

Pemberdayaan Guru dalam pencegahan Adiksi *Gadget* selama pembelajaran Online pada Masa Pandemi Covid-19

Yanuar Fahrizal^{1*}

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

*Correspondent Author: yanuarfahrizal@umy.ac.id

ABSTRAK

Pada masa pandemi COVID-19, sistem pembelajaran yang diterapkan di SMP Muhammadiyah 1 Mlati berupa sekolah dalam jaringan. Hal ini membuat siswa dalam menggunakan *gadget* menjadi lebih intensif dan dalam waktu yang lama. Hampir setiap siswa memiliki handphone pribadi dan terkoneksi secara terus menerus dengan internet. Berdasarkan kondisi tersebut risiko terjadinya adiksi penggunaan *gadget* dan *game online* pada siswa menjadi semakin besar. Pihak sekolah juga belum pernah mendapatkan penyuluhan kesehatan jiwa pencegahan adiksi *gadget* dan kesehatan jiwa remaja baik dari pihak luar. Hal ini juga dapat berdampak pada peningkatan stressor bagi guru sehingga dapat meningkatkan risiko mengalami masalah psikososial. Pengabdian menawarkan solusi permasalahan antara lain dengan melakukan *screening* adiksi *game online* pada siswa dan penyuluhan kesehatan jiwa remaja kepada guru sebagai bentuk tindakan pencegahan adiksi *gadget & game online* dan juga *screening* kesehatan jiwa guru menggunakan *Self-Reporting Questionnaire*. Hasil dari pengabdian masyarakat ini didapatkan hasil peningkatan pengetahuan guru dan karyawan SMP Muhammadiyah 1 Mlati tentang adiksi *gadget* dan diketahuinya gambaran kesehatan guru dan karyawan yang nilai rata-rata *pretest* 6,81 meningkat dengan nilai rata-rata *posttest* 9,03. Hasil *screening* adiksi *game online* menunjukkan tingkat adiksi siswa kelas VIII SMP Muhammadiyah 1 Mlati berada pada tingkat sedang.

Kata Kunci: Guru, Adiksi Gadget, Pembelajaran Online, Remaja

Received: February 10, 2022

Revised: March 30, 2022

Accepted: March 31, 2022



This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

PENDAHULUAN

Pada masa pandemi COVID-19, pembelajaran yang diterapkan di SMP Muhammadiyah 1 Mlati berupa sekolah dalam jaringan dengan cara *share* video pembelajaran, penugasan dan video *conference*. Dalam 1 hari dilaksanakan pembelajaran untuk 3 mata pelajaran dengan estimasi waktu \pm 30 menit per mata pelajaran.

Pengabdian melakukan pengkajian dan didapatkan bahwa ada permasalahan yang sering dihadapi oleh para guru pada masa pandemi antara lain sering tidak merespon tugas sekolah dan penggunaan handphone untuk *game online* dan menonton film secara terus menerus/berlebihan.

Pihak sekolah dalam mengatasi permasalahan tersebut dengan cara komunikasi dengan orang tua siswa. Komunikasi antara guru dan orang tua dilakukan dengan grup *whatsapp*. SMP Muhammadiyah 1 Mlati saat ini juga rutin melakukan evaluasi pembelajaran, sosialisasi serta pembinaan akhlak guru karyawan dengan pengajian rutin.

Secara kualitatif, orang tua siswa menyebutkan penggunaan handphone pada siswa lebih banyak untuk bermain *game online* dan menonton film. Risiko terjadinya adiksi penggunaan *gadget*, *game online* dan film porno pada siswa menjadi semakin besar. Pihak sekolah juga belum pernah mendapatkan penyuluhan kesehatan jiwa pencegahan adiksi *gadget* dan kesehatan jiwa remaja baik dari pihak luar.

Kondisi tersebut semakin menambah stressor para guru di masa pandemi COVID-19. Permasalahan kesehatan jiwa yang banyak muncul pada pandemi COVID-19 antara lain kecemasan, depresi, stress serta tekanan traumatis terkait COVID-19 (Rajkumar, 2020; Schäfer et al., 2020).

