

Permainan Gobak Sodor terhadap Penggunaan Gadget pada Anak Usia 7-12 tahun

Linda Ishariani ^{1*}, Widyasih Sunaringtyas ², Givela Sherlian Mahanani ³

¹Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri, isharianilinda@gmail.com, 085852272743

²Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri, sihwidya123@gmail.com, 081252902726

³Program Studi Sarjana Keperawatan STIKES Karya Husada Kediri, isharilinda@gmail.com, 085852272743

Abstrak

Permainan gobak sodor merupakan permainan interaktif yang dapat mengatasi perilaku kecanduan gadget pada anak. Durasi dan intensitas penggunaan gadget yang berlebih dapat menyebabkan dampak negative pada anak, maka diperlukan permainan pengganti yang dapat mengalihkan perhatian anak dari penggunaan gadget yaitu dengan permainan gobak sodor. Tujuan penelitian ini untuk menganalisa permainan gobak sodor terhadap penggunaan gadget pada anak usia 7-12 tahun. Desain penelitian menggunakan pre-eksperiment design dengan 31 sampel menggunakan tehnik random sampling, data dikumpulkan dengan wawancara dan dianalisa dengan menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian sebelum diberikan intervensi didapatkan sebagian besar (51,6%) mempunyai kategori tinggi, setelah dilakukan intervensi didapatkan hampir setengah dari responden (48,4%) dalam kategori sedang. Hasil uji statistik dengan Wilcoxon signed p-value = 0,00 < 0,05 artinya terdapat pengaruh permainan gobak sodor terhadap penggunaan gadget. Permainan gobak sodor dapat melibatkan aktifitas fisik, dengan aktifitas fisik mengalihkan perhatian anak terhadap gadget. Sehingga apabila anak semakin sering bermain gobak sodor maka penggunaan gadget akan semakin rendah. Bagi anak-anak diharapkan menjadikan gobak sodor sebagai alternatif permainan sebagai pengganti permainan gadget

Kata kunci: Permainan, gobak sodor, gadget, anak

Abstract

The Gobak Sodor game is an interactive game that can overcome gadget addiction behavior in children. The duration and intensity of excessive use of gadgets can hurt children, so a substitute game is needed that can distract children from using gadgets, namely the game of gobak sodor. The purpose of this study was to analyze the game gobak sodor on the use of gadgets in children aged 7-12 years. The research design used a pre-experimental design with 31 samples using a random sampling technique, data were collected by interview and analyzed using the Wilcoxon test. The results of the study before being given the intervention showed that most of the respondents (51.6%) were in the high category, after the intervention, almost half of the respondents (48.4%) were in the medium category. Statistical test results with Wilcoxon signed p-value = 0.00 < 0.05, means that there is an effect of the Gobak Sodor game on the use of gadgets. The gobak sodor game can involve physical activity, with physical activity distracting children from gadgets. So that if children play gobak sodor more often, the use of gadgets will be lower. For children, it is expected to make gobak sodor is an alternative game as a substitute for gadget games.

Keywords: Gobak sodor, games, gadget, children

PENDAHULUAN

Gadget merupakan alat yang berkembang pesat dan memiliki fungsi khusus diantaranya yaitu smartphone, Iphone, dan blackberry [1]. Gadget merupakan barang canggih yang diciptakan dengan berbagai aplikasi yang dapat menyajikan berbagai hiburan (game online, video youtube, film, dll) [2]. Gadget mempunyai peranan penting dalam kehidupan sehari-hari, sebagai alat komunikasi, alat informasi, media belajar, bahkan anak sering menggunakannya sebagai alat bermain.

Fitur yang menarik membuat ketertarikan anak untuk terus berkeinginan menggunakan gadget, sehingga membuat anak kecanduan. Penggunaan gadget terlalu lama, akan berdampak negatif pada anak yaitu dapat berpengaruh terhadap karakter, kesehatan pada anak, timbulnya rasa malas, malas belajar, kemampuan sosialiasasi yang rendah, memiliki perilaku yang salah satu menyimpang, dan pastinya akan mempengaruhi kesehatan mental maupun fisiknya [3].

Survei yang dilakukan oleh the Asian Parent Insights tahun 2014 di kawasan Asia Tenggara,

dengan melibatkan setidaknya 2.417 orang tua yang memiliki gadget dan anak dengan usia 3 – 8 tahun pada 5 negara yakni Singapura, Thailand, Philipina, Malaysia dan Indonesia, dengan sejumlah sampel orang tua tersebut, diperoleh 3.917 sampel anak-anak dengan usia 3–8 tahun. Dari 98% responden anak-anak usia 3–8 tahun pengguna gadget tersebut, 67% diantaranya menggunakan gadget milik orang tua mereka, 18% lainnya menggunakan gadget milik saudara atau keluarga, dan 14% sisanya menggunakan gadget milik sendiri. Hasil survey ini membuktikan bahwa penikmat gadget saat ini bukan hanya orang dewasa hingga remaja, namun juga anak-anak. Hasil survey mengungkapkan bahwa 98% responden anak-anak di Asia Tenggara tersebut menggunakan gadget atau perangkat seluler (mobile device). Penggunaan gadget oleh anak-anak kebanyakan digunakan sebagai media atau alat bermain, yakni untuk memainkan aplikasi permainan (games).

