

# Pendampingan Ibu Jamaah Masjid Hayatul Islam Sumbergempol dalam Pengasuhan Anak tanpa *Gadget*

<sup>1\*</sup>Ana Falera

<sup>1</sup>PIAUD, UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung, Indonesia

E-mail: ana\_falera@uinsatu.ac.id

\*Corresponding Author

**Abstrak**— Tujuan dari adanya pengabdian kepada masyarakat tentang pengasuhan anak tanpa gadget ini adalah memberikan pemahaman tentang dampak positif dan negatif penggunaan gadget pada anak, dan memberikan strategi yang dapat dilakukan orangtua agar dapat melakukan pengasuhan tanpa menggunakan gadget. Pengabdian kepada masyarakat ini akan menggunakan metode Participatory Action Research (PAR). Pada metode ini, peneliti dan peserta bekerja sama untuk memahami keadaan dan mengubahnya menjadi lebih baik. Langkah yang dilakukan dalam metode PAR adalah To Know, To Understand, To Plan, dan To Change. Orangtua yang notabene belum memiliki wawasan dan pengetahuan tentang gadget untuk anak, ternyata bisa diberikan pemahaman terkait hal tersebut. Sehingga orangtua mampu memberikan aturan pada anak terkait penggunaan gadget. Orangtua juga akhirnya memiliki wawasan terkait kegiatan apa saja yang bisa dilakukan bersama anak sebagai pengganti gadget agar penggunaannya dapat terkontrol.

**Kata Kunci**— Pengasuhan anak, tanpa *gadget*, metode PAR

**Abstract**— The aim of this community service regarding parenting without gadgets is to provide an understanding of the positive and negative impacts of using gadgets on children, and to provide strategies that parents can use to be able to carry out parenting without using gadgets. This community service will use the Participatory Action Research (PAR) method. In this method, researchers and participants work together to understand the situation and change it for the better. The steps taken in the PAR method are To Know, To Understand, To Plan, and To Change. Parents who in fact do not yet have insight and knowledge about gadgets for children, can actually be given an explanation regarding this matter. So that parents are able to give children rules regarding the use of gadgets. Parents also finally have insight into what activities they can do with their children as a substitute for gadgets so that their use can be controlled.

**Keywords**— Childcare, no gadgets, PAR method

## 1. PENDAHULUAN

Pengasuhan anak tanpa *gadget* menjadi hal yang sering dibicarakan karena menjadi dilema sebagian besar orangtua terutama orangtua baru. Mengingat perkembangan zaman yang semakin mengusung teknologi dalam kehidupan sehari-hari. Faktanya,

---

anak yang tidak sering menggunakan gadget dalam kesehariannya, maka kognitif dan emosionalnya berkembang lebih baik. Karena anak dapat berinteraksi langsung dua arah dengan orang sekitar, tidak seperti *gadget* dimana anak hanya mendengarkan (komunikasi satu arah). Anak yang sedikit menggunakan *gadget*, kreativitasnya cenderung lebih berkembang. Karena anak bermain secara langsung untuk mengekspresikan idenya seperti kegiatan menggambar bebas sesuai ide, menyusun bebas menggunakan balok, dan permainan bebas lainnya. Anak juga cenderung memiliki fisik yang bagus, karena lebih banyak bergerak. Anak tanpa *gadget*, lebih sering melakukan aktivitas fisik seperti berlari, melompat, bermain bola, dan kegiatan fisik lainnya tanpa hanya duduk manis sepanjang hari. Anak yang minim *gadget*, memiliki kualitas tidur yang baik terutama tanpa penggunaan *gadget* sebelum tidur. Anak yang bermain *gadget* sebelum tidur, cenderung tidur larut malam dan enggan untuk tidur sehingga jadwal tidur menjadi berantakan. Berbeda dengan anak minim *gadget*, tidurnya akan berkualitas. Terakhir, hubungan orangtua dengan anak semakin baik apabila anak minim *gadget*. Anak akan lebih sering berkomunikasi dengan orangtua, bertukar cerita dan pendapat sehingga kemampuan bahasanya juga berkembang lebih optimal. Tetapi, masih banyak sekali anak yang menggunakan *gadget* terlalu lama sehingga perkembangannya tidak berkembang optimal padahal orangtua sudah mengetahui dampak negatif dari penggunaan gadget secara berlebihan.