Berdasarkan permasalahan yang dipaparkan maka pengabdian menawarkan solusi permasalahan kepada mitra antara lain dengan melakukan *screening* adiksi *game online* pada siswa dan penyuluhan kesehatan jiwa remaja sebagai bentuk tindakan pencegahan adiksi *gadget/ game online*. Pengabdian juga menawarkan untuk melakukan *screening* kesehatan jiwa kepada guru dan karyawan SMP Muhammadiyah 1 Mlati menggunakan kuesioner *Self-Reporting Questionnaire*.

Screening adiksi *game online* dilakukan dengan menyebarkan kuesioner *Game addiction scale for adolescent* yang dikembangkan oleh Lemmens (2009) (Lemmens et al., 2009). Kuesioner ini terdiri dari 33 pertanyaan dengan model skala likert. Hasil dari kuesioner ini kemudian dilakukan kategorisasi menjadi 3 kategori, yaitu kategori tinggi jika skor $\geq 96,2$; kategori sedang jika skor $68,9-96,1$; dan kategori rendah jika skor $\leq 68,8$. *Screening* akan dilakukan dengan cara *online* menggunakan *google form*. Luaran *screening* adiksi *game online* berupa gambaran adiksi *game online* siswa SMP Muhammadiyah 1 Mlati

Hasil *screening* adiksi *game online* akan digunakan sebagai dasar penyuluhan kesehatan jiwa kepada guru. Hal ini karena guru belum pernah mengetahui gambaran adiksi *game online* siswa SMP Muhammadiyah 1 Mlati.

Penelitian yang telah dilakukan pengabdian yang berkaitan dengan permasalahan adiksi *game online* antara lain “hubungan tingkat adiksi *game online* kekerasan dan intensitas perilaku kekerasan remaja di daerah istimewa Yogyakarta” yang menunjukkan hasil tingkat adiksi *game online* kekerasan remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta berada pada tingkat adiksi sedang. Adiksi *game online* dan perilaku kekerasan memiliki hubungan yang signifikan dengan koefisien korelasi kuat dan hubungan yang searah sehingga semakin tinggi tingkat adiksi *game online* maka semakin tinggi pula intensitas perilaku kekerasan remaja.

METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat pemberdayaan guru dalam upaya pencegahan adiksi *gadget* selama pembelajaran online pada masa pandemi COVID-19 dilakukan dalam beberapa tahapan yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, tahap evaluasi dan pelaporan.

a. Tahap persiapan

Tahap persiapan dilakukan dengan pengabdian melakukan pengkajian permasalahan mitra. Pengabdian menentukan lokasi pengabdian di SMP Muhammadiyah 1 Mlati. Pengabdian

melakukan koordinasi dengan kepala sekolah yaitu Bp Muh Yusuf Sugeng Suryono. Pengkajian dilakukan secara kualitatif dengan wawancara kepada kepala sekolah. Adapun komponen wawancara yang dilakukan meliputi profil SMP Muhammadiyah 1 Mlati, sejarah sekolah, profil guru, profile siswa, kegiatan pembelajaran dimasa pandemi COVID-19, permasalahan yang dihadapi mitra baik pada saat pandemi serta upaya yang telah dilakukan pihak sekolah.

Pada tahap ini disepakati bahwa permasalahan adiksi penggunaan *gadget* untuk *game online* dan film porno menjadi prioritas permasalahan dan status kesehatan jiwa guru karyawan. Pengabdian dan mitra sepakat akan melakukan *screening* adiksi *game online* pada siswa, *screening* kesehatan jiwa guru karyawan dan penyuluhan pencegahan adiksi *game online* pada guru. Kegiatan direncanakan pada hari Kamis, 25 Februari 2021.