Survei selanjutnya, yang dilakukan oleh the Asian Parent Insight, melibatkan anak-anak pada usia 6–8 tahun dan menghasilkan data bahwa konten pada gadget yang paling banyak dikonsumsi oleh para responden adalah konten permainan (games) yakni sebanyak 89% pada responden laki-laki, dan pada responden perempuan sebanyak 74%.

Karena banyaknya dampak negatif bermain gadget, maka berbagai macam permainan yang dapat dimainkan oleh anak –anak dan mempunyai banyak manfaat adalah salah satunya yaitu permainan tradisional gobak sodor, selain permainan ini merupakan pembentuk karakter, gobak sodor juga mempunyai berbagai aspek-aspek positif terhadap anak, diantaranya

yaitu perkembangan anak (motoric kasar), keaktifan, kreatifitas, kognitif, emosi, sosial (interaksi sosial), spiritual, ekologis, nilai-nilai moral dan dapat menambah gerak (aktifitas) sehingga mempengaruhi penggunaan gadget.

Permainan gobak sodor dilakukan secara bersama-sama sehingga dapat menjalin suatu kontak sosial diantara permainannya, misalnya bersenda gurau bersama, meningkatkan aktifitas anak sehingga dapat memberikan manfaat yang salah satunya adalah anak dapat menyalurkan energi yang tertumpuk, melalui permainan yang melibatkan banyak orang dan banyak aturan dapat mengenalkan anak pada lingkungan sosial yang baru dan sebagai sumber belajar [4].

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan pre-eksperimental design dengan rancangan *one group pretest-posttest design*.

Penelitian dilakukan di RW 02 desa Turus Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri. Populasinya sejumlah 103 anak usia 7-12 tahun di RW 02 desa Turus Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri, dengan jumlah sampel 31 anak usia 7-12 tahun yang memenuhi kriteria inklusi secara simple random sampling.

Variabel independen penelitian ini adalah permainan gobak sodor dan variable dependennya penggunaan gadget pada anak usia 7-12 tahun. Permainan gobak sodor dilakukan 3 kali dalam 1 minggu dengan durasi 30 menit setiap kali bermain selama 1 bulan. Pengumpulan data tentang penggunaan gadget dilakukan secara wawancara tentang durasi dan intensitas penggunaan gadget. Data dianalisa dengan menggunakan uji Wilcoxon sign rank test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Penggunaan gadget sebelum dilakukan permainan gobak sodor

Tabel 1. Penggunaan gadget sebelum dilakukan permainan gobak sodor

Kategori penggunaan gadget	Sebelum	
	N	(%)
Tinggi	16	51,6
Sedang	13	41,9
Rendah	2	6,5
Total	31	100

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 31 responden sebelum dilakukan permainan tradisional gobak sodor sebagian besar frekuensi penggunaan gadget dengan kategori tinggi yaitu dalam batas 3,75 jam sampai 6 jam sebanyak (51,6%), dalam batas 1,5 jam sampai 3 jam sebanyak (41,9%) dengan kategori sedang dan dalam batas 5 menit sampai 1 jam kategori ringan sebanyak (6,5%).

Anak usia dini yang menggunakan gadget minimal 2 jam tetapi berkelanjutan setiap hari akan mempengaruhi psikologis anak. dengan durasi penggunaan gadget yang terlalu sering sehingga membuat anak menjadi kecanduan, hal ini menyebabkan anak menjadi sering bermain gadget [5].

Faktor lingkungan menjadi penyebab penggunaan gadget, hal ini dikarenakan teman sebayanya banyak yang mempunyai gadget, mereka mengikuti trend teman-temannya, sehingga mendorong anak untuk terus bermain gadget, baik dirumah sendiri maupun berkelompok di tempat yang mempunyai fasilitas wifi.

Faktor sosial yang juga mendukung penggunaan gadget pada anak, hal ini banyak yang dipengaruhi oleh orangtuanya sendiri, ada beberapa orangtua yang sengaja memberikan gadget supaya anak tidak rewel dan tidak keluar rumah, hal ini disebabkan oleh kesibukan orangtuanya sendiri yang rata-rata memiliki pekerjaan wiraswasta, sehingga mereka jarang memperhatikan anaknya. Hal tersebut mengakibatkan pola asuh anak yang kurang baik, pola asuh terhadap anak berpengaruh terhadap perilaku anak . