

TERBANGKAN IMAJINASI: MENGURANGI KECANDUAN GADGET PADA ANAK-ANAK DENGAN LAMPION KERTAS

Yeni Nuriati,^{*1} Junita Fatrila², Winda Sur Yanta Simatupang³,
Melly Yuliani⁴, Fathia Rebelsha Zahra⁵

Universitas Negeri Padang, Jalan Prof. Dr. Hamka, Air Tawar Padang, Sumatera Barat
Info@unp.ac.id

Abstract

In the current era of globalization, technology is increasingly sophisticated and developing very quickly, influencing the way humans live, both from a cognitive and action perspective. As part of technological advances, gadgets have become contemporary communication tools that greatly influence everyday life. In the last two years, the use of these devices has increased rapidly in Indonesia. Gadgets are increasingly in demand, especially by children because of the easy access to information and entertainment they offer. However, excessive use of gadgets can interfere with intelligence, especially in children who are introduced to gadgets at an early age. The aim of this research is to overcome electronic device addiction in children through the use of art activities such as folding paper lanterns. This research used a pre-experimental design, one group pre-test-post-test. This allows comparison of conditions before and after treatment. The research subjects were ten students of Kindergarten Kartika 157 Bukittinggi, who were selected using a saturated sampling technique.

Keywords: *Gadget Addiction, Children, Paper Lanterns*

Abstrak

Pada era globalisasi saat ini, teknologi semakin canggih dan berkembang dengan sangat cepat, mempengaruhi cara hidup manusia, baik dari perspektif kognitif maupun tindakan. Sebagai bagian dari kemajuan teknologi, gadget telah menjadi alat komunikasi kontemporer yang sangat memengaruhi kehidupan sehari-hari. Dalam dua tahun terakhir, penggunaan perangkat ini telah meningkat pesat di Indonesia. Gadget semakin diminati, terutama oleh anak-anak karena kemudahan akses informasi dan hiburan yang ditawarkannya. Namun, Penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengganggu kekhawalian terutama pada anak-anak yang diperkenalkan dengan gadget pada usia dini. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengatasi kecanduan perangkat elektronik pada anak-anak melalui penggunaan aktivitas seni seperti melipat lampion kertas. Penelitian ini menggunakan desain pre-experimental satu grup pre-test-post-test. Ini memungkinkan perbandingan kondisi sebelum dan sesudah perlakuan. Subjek penelitian adalah sepuluh siswa TK Kartika 157 Bukittinggi, yang dipilih menggunakan teknik sampel jenuh.

Kata Kunci: Kecanduan Gadget, Anak-anak, Lampion Kertas

PENDAHULUAN

Pola hidup manusia dipengaruhi oleh kemajuan dan kecanggihan teknologi yang cepat di era globalisasi saat ini. dengan berbagai efek, termasuk perilaku dan cara berpikir. Gadget

¹ Korespondensi Penulis

adalah kemajuan teknologi yang dapat memengaruhi pikiran manusia. Gadget adalah media yang digunakan untuk berinteraksi. Gadget membantu orang berinteraksi sosial, terutama melakukan kontak sosial dan berkomunikasi dengan orang lain dengan menggunakan perangkat tersebut. Di Indonesia, jumlah orang yang menggunakan perangkat tersebut meningkat pesat dalam hanya dua tahun. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa perangkat memiliki banyak manfaat dan cukup murah. Alat-alat yang dulunya hanya dapat dibeli oleh orang kaya sekarang dapat dibeli oleh orang dengan pendapatan rendah.

Alat yang dulunya hanya dapat dibeli oleh orang kaya sekarang dapat dibeli oleh orang dengan pendapatan rendah dengan harga murah dan sistem pembayaran berkala. Dengan perkembangan fitur perangkat saat ini, pengguna dapat menggunakan gadget mereka sebagai media hiburan dan menambah informasi. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa pengguna gadget menjadi salah satu sumber hiburan yang murah bagi masyarakat karena dapat dengan cepat mengakses informasi dari masa lalu atau dari negara lain. Aplikasi dan perangkat yang terintegrasi dalam satu perangkat, seperti YouTube, dibutuhkan oleh semua orang untuk menggunakannya dalam aktivitas sehari-hari karena banyaknya manfaat dari perangkat ini dan kebutuhan modern.

Akan tetapi dibalik banyaknya manfaat gadget, gadget dapat berdampak negative terhadap interaksi sosial anak seperti banyaknya konten dewasa yang di upload dalam aplikasi tiktok, youtube dan media sosial lainnya yang menarik rasa ingin tahu anak untuk terus menontonnya dan banyak lagi pengaruh negatif dari gadget yang bisa kita jumpai di zaman sekarang. Untuk mengatasi kecanduan gadget tersebut, peneliti akan memperkenalkan kepada anak-anak salah satu bentuk karya seni sederhana yang beri nama Lipatan Lampion Kertas yang di buat dengan bahan dasar kertas yang mudah di dapatkan dan bisa di lakukan dimana saja. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti akan melakukan penelitian tentang Terbangkan Imajinasi: Mengurangi Kecanduan Gadget pada Anak-anak dengan Lampion Kertas

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini, digunakan desain pre-experimental satu kelompok pre-test-post-test. Desain ini memungkinkan pre-test dilakukan sebelum perlakuan diberikan, sehingga hasilnya dapat dibandingkan dengan keadaan sebelum dan sesudah perlakuan. (Sugiyono, 2016:110). Penelitian ini disebut eksperimen karena peneliti ingin mengetahui hubungan sebab-akibat dalam mengurangi kecanduan gadget dengan lampion kertas.

Tabel 1 Desain Penelitian *One-Group Pretest-Posttest* (Sugiyono,2016:110)

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttes</i>
O1	X	O2

O1 : *Pretest* (Test Awal)

X : *Treatment* (Perlakuan)

O2 : *Posttes* (Test Akhir)

Penelitian ini dilaksanakan di TK Kartika 157 Belakang Balok Kota Bukittinggi pada bulan Juni 2024. Subjek penelitian adalah siswa dan siswi TK Kartika dengan populasi sebanyak 10 anak, dan semua subjek dijadikan sampel menggunakan teknik sampel jenuh.

Alat penelitian digunakan untuk mengukur variabel yang diamati (Sugiyono, 2017:102). Program latihan digunakan untuk menguji instrumen penelitian. Liatan lampion kertas, menggunakan alat ukur yang sesuai untuk mengukur waktu pemakaian gadget dengan lipatan lampion kertas. Metode pengukuran berbentuk tes digunakan untuk mengumpulkan data. Tes adalah alat yang digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang pengetahuan atau keterampilan seseorang (Winarno, 2014:2). Dalam penelitian ini, data dikumpulkan dengan menggunakan desain kelompok tunggal atau desain pretest dan posttest. Salah satu aspek evaluasi adalah pengukuran, yang mencakup pengumpulan informasi yang tepat dan akurat dengan menggunakan metode dan alat tertentu (Winarno, 2014:3). Data dikumpulkan dengan skala likert untuk menghitung waktu pemakaian perangkat. Perlakuan dilakukan selama satu minggu dan dilakukan tiga kali setiap minggu pada hari Senin, Selasa, dan Rabu, sehingga total pertemuan adalah tiga kali.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A.Hasil

Pre-test

No	Aspek Perilaku	Indikator Observasi	SS	S	N	TS
1.	Perilaku/Ciri Khusus (Salience)	Anak menunjukkan minat berlebihan pada gadget (memegang/menatap layar gadget)		√		
2.	Penggunaan yang Berlebihan (Excessive use)	Anak memakai perangkat lebih dari 2 jam dalam 1 sesi		√		
3.	Pengabaian Pekerjaan (Neglect to work)	Anak mengabaikan tugas atau pekerjaan rumah karena menggunakan gadget		√		
4.	Antisipasi (Anticipation)	Anak tampak cemas atau terus menanyakan kapan bisa menggunakan gadget lagi	√			
5.	Ketidakmampuan Mengontrol Diri (Lack of control)	Anak kesulitan menghentikan penggunaan gadget meskipun diminta		√		
6.	Mengabaikan Kehidupan Sosial (Neglect to social life)	Anak lebih menyukai bermain gadget dari pada berinteraksi dengan linmgkungannya.		√		

Post Test:

No	Aspek Perilaku	Indikator Observasi	SS	S	N	TS
1.	Perilaku/Ciri Khusus (Salience)	Anak menunjukkan minat pada aktivitas lipatan lampion kertas	√			
2.	Penggunaan yang Berlebihan (Excessive use)	Waktu penggunaan gadget berkurang, digantikan dengan aktivitas lipatan kertas		√		
3.	Pengabaian Pekerjaan (Neglect to work)	Anak menyelesaikan tugas atau pekerjaan rumah setelah atau sebelum aktivitas lipatan kertas	√			
4.	Antisipasi (Anticipation)	Anak antusias menunggu waktu untuk aktivitas lipatan lampion kertas	√			
5.	Ketidakmampuan Mengontrol Diri (Lack of control)	Anak dapat menghentikan penggunaan gadget untuk berpartisipasi dalam aktivitas lipatan kertas		√		
6.	Mengabaikan Kehidupan Sosial (Neglect to social life)	Anak lebih aktif berinteraksi dengan teman atau keluarga selama aktivitas lipatan kertas	√			

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil observasi, terlihat bahwa intervensi dengan aktivitas lipatan lampion kertas berhasil mengurangi perilaku kecanduan gadget pada anak. Berikut adalah pembahasan dari setiap aspek:

1. Perilaku/Ciri Khusus (Salience):

- Anak yang awalnya menunjukkan minat berlebihan pada gadget, mulai menunjukkan minat yang tinggi pada aktivitas lipatan kertas. Hal ini menandakan bahwa aktivitas tersebut berhasil menarik perhatian anak dan mengalihkan minat dari gadget.

2. Penggunaan yang Berlebihan (Excessive use):

- Waktu penggunaan gadget berkurang secara signifikan. Anak mulai menghabiskan waktu yang lebih produktif dengan aktivitas lipatan kertas.

3. Pengabaian Pekerjaan (Neglect to work):

- Anak yang sebelumnya mengabaikan tugas atau pekerjaan rumah, mulai menyelesaikan tugasnya setelah atau sebelum aktivitas lipatan kertas. Ini menunjukkan peningkatan disiplin dan manajemen waktu.

4. Antisipasi (Anticipation):

- Anak yang tadinya cemas tentang penggunaan gadget, kini antusias menunggu waktu untuk beraktivitas lipatan kertas. Perubahan ini menunjukkan adanya pergantian fokus dan penurunan tingkat kecemasan terkait gadget.

5. Ketidakmampuan Mengontrol Diri (Lack of control):*

- Anak menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengontrol penggunaan gadget, yang ditandai dengan kesediaan menghentikan penggunaan gadget untuk berpartisipasi dalam aktivitas lipatan kertas.

6. Mengabaikan Kehidupan Sosial (Neglect to social life):

- Aktivitas lipatan kertas mendorong anak untuk lebih aktif berinteraksi dengan teman dan keluarga, menunjukkan peningkatan dalam aspek kehidupan social.

KESIMPULAN

Intervensi dengan menggunakan aktivitas lipatan lampion kertas menunjukkan hasil yang signifikan dalam mengurangi perilaku kecanduan gadget pada anak-anak. Berdasarkan hasil observasi pre-test, anak-anak menunjukkan berbagai tanda kecanduan gadget seperti minat berlebihan pada gadget, penggunaan yang berlebihan, pengabaian pekerjaan rumah, kecemasan saat tidak menggunakan gadget, ketidakmampuan mengontrol diri, dan mengabaikan kehidupan sosial. Setiap indikator ini menandakan adanya gangguan yang cukup serius dalam keseharian anak yang berdampak negatif terhadap perkembangan sosial dan akademis mereka. Namun, hasil post-test menunjukkan perubahan yang jelas setelah diterapkannya intervensi. Anak-anak mulai menunjukkan minat pada aktivitas lipatan lampion kertas, yang secara signifikan mengurangi waktu penggunaan gadget mereka. Mereka juga mulai menyelesaikan tugas dan pekerjaan rumah tepat waktu, menunjukkan peningkatan dalam disiplin dan manajemen waktu.

