL secara mandiri dengan pemantauan dari tim pengabdian. Tim mengadakan pretest kepada partisipan sebelum dilakukan sosialisasi dan demonstrasi secara luring. Tim juga mengadakan posttest setelah pelaksanaan program selesai. Perbandingan skor pretest dan posttest dianalisis dengan

uji statistik paired t-test untuk mengetahui perbedaan skor, dan didukung dengan evaluasi dari orang tua partisipan.

4. HASIL DAN DISKUSI

Program kegiatan yang dilaksanakan ditujukan kepada anak-anak usia SD kelas 5-6 sejumlah 18 anak. Kegiatan-kegiatan utama yang dilakukan yaitu permainan tradisional, literasi dan peduli lingkungan. Kegiatan ini memiliki manfaat masing-masing. Selain itu juga diberikan pembekalan berupa sosialisasi dengan materi yang berisi *gadget* dan dampak-dampaknya serta cara menggunakan *gadget* secara baik dan benar. Kemudian memberikan contoh kegiatan yang dapat dilakukan untuk mengisi waktu yang bermanfaat.

Sebelum dilakukannya sosialisasi terdapat pre-test untuk mengetahui tingkat pemahaman anak-anak dalam menggunakan gadget. Setelah selesai seluruh program diadakan kembali post-test. Melihat hasil pre-test yang dilakukan sebelum adanya kegiatan dengan hasil post-test yang dilakukan setelah rangkaian kegiatan selesai ternyata terjadi perubahan hasil di berbagai aspek pada anak-anak, seperti pada pengetahuan dan kegemaran.

Berikut adalah perbandingan diagram antara hasil pre-test dan post-test:



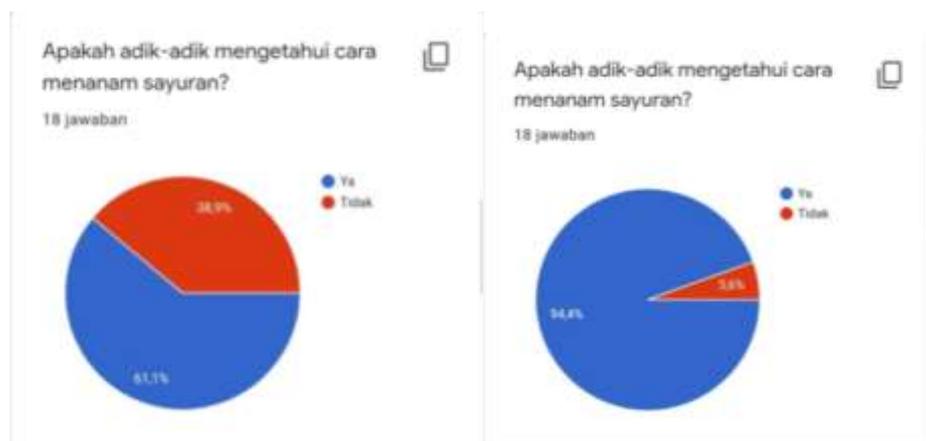
Gambar 1. Perbandingan dalam waktu penggunaan gadget



Gambar 2. Perbandingan antara pemilihan gadget dan permainan tradisional



Gambar 3. Perbandingan antara kesukaan dalam membaca buku



Gambar 4. Perbandingan mengenai pengetahuann cara menanam

Berdasarkan diagram diatas dapat dilihat pada Gambar 1. tentang seberapa sering anak-anak menggunakan *gadget* terjadi penurunan dari 88,9% menjadi 83,3%. Hal ini menyatakan terjadi penurunan sebanyak 5,6% setelah anak-anak mengikuti program MANTRA SIPIL. Pada Gambar 2. Saat pre-test sebagian besar anak memilih menyukai *gadget* dibandingkan dengan permainan tradisional. Namun setelah program dilaksanakan 83,3% lebih menyukai permainan tradisional. Hal ini dikarenakan anak-anak sebelumnya belum mengenal banyak tentang permainan tradisional yang ternyata menyenangkan. Oleh karena itu, kami mengenalkan berbagai permainan tradisional agar anak-anak dapat mengenal berbagai permainan tradisional yang saat ini sudah jarang dijumpai, seperti lompat tali, dakon, dan egrang batok.

Gambar 3. Menjelaskan tentang peningkatan jumlah anak-anak yang sekarang menjadi lebih suka membaca buku dengan peningkatan dari 83,3% menjadi 100%. Dalam program ini, tim pengabdian juga membagikan buku bacaan kepada anak-anak agar lebih membudayakan literasi untuk meningkatkan wawasan. Gambar 4. Peningkatan mengenai pemahaman cara menanam 61,1% menjadi 94,4%. Kegiatan ini mengajarkan anak-anak memahami cara menanam, maka disini anak-anak diajarkan untuk menanam dan merawatnya dengan praktek langsung di halaman rumah mereka. Selain itu juga terjadi peningkatan dalam

pengetahuan anak dalam mengerjakan pertanyaan-pertanyaan yang berisi tentang aturan menggunakan *gadget*. Terjadi peningkatan skor yaitu dari 91,59% menjadi 99,44%.

Seperti yang telah dijelaskan di atas, kegiatan utama dari program ini adalah dengan mainan tradisional, literasi dan peduli lingkungan sebagai media yang dimaksudkan agar anak-anak dapat melupakan kegiatan menggunakan *gadget* berlebihan sehingga frekuensi penggunaan *gadget* di kalangan anak-anak dapat menurun. Mainan tradisional merupakan kegiatan bermain yang dilakukan anak-anak yang berasal dari budaya local Indonesia. Pada umumnya dilakukan secara bersamaan dan berkelompok dengan bekerja sama dalam mencapai tujuan bersama dengan aturan yang telah ditetapkan (Wijayanti, 2014). Mainan tradisional digunakan agar anak-anak tidak hanya duduk dengan menatap layar ponsel saja. Kegiatan ini mengajak anak untuk aktif bergerak dan menjalin pertemanan. Permainan tradisional yang dilakukan dengan bersama dengan teman dapat memengaruhi perkembangan sosial anak. Untuk dapat mengembangkan perilaku social tersebut, lingkungan sekitar menjadi hal yang penting sehingga anak akan belajar tentang cara menyesuaikan diri dengan orang lain. Selain itu dalam permainan tradisional bermanfaat untuk meningkatkan kerja sama, meningkatkan kreativitas serta mengembangkan sikap sportivitas.

Literasi merupakan keahlian yang berhubungan dengan membaca, menulis dan berpikir untuk meningkatkan kemampuan berpikir kritis, kreatif dan informatif (Rohim, 2020). Manfaat dari literasi adalah memperluas wawasan, meningkatkan berpikir kritis. Usia anak sekolah merupakan masa tumbuh dan berkembang dan di usianya saat ini anak-anak akan lebih mudah memahami dan dapat mengingatnya dalam jangka waktu panjang. Belajar di waktu kecil bagai mengukir di atas batu, belajar sesudah dewasa bagai mengukir di atas air. Oleh karena ini, inilah saat yang tepat untuk memberikan berbagai ilmu pengetahuan dan salah satunya adalah dengan literasi. Melalui literasi anak-anak akan mengetahui berbagai hal baru, istilah-istilah baru, Bahasa-bahasa baru yang sebelumnya belum pernah didengar. Dengan literasi juga bermanfaat dalam meningkatkan kreativitas dan imajinasi anak. Hal ini akan berpengaruh terhadap masa depan anak-anak. Literasi dengan membiasakan anak membaca buku menurunkan mereka dari penggunaan gadget.

Kegiatan peduli lingkungan disini bermaksud bahwa kita sebagai manusia harus peduli dengan lingkungan dan bumi untuk menjaga kelestariannya. Menanam adalah salah satunya. Tumbuhan yang menghasilkan oksigen yang kita gunakan untuk bernapas. Kita hidup dengan bernapas yang artinya kita membutuhkan oksigen. Maka dari itu tanaman merupakan hal yang penting bagi kehidupan. Namun, di era saat ini hutan yang menjadi sumber oksigen terbesar di bumi mulai berkurang oleh aktivitas manusia. Kegiatan menanam mengajarkan kepada anak mengenai arti penting hidup dan pentingnya lingkungan. Lingkungan yang baik dan nyaman juga berpengaruh terhadap perkembangan anak. Contohnya anak yang tinggal di lingkungan yang sejuk dan asri akan lebih sehat dibandingkan anak yang tinggal di dekat pabrik. Oleh karena itu menanam bermanfaat untuk meningkatkan daya tahan tubuh anak. Selain itu kegiatan menanam juga mengajarkan anak untuk bertanggung jawab. Anak harus merawat tanaman tersebut dengan baik. Kegiatan

menanam, selain sebagai wujud peduli terhadap lingkungan juga memiliki dampak positif dalam membantu menurunkan frekuensi penggunaan gadget pada anak usia SD

5. KESIMPULAN

Program PKM dengan metode Mantra Sipil yang dilaksanakan dengan sasaran anak-anak SD/MI di Desa Pangebatan bertujuan untuk memberikan edukasi dalam mengurangi frekuensi penggunaan gadget berlebihan dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat seperti bermain permainan tradisional, literasi dan peduli lingkungan. Diharapkan kegiatan tersebut akan terus berlanjut dalam jangka waktu lama sehingga manfaat yang diberikan pun semakin besar. Tentunya hal tersebut membutuhkan peran yang besar dari orang tua dalam mengawasi dan mengajari anak-anak.

6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi yang telah mendukung secara penuh pembiayaan kegiatan ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Mitra PKK Desa Pangebatan, seluruh partisipan anak-anak SD dan MI beserta orang tua/ wali yang turut berpartisipasi dalam program ini.

7. REFERENSI

- Ristiya, D. 2018. Hubungan Penggunaan Gadget dengan Ketajaman Penglihatan pada Siswa. Skripsi. STIKes Insan Cendekia Medika, Jombang.
- Ariston, Y. (2018). Dampak Penggunaan Gadget Bagi Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar. *Journal of Education Review and Research* Vol. 1 No.2, 86-91.
- Marpaung, J. (2018). Pengaruh Penggunaan Gadget Dalam Kehidupan. *Jurnal KOPASTA* 5 (2), 55-56.
- Rohim, D. C. (2020). Peran Literasi dalam Meningkatkan Minat Baca Siswa di Sekolah Dasar. *Jurnal Review Pendidikan Dasar: Jurnal Kajian Pendidikan dan Hasil Penelitian* Vol. 6 No.3.
- Syifa, L. (2019). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Psikologi pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar* Vo. 3 No. 4, 527-533.
- Wijayanti, R. (2014). Permainan Tradisional sebagai Media Pengembangan Kemampuan Sosial Anak. *Jurnal Pendidikan Usia Dini* Vol. 5 No. 1, 51-56.