Sejauh ini, penelitian tentang penggunaan *gadget* sudah banyak dilakukan baik itu pengaruh positif maupun negatif. Penggunaan *gadget* yang berlebih akan menyebabkan menurunnya konsentrasi belajar anak. Ini berawal dari anak yang terlalu banyak menggunakan *gadget*, sering kali jadwal makan terganggu, jadwal belajar terganggu, dan pikiran yang hanya berfokus pada *gadget* sehingga menyebabkan menurunnya konsentrasi belajar yang mempengaruhi perkembangan kognitif (Sofiana et al., 2023). Penelitian selanjutnya menyampaikan bahwa penggunaan *gadget* yang berlebih yaitu lebih dari 3 jam sehari, menyebabkan emosi anak tidak stabil. Anak lebih sering tantrum, mudah marah, dan seringkali susah diatur (Apriani, 2022). Penelitian lain menyampaikan bahwa anak yang kecanduan *gadget*, perkembangan fisik motoriknya terganggu karena kurang gerak. Anak cenderung diam ketika menggunakan *gadget*,

padahal anak-anak masih perlu banyak bergerak untuk perkembangan motorik di usianya (Jalilah, 2021). Tidur sangat penting bagi anak karena apabila kekurangan tidur maka akan mempengaruhi kognitif dan fisik anak. Anak yang kecanduan *gadget* cenderung memiliki kualitas tidur yang buruk yaitu tidur terlalu larut dan sulit bangun di pagi hari (Naulia et al., 2021).

Pengabdian ini dilakukan untuk memberikan pendampingan pada para orangtua agar mampu mengasuh anak tanpa menggunakan *gadget*. Mungkin banyak sekali faktor yang menyebabkan orangtua tidak konsisten dalam penggunaan aturan main *gadget* bagi anak, sehingga anak menjadi kecanduan dalam penggunaan *gadget*. Beberapa faktor tersebut seperti kurangnya pemahaman orangtua tentang dampak negatif penggunaan *gadget* berlebihan, kesibukan orangtua sehingga membiarkan anaknya menggunakan *gadget*, dan kurangnya alternatif aktivitas ketika menenangkan atau mengisi kegiatan anak. Setelah adanya pendampingan ini, diharapkan orangtua mampu mengasuh anak tanpa menggunakan *gadget* sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang optimal. Hal yang perlu kita ingat adalah, perkembangan pada masa usia dini adalah perkembangan *golden age* yang dimana perkembangan otak mencapai 80% dan masa itu tidak bisa terulang pada masa lainnya. Sehingga, kita harus maksimal dalam menstimulasi anak terutama pada masa usia dini.

Kondisi subyek dampingan ini mayoritas adalah orangtua yang memiliki anak atau bahkan cucu. Anak atau cucu mereka berada di usia dini yaitu antara usia 0-6 tahun di mana kebanyakan masih sekolah PAUD.

Kondisi saat ini adalah adanya *gadget* sebagai salah satu pengasuhan yang diberikan oleh orangtua agar anaknya diam. Akan tetapi mereka tidak memiliki wawasan terkait bagaimana menggunakan *gadget* secara benar. *Gadget* memiliki banyak manfaat, tapi juga memiliki banyak resiko apabila penggunaannya kurang tepat. Sehingga diperlukan pengetahuan dan wawasan terkait penggunaan *gadget* pada anak.

Orangtua di sini kebanyakan tidak memiliki *background* tentang pendidikan anak seperti kuliah program studi Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di mana di dalamnya banyak mempelajari tentang pendidikan untuk anak, baik itu perkembangan anak dan media yang dapat digunakan untuk menstimulasi anak.

Wilayah subyek dampingan berada di daerah pedesaan, di mana apabila dilihat secara kasat mata pastilah banyak terdapat bahan-bahan alam ataupun bahan *loose part* yang dapat dimanfaatkan untuk membuat media pembelajaran yang dapat digunakan untuk menstimulasi anak (Aizah et al., 2023). Macam-macam *loose part* adalah seperti bahan alam, bahan plastik, bahan kain, dan masih banyak bahan lainnya.

Setelah dilakukan pengabdian tentang pengasuhan anak tanpa *gadget*, diharapkan orangtua memahami apa dampak positif dan negatif penggunaan *gadget*, orangtua mengetahui kegiatan apa yang dapat dilakukan sebagai pengganti *gadget*, orangtua memahami bagaimana mengkondisikan anak tanpa *gadget*, dan orangtua mengerti bagaimana melakukan pengasuhan anak tanpa *gadget*.