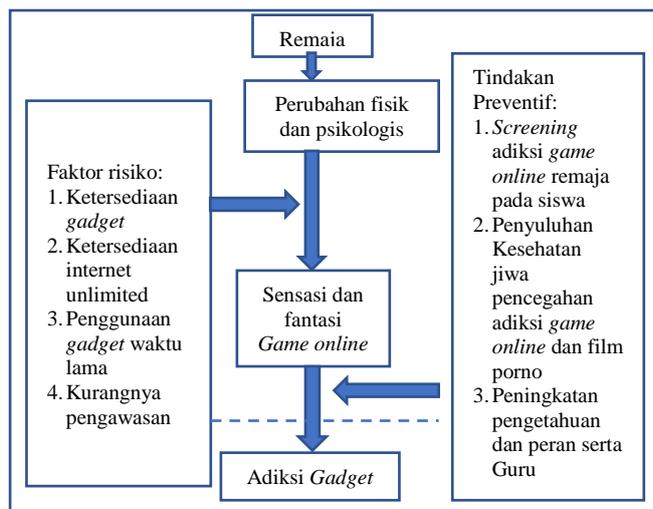
b. Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan dimulai dengan penyebaran *google form* yang berisi tentang kuesioner adiksi *game online* remaja kepada siswa dan juga *self-reporting questionnaire* kepada guru dan karyawan. Pengisian menggunakan *google form* dimaksudkan untuk meminimalisir kontak langsung dan mendukung upaya pemutusan penularan COVID-19. Hasil yang didapatkan dari pengisian *google form* kemudian diolah dan dilakukan interpretasi untuk dapat dipergunakan pihak sekolah sebagai dasar tindakan pencegahan adiksi *gadget* di sekolah.

Pada tahap ini juga akan dilakukan penyuluhan kesehatan jiwa remaja dan adiksi *game online*. Ibu Laili Nurhidayati, M.Kep., Ns., Sp.Kep.J menyampaikan materi tentang kesehatan jiwa remaja. Pengabdian utama yaitu Yanuar Fahrizal, M.Kep., Ns., Sp.Kep.J juga memberikan materi edukasi dengan topik adiksi *gadget* pada masa pandemi COVID-19. Pada sela-sela penyampaian materi dilakukan komunikasi antara pemateri dengan peserta dengan sesi tanya jawab. Pengabdian juga membuka sesi konsultasi kesehatan jiwa kepada guru baik secara *offline* maupun *online*. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan menerapkan protokol kesehatan seperti mencuci tangan sebelum kegiatan, menjaga jarak fisik, menggunakan masker dan *faceshield*. Untuk dapat melihat manfaat edukasi kesehatan jiwa yang dilakukan, maka pengabdian melakukan *pretest* dan *posttest* berkaitan dengan materi yang diberikan untuk melihat perubahan tingkat pengetahuan mitra (guru dan karyawan) sebelum dan setelah dilakukannya penyuluhan kesehatan jiwa adiksi *gadget*.

c. Tahap evaluasi dan pelaporan

Diharapkan setelah program pengabdian ini selesai dilakukan, pihak sekolah secara berkelanjutan dengan melakukan program pencegahan adiksi *game online* dan dapat diterapkan pada peraturan/kebijakan di sekolah. Pada tahap ini pengabdian juga melakukan evaluasi berkaitan dengan gambaran tingkat adiksi *game online* pada siswa SMP Muhammadiyah 1 Mlati dan perbandingan *pretest* dan *posttest* tingkat pengetahuan guru. Hasil *screening* kesehatan jiwa guru karyawan dan adiksi *game online* siswa dilaporkan kepada pihak sekolah sebagai bentuk evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat. Pengabdian juga melakukan pelaporan program kegiatan pengabdian masyarakat kepada universitas sebagai bentuk monitoring evaluasi kegiatan yang telah dilakukan dengan mengunggah laporan kemajuan, laporan akhir serta luaran pengabdian.



Gambar 1. Konsep Pencegahan Adiksi Gadget

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta pengabdian masyarakat pemberdayaan guru dalam pencegahan adiksi *gadget* selama pembelajaran online pada masa pandemi COVID-19 sebanyak 37 orang yang terdiri dari guru dan karyawan SMP Muhammadiyah 1 Mlati dan perwakilan guru dari SMP Muhammadiyah 3 Depok serta SMP Muhammadiyah 1 Godean.



Gambar 2. Pemandu acara edukasi Kesehatan jiwa



Gambar 3. Sambutan kepala sekolah



Gambar 4. Peserta edukasi Kesehatan jiwa



Gambar 5. Sesi tanya jawab



Gambar 6. Penyampaian materi adiksi *gadget*



Gambar 7. Peserta

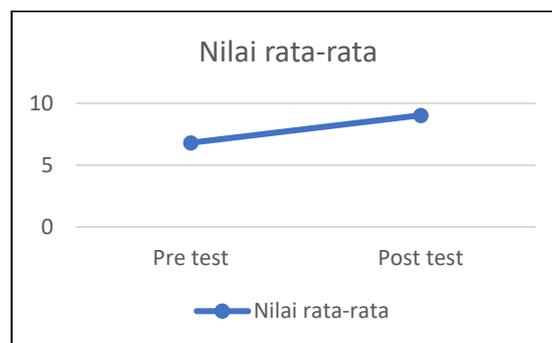


Gambar 8. Foto bersama



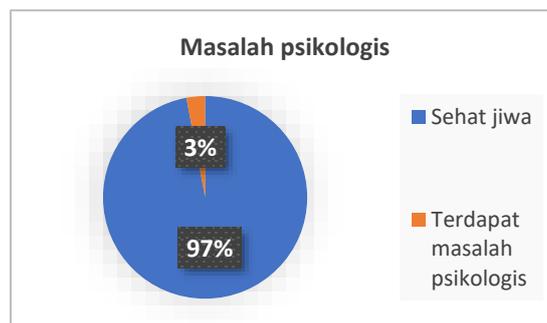
Gambar 9. Foto Bersama tim

Sebelum kegiatan dimulai, pengabdian melakukan *pretest* dan mendapatkan skor rata-rata 6,81 dan setelah mendapatkan penyuluhan kesehatan jiwa remaja dan adiksi *gadget* dilakukan *posttest* dan hasilnya meningkat dengan nilai *posttest* rata-rata 9,03 seperti pada gambar 10. Kegiatan penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan peserta penyuluhan tentang penggunaan *gadget* (Rahman et al., 2020).

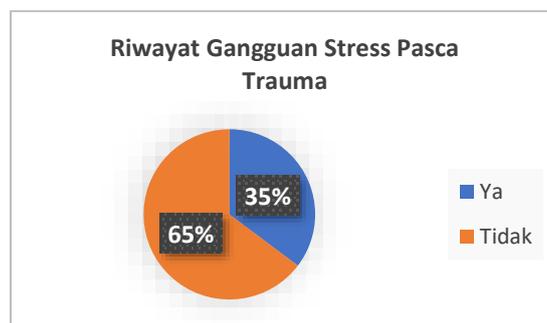


Gambar 10. Nilai rata-rata pretest dan post test

Hasil pengkajian/*screening* dengan *Self Reporting Questionnaire* pada guru dan karyawan sebanyak 34 orang partisipan didapatkan hasil tentang masalah psikologis yang mayoritas sehat jiwa sebesar 97% dan gangguan stress pasca trauma mayoritas tidak dialami oleh guru sebanyak 65% diilustrasikan pada gambar 11 dan 12. Status kesehatan jiwa mayoritas berupa sehat jiwa menunjukkan bahwa guru dan karyawan telah memiliki koping positif dalam menghadapi stressor khususnya di masa pandemi COVID-19. Pandemi COVID-19 yang telah berlangsung hampir 2 tahun telah membuat guru dan karyawan SMP Muhammadiyah 1 Mlati mampu beradaptasi secara psikologis. Kemampuan koping adaptif diperlukan untuk dapat menurunkan perasaan tertekan, stress kerja dan kecemasan dalam masa pandemi COVID-19 (Nasution Barorah et al., 2020). Selain kemampuan koping positif, juga diperlukan adanya dukungan antar sesama manusia. Sebuah penelitian dilakukan dan menunjukkan hasil adanya peningkatan dukungan dari teman dan anggota keluarga serta peningkatan kepedulian bersama dengan anggota keluarga dan orang lain terjadi pada pandemi COVID-19 (Zhang Y & Ma Z, 2020). Peningkatan dukungan social dapat memberikan perasaan tenang, merasa tidak sendirian dan perasaan diterima di masyarakat sehingga dapat mengurangi beban psikososial seseorang.