Selain itu, anak-anak yang sebelumnya cemas dan tidak sabar untuk kembali menggunakan gadget, kini lebih antusias menunggu waktu untuk beraktivitas lipatan kertas. Hal ini menunjukkan adanya peralihan fokus dari gadget ke aktivitas yang lebih produktif dan kreatif. Anak-anak juga menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengontrol penggunaan gadget, yang terlihat dari kesediaan mereka untuk berhenti menggunakan gadget demi berpartisipasi dalam aktivitas lipatan kertas. Lebih penting lagi, aktivitas ini mendorong anak-anak untuk lebih aktif berinteraksi dengan teman dan keluarga, yang menunjukkan peningkatan dalam aspek kehidupan sosial mereka. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa aktivitas lipatan lampion kertas tidak hanya efektif dalam mengurangi kecanduan gadget tetapi juga membantu meningkatkan disiplin, manajemen waktu, dan interaksi sosial anak-anak, menjadikannya solusi yang komprehensif untuk mengatasi masalah kecanduan gadget pada anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ayoby, M. Hafiz. (2017). *Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini*. Skripsi. Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik. Universitas Lampung
- Alfiyan, A., & Rokhmah, A. M. (2016). Periodisasi Perkembangan Masa Kanak- Kanak Awal. *Jurnal Psikologi*, 152071900009, 1–13
- Ardiansyah, A., Taan, H., & Sartika, E. (2022). Pengaruh minat baca terhadap kepuasan belajar dan dimoderasi variabel kebersihan perpustakaan. *Educatio*, 17(1), 63-69
- Bintoro, Y. C. (2019). *Upaya Orangtua dalam Mengatasi Kecanduan Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini di Desa Mandiraja Kecamatan Mandiraja, Kabupaten Banjarnegara*. Universitas Negeri Semarang.
- Chinese Lanterns. (n.d.). Travel China Guide. Retrieved February 6, 2018, from <https://www.travelchinaguide.com/essential/holidays/!Antern/>
- Hidayat, S. & Mustikasari. (2014). *Kecanduan Penggunaan Smartphone dan Kualitas Tidur pada mahasiswa RIK UI.FIK.UI*
- Hs, A. H., & Hidayat, B. (2021). *Solusi Gangguan Smartphone Addiction Berdasarkan Pendekatan Psikologi Islam*. Al-Hikmah: Jurnal Agama Dan Ilmu Pengetahuan, 18(1), 65-78.
- Karuniawan, A., & Cahyanti, I. Y. (2013). Hubungan antara academic stress dengan smartphone addiction pada mahasiswa pengguna smartphone. *Jurnal psikologi klinis dan kesehatan mental*, 2(1), 16-21.
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). *Development and Validation of a Smartpone Addiction Scale (SAS)*. Journal open Accas Freely available online
- Lippincott Williams & Wilkins Wong. D. L. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik* (Vol. Volume 1). Jakarta: EGC
- Machda, L. F., & Kharnolis, M. (2022). Penerapan Desain Busana Pesta Malam dengan Sumber Ide *Lampion*. *BAJU: Journal of Fashion and Textile Design Unesa*, 3(2), 76-84.
- Murni, M. (2017). Perkembangan fisik, kognitif, dan psikososial pada masa kanak-kanak awal 2-6 tahun. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, 3(1), 19-33.
- Pebriana, Putri H. (2017). *Analisis Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan Interaksi Sosial pada Anak Usia Dini*. *Jurnal Obsesi*, Vol 1, No.1
- Sugiyono. (2004). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung : Alfabeta
- Sunita, Indiana dan Mayasari, E. (2017). *Yes or Not Gadget buat si buah hati*. Yogyakarta. Deepublish.
- Supartini. (2014). *Buku Ajar Konsep Dasar Keperawatan Anak*. Jakarta: EGC.
- R.A. Koesnan, Susunan Pidana dalam Negara Sosialis Indonesia, (Bandung :Sumur, 2005) , hal. 113
- Syukaisih, S., Maharani, R., Hidayati, A., Amalia, R., & Rasyid, Z. (2022). DETERMINAN PERILAKU ORANG TUA TERHADAP PENGAWASAN DALAM PENGGUNAAN GADGET PADA ANAK USIA 7–12 TAHUN DI RT 02 RW 02 DUSUN WONOSRI BARAT DESA KOTO TINGGI PASIR PENGARAIAN. *Al-Tamimi Kesmas: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health Sciences)*, 11(2), 174-185.
- Wang, C., Do, K. A., Frese, K., & Zheng, L. (2019). Asian immigrant parents' perception of barriers preventing adolescents from seeking school-based mental health services. *School Mental Health*, 11, 364-377.
- W.J.S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Balai Pustaka : Amirko, 1984), hal. 25

Young, Kimberly. (2009). Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The american journal of family therapy*, 37, 355–372.
https://www.netaddiction.com/articles/Online_Gaming_Addiction.pdf