## 2. METODE

### A. Metode Pengabdian

Pengabdian kepada masyarakat ini akan menggunakan metode *Participatory Action Research* (PAR). Pada metode ini, peneliti dan peserta bekerja sama untuk memahami keadaan dan mengubahnya menjadi lebih baik. Langkah yang dilakukan dalam metode PAR adalah *To Know*, *To Understand*, *To Plan*, dan *To Change*. *To Know* adalah peneliti melakukan observasi awal untuk mengetahui permasalahan yang ada. *To Understand*, observasi bisa dilakukan melalui wawancara terhadap para Ibu untuk mengetahui sumber masalah mengapa anak menggunakan *gadget* secara berlebihan dan faktor-faktor yang menyebabkan orangtua mengizinkan anak memakai *gadget*. *To Plan*, untuk merencanakan pemecahan masalah yang dapat dilakukan untuk mengurangi penggunaan *gadget* bagi anak. Pada tahap ini, peneliti dan peserta merancang strategi-strategi yang dapat diterapkan untuk mengatur penggunaan *gadget* bagi anak. *To Change*, untuk melakukan evaluasi dan perubahan agar para orangtua dalam melakukan pengasuhan pada anak tanpa *gadget*.

### B. Analisis Strategi Pengabdian

Subyek pengabdian ini adalah ibu Jamaah Masjid Hayatul Islam Sumbergempol Kabupaten Tulungagung yang notabene para orangtua yang sangat mungkin memiliki anak bahkan cucu.

**Analisis Masalah.** Analisis masalah dalam pengabdian ini adalah para orangtua yang memberikan akses penggunaan *gadget* pada anak tanpa adanya aturan penggunaan, sehingga menyebabkan anak menjadi kecanduan dalam penggunaan *gadget*. Karena kecanduan tersebut, memiliki dampak pada perkembangan anak baik itu perkembangan kognitif, sosial, maupun fisik. Dampak untuk perkembangan kognitif adalah anak sulit untuk berkonsentrasi, dampak pada perkembangan sosial adalah anak yang sulit berinteraksi atau berkomunikasi dengan orang lain, sedangkan pada aspek fisik adalah banyak anak yang terlalu banyak duduk sehingga motorik kasar ataupun motorik halusnya tidak berkembang optimal.

**Analisis Tujuan.** Analisis tujuan dalam pengabdian ini adalah orangtua dapat menerapkan aturan penggunaan *gadget* bagi anak dan juga orangtua memiliki banyak alternative kegiatan untuk dilakukan anak sehingga anak terlupa dengan *gadget*. Dengan adanya hal ini, diharapkan anak dapat tumbuh dan juga berkembang secara optimal tanpa ada yang menghambat.

**Analisis Strategi Program.** Analisis strategi program pada pengabdian ini adalah orangtua akan diberikan materi tentang dampak positif dan negatif penggunaan *gadget* pada anak, orangtua diberikan materi tentang strategi yang dapat dilakukan agar anak terlepas dari *gadget*, dan terakhir orangtua diberikan pendampingan tentang macam-macam kegiatan yang dapat dilakukan untuk menstimulasi anak tanpa menggunakan *gadget* yaitu dengan memanfaatkan lingkungan sekitar sebagai sumber belajar.

Beberapa teori yang dapat digunakan untuk mendukung pengasuhan anak tanpa *gadget*, yang pertama adalah teori Kognitif oleh Jean Piaget (Ibda, 2015) tentang adanya interaksi secara langsung. Perkembangan kognitif anak akan dapat berkembang optimal apabila anak berinteraksi langsung dengan lingkungan. Jadi dengan anak bermain dengan anak lainnya, atau bermain di lingkungan sekitarnya, maka akan sangat mendukung perkembangan kognitif anak. Akan tetapi apabila anak terlalu banyak menyediri dan hanya ditemani *gadget*, maka perkembangan kognitifnya bisa terhambat. Sebagai contoh: daripada hanya melihat binatang kambing di *gadget*, lebih baik anak di ajak langsung untuk melihat kambing di peternakan atau kebun binatang.

Dengan begitu anak akan memiliki pengalaman langsung dan tidak akan mudah terluka. Pengetahuan itu akan membekas dan menjadi pembelajaran yang menyenangkan untuk anak.

Kedua, adalah teori pembelajaran sosial Albert Bandura (Lesilolo, 2019). Bapak Bandura menyampaikan dalam teorinya bahwa keterampilan sosial anak akan terlatih apabila sering melakukan komunikasi dengan orang sekitar seperti komunikasi dengan teman sebaya, orangtua, pendidik, dan orang lainnya. Kemampuan sosial anak akan berkembang baik apabila anak melakukan komunikasi dua arah, dan melakukan interaksi langsung. Jadi penting bagi orangtua untuk melakukan interaksi dengan anak. Orangtua juga perlu membatasi penggunaan *gadget* pada anak, agar anak dapat berinteraksi dengan dunia luar. *Gadget* cenderung membuat anak jadi pribadi individualis yang mana itu sangat tidak disarankan untuk anak.