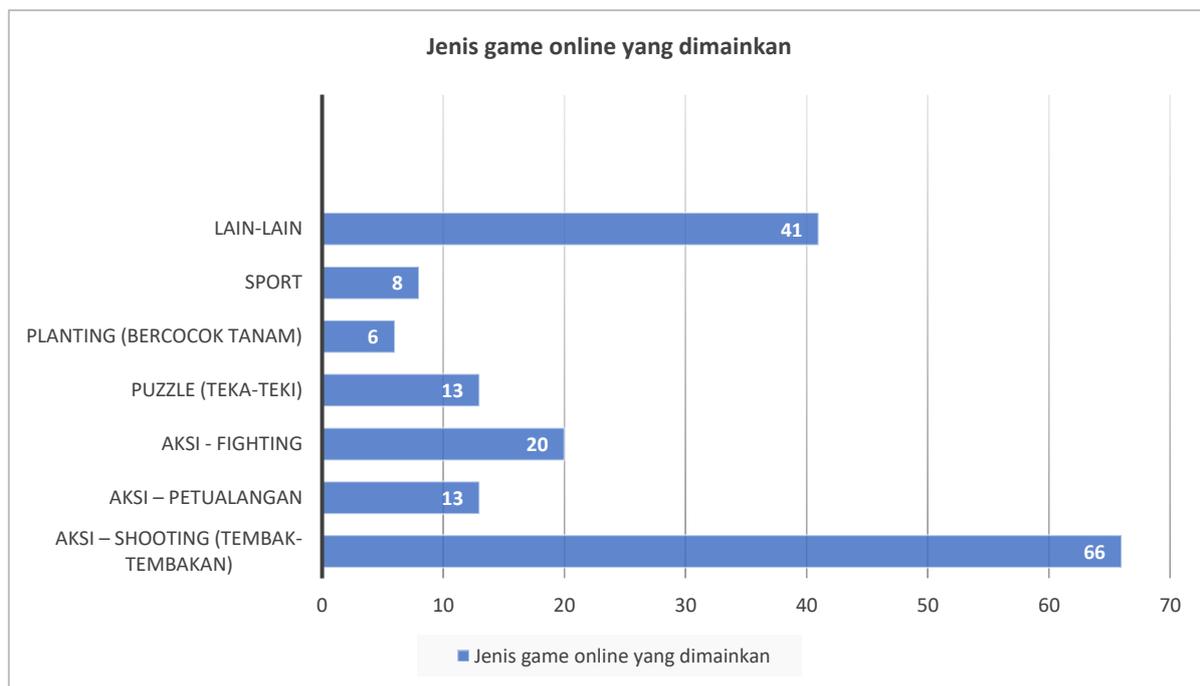
Gambar 11. Gambaran Masalah Psikologis Guru dan Karyawan



Gambar 12. Gangguan Stress Pasca Trauma

Tim Pengabdian juga melakukan *screening* adiksi *game online* pada 126 siswa SMP Muhammadiyah 1 Mlati melalui *google form* dan didapatkan hasil siswa yang bermain *game online* mayoritas menjawab bermain game sebanyak 74%; Jenis game yang dimainkan siswa mayoritas jenis *action–shooting* yaitu sebanyak 66 siswa (52,38%); serta tingkat adiksi *game online* siswa mayoritas pada tingkat sedang yaitu sebanyak 63%. Ilustasi dapat dilihat pada gambar 13 dan 14.

Siswa SMP mayoritas memainkan *game online* jenis *action – shooting* sebanyak 66 orang. Jenis game action merupakan jenis game yang populer dan digemari oleh remaja (Özgür, 2019). Hal ini karena sensasi yang menegangkan timbul pada saat memainkannya dan akan menimbulkan perasaan ingin tahu yang lebih pada pemainnya. Sensasi menegangkan tersebut membuat remaja menjadi merasa puas apabila telah berhasil menyelesaikan misi didalam *gamenya*.



Gambar 13. Jenis *game online* yang dimainkan

Hasil *screening* tingkat adiksi *game online* pada siswa menunjukkan mayoritas siswa mengalami adiksi *game online* tingkat sedang yaitu sebesar 63%. Kondisi pandemi COVID-19 yang mengharuskan siswa harus dirumah ternyata juga meningkatkan stress, kecemasan bahkan depresi pada siswa (Akhtarul Islam et al., 2020; Son et al., 2020). Kondisi stress yang dialami siswa membuat mereka mencari cara untuk mengatasinya dengan hiburan seperti internet dan *game online*. Remaja mayoritas menggunakan internet dan bermain game pada saat dirumah (De Oliveira et al., 2017).