Ketiga adalah konsep *zone of proximal development* (ZPD) dari Lev Vygotsky (Suardipa, 2020). Bahwa setiap anak, pasti memiliki potensi dimana potensi itu akan berkembang sangat pesat melebihi usianya, apabila mendapat bantuan atau dukungan dari orang yang sudah ahli. Contoh: anak memiliki potensi sebagai perenang, kemudian dia diajari renang oleh seorang yang ahli dalam berenang. Maka kemampuan anak dalam berenang akan berkembang dengan sangat pesat. Jadi, pengasuhan tanpa *gadget* akan sangat membantu anak untuk dapat memaksimalkan kemampuan dalam ZPD.

Keempat Teori Ekologis Bronfenbrenner (Ady Dharma, 2023). Bahwa lingkungan mempengaruhi perkembangan anak. Orangtua harus menyediakan lingkungan yang dapat menstimulasi anak dengan cara menyediakan berbagai pilihan kegiatan untuk anak sehingga anak dapat memilih kegiatan yang sesuai dengan minatnya dan yang dapat meningkatkan kemampuannya. Apabila di lingkungan rumah atau sekolah sudah tersedia lingkungan yang kondusif dan berisi berbagai kegiatan menarik, maka anak tidak akan lagi teringat dengan gadget. Lingkungan akan menarik anak untuk bereksplorasi. Orangtua juga perlu melibatkan anak dalam berbagai kegiatan yang ada di lingkungan rumah maupun lingkungan sekitar.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode *Participatory Action Research* (PAR). Pada metode ini, peneliti dan peserta bekerja sama untuk memahami keadaan dan mengubahnya menjadi lebih baik. Langkah yang dilakukan dalam metode PAR adalah *To Know*, *To Understand*, *To Plan*, dan *To Change*.

*To Know*. Pada tahap ini, pengabdi berkoordinasi dengan pengurus masjid Hayatul Islam Tulungagung untuk mengetahui permasalahan yang ada di lingkungan masjid. Karena wilayah masjid satu lingkup dengan Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) maka pengabdi juga diminta untuk berkoordinasi dengan kepala sekoah PAUD untuk mengidentifikasi masalah terkait anak.

*To Understand*. Pada tahap kedua, pengabdi mencoba memahami masalah yang ada di lingkungan masjid Hayatul Islam. Kemudian mencari narasumber yang dapat mengerti, memberikan saran, dan membantu para subyek dampingan untuk mengurai dan mengatasi masalahnya.

*To Plan*. Pada tahap ketiga, pengabdi dan narasumber merencanakan kapan pelaksanaan kegiatan yang dapat dilakukan untuk bertemu langsung dengan subyek dampingan dan merencanakan kegiatan yang akan dilakukan sebagai solusi dari masalah yang ada. Pengabdi berkoordinasi dengan tim konsumsi untuk menyediakan makan, minum, dan snack untuk peserta. Selanjutnya juga membeli ATK yang mungkin akan dibutuhkan selama kegiatan berlangsung. Kegiatan diputuskan akan dilaksanakan hari Sabtu, tanggal 16 November 2024 pukul 08.00 – 12.00 WIB bertempat di AULA RA NU Sumbergempol (depan masjid Hayatul Islam).

*To Change*. Selanjutnya pada tahap terakhir adalah hari H pelaksanaan seminar dan *workshop* untuk mengatasi masalah tentang anak yaitu penggunaan *gadget* pada anak. Pada kegiatan tersebut, narasumber di awal memberikan materi tentang manfaat penggunaan *gadget*, resiko penggunaan *gadget* apabila berlebihan digunakan, tanya jawab terkait masalah yang terjadi pada anak. Pengabdi dan narasumber menyediakan bahan-bahan yang mungkin nanti dapat digunakan oleh peserta untuk membuat media seperti sedotan, stik es krim, botol plastik, tali, dan lainnya. Selain itu, peserta juga diminta untuk membawa *loose part* yang berasal dari lingkungan sekitar (Falera, 2024).

Peserta membawa bahan seperti botol bekal, ranting, dan lainnya. Setelah narasumber memberikan materi dan tanya jawab, selanjutnya narasumber memberikan referensi dan wawasan terkait kegiatan apa saja yang bisa dilakukan oleh peserta. Peserta terlihat sangat awam terkait kegiatan apa saja yang dapat dilakukan, karena memang tidak ada background pengetahuan tentang pendidikan anak. Setelah mengetahui macam-macam kegiatan yang dapat dilakukan, selanjutnya narasumber mengajak peserta untuk praktik membuat media kegiatan dari bahan-bahan yang ada baik itu *loose part* ataupun bahan yang dibeli oleh pengabdian. Setelah waktu berlalu, peserta telah berhasil membuat media untuk anak, meskipun dengan bimbingan yang intens dari narasumber dan pengabdian. Selanjutnya, peserta mempresentasikan hasilnya sambil membawa media yang dibuat.



Gambar 1. Pemberian materi dan tanya jawab



Gambar 2. Pemberian referensi dan diskusi





Gambar 3. Praktik membuat media permainan



Gambar 4. Presentasi hasil

#### 4. KESIMPULAN

Orangtua yang notabene belum memiliki wawasan dan pengetahuan tentang *gadget* untuk anak, ternyata bisa diberikan pemahaman terkait hal tersebut. Sehingga orangtua mampu memberikan aturan pada anak terkait penggunaan *gadget*. Orangtua juga akhirnya memiliki wawasan terkait kegiatan apa saja yang bisa dilakukan bersama anak sebagai pengganti gadget agar penggunaannya dapat terkontrol.

Saran yang dapat kami berikan adalah pengabdian selanjutnya dapat mencari alternatif kegiatan lain untuk pengganti penggunaan *gadget* bagi anak. Alternatif kegiatan dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan keadaan wilayah subyek dampingan.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ady Dharma, D. S. (2023). Membaca Peran Teori Ekologi Bronfenbrenner dalam Menciptakan Lingkungan Inklusif di Sekolah. *SPECIAL Special and Inclusive Education Journal*, 3(2), 115–123. <https://doi.org/10.36456/special.vol3.no2.a6642>

- 
- [2] Aizah, S., Mudzakkir, M., Wijayanti, E. T., Fitriana, S., Faruq, N. Z. A., K, R. A., Mahrufi, M. A., Aini, P. N., & Kurniawati, E. D. (2023). Deteksi Dini Tumbuh Kembang Siswa Paud Laboratorium School Universitas Nusantara PGRI Kediri. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Nusantara*, 3(1), Article 1. <https://doi.org/10.29407/dimastara.v3i1.21539>
- [3] Apriani, H. A. (2022). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia 5-6 Tahun (Studi Kasus di SPS Taam Annuur Kota Tasikmalaya). 6(2).
- [4] Falera, A. (2024). Optimalisasi Stimulasi Motorik Halus sebagai Kegiatan Pra Menulis Anak Usia Dini dengan kecenderungan Disgrafia. *Efektor*, 11(2), Article 2. <https://doi.org/10.29407/e.v11i2.23768>
- [5] Ibda, F. (2015). PERKEMBANGAN KOGNITIF: TEORI JEAN PIAGET. 3.
- [6] Jalilah, S. R. (2021). Analisis Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Fisik dan Perubahan Perilaku pada Anak Sekolah Dasar. *EDUKATIF : JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 4(1), 28–37. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i1.1716>
- [7] Lesilolo, H. J. (2019). PENERAPAN TEORI BELAJAR SOSIAL ALBERT BANDURA DALAM PROSES BELAJAR MENGAJAR DI SEKOLAH. *KENOSIS: Jurnal Kajian Teologi*, 4(2), 186–202. <https://doi.org/10.37196/kenosis.v4i2.67>
- [8] Naulia, R. P., Lestari, N. I., & Ridlo, M. (2021). Kualitas Tidur Anak Usia Sekolah dalam Penggunaan Gadget di Pancoran Mas, Depok. *Indonesian Journal of Nursing Scientific*, 1(1), Article 1.
- [9] Sofiana, S. N. A., Fakhriyah, F. F., & Oktavianti, I. O. (2023). Dampak Penggunaan Gadget Pada Perkembangan Emosional dan Kognitif Siswa Kelas IV Sekolah Dasar. *Indonesian Gender and Society Journal*, 3(2), 53–59. <https://doi.org/10.23887/igsj.v3i2.50414>
- [10] Suardipa, I. P. (2020). PROSES SCAFFOLDING PADA ZONE OF PROXIMAL DEVELOPMENT (ZPD) DALAM PEMBELAJARAN. 4(1).