Gambar 14. Tingkat Adiksi *Game Online* Siswa

Siswa yang telah mengalami adiksi memerlukan pendampingan baik dari guru dan juga orang tua. Hal ini karena siswa yang mengalami adiksi game dapat memalami gangguan saat belajar, waktu untuk belajar serta perasaan terhadap proses belajar (Fahrizal & Faiga, 2021). Perlu adanya komunikasi yang intensif antara guru serta orang tua kepada siswa dalam proses pembelajaran siswa di masa pandemi COVID-19.

KESIMPULAN

Kondisi pandemi yang membuat hampir semua sektor pendidikan melakukan proses kegiatan belajar mengajar menggunakan media *gadget* dan internet. Hal ini semakin meningkatkan risiko terjadinya adiksi *gadget* dan *game online* pada siswa serta meningkatkan risiko masalah psikososial pada guru. Melalui pengabdian masyarakat ini diketahui mayoritas guru dan karyawan pada kondisi sehat jiwa, terjadi peningkatan pengetahuan guru karyawan tentang adiksi *gadget* serta diketahui tingkat adiksi *game online* siswa pada tingkat sedang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami haturkan kepada LP3M Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang telah mendanai kegiatan pengabdian masyarakat melalui hibah internal dengan SK No: 551/PEN-LP3M / tt /2021. Ucapan terima kasih juga kami haturkan kepada mitra pengabdian yaitu SMP Muhammadiyah 1 Mlati yang telah berkenan melakukan kegiatan bersama-sama.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhtarul Islam, M., Barna, S. D., Raihan, H., Nafiul Alam Khan, M., & Tanvir Hossain, M. (2020). Depression and anxiety among university students during the COVID-19 pandemi in Bangladesh: A web-based cross-sectional survey. *PLoS ONE*, *15*(8 August), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238162>
- De Oliveira, M. P. M. T., Dias Cintra, L. A., Bedoian, G., Do Nascimento, R., Ferré, R. R., & Silva, M. T. A. (2017). Use of internet and electronic games by adolescents at high social risk. *Temas Em Psicologia*, *25*(3), 1185–1200. <https://doi.org/10.9788/TP2017.3-13En>
- Fahrizal, Y., & Faiga, N. (2021). Interest in Learning of Indonesian Students with Online Gaming Addiction In The Academic Learning Process. *Media Keperawatan Indonesia*, *4*(1), 36. <https://doi.org/10.26714/mki.4.1.2021.36-46>
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and Validation of a Game Addiction Scale for Adolescents. *Media Psychology*, *12*(March). <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Nasution Barorah, N., Nasrun, & Marselina S, M. (2020). Pelatihan Koping Adaptif Untuk Menurunkan Dampak Psikologi Virus Covid-19 Di Sd Plus Jabal Rahmah Mulia, Jl. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *26*(4), 248–253.
- Özgür, H. (2019). Online Game Addiction Among Turkish Adolescents: The Effect of Internet Parenting Style. *Malaysian Online Journal of Educational Technology*, *7*(1). <https://doi.org/10.17220/mojet.2019.01.004>
- Rahman, F. F., Ardan, M., & Johan, H. (2020). Edukasi Konten Pornografi Dalam Penggunaan Gadget Di Sekolah Menengah Kejuruan (Smk) Medika Samarinda. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *26*(2), 60. <https://doi.org/10.24114/jpkm.v26i2.16810>
- Rajkumar, R. P. (2020). COVID-19 and mental health: A review of the existing literature. *Asian Journal of Psychiatry*, *52*(March), 1–5.
- Schäfer, S. K., Sopp, M. R., Schanz, C. G., Staginnus, M., Göritz, A. S., & Michael, T. (2020). Impact of COVID-19 on Public Mental Health and the Buffering Effect of a Sense of Coherence. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *89*(6), 386–392. <https://doi.org/10.1159/000510752>
- Son, C., Hegde, S., Smith, A., Wang, X., & Sasangohar, F. (2020). Effects of COVID-19 on college students' mental health in the United States: Interview survey study. *Journal of Medical Internet Research*, *22*(9). <https://doi.org/10.2196/21279>
- Zhang Y, & Ma Z. (2020). Impact of the COVID-19 pandemi on mental health and quality of life
-

among local residents in Liaoning Province, China: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [revista en Internet] 2020 [acceso 8 de octu. *Impact of the COVID-19 Pandemi on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study.*, 17(march), 1–2.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32233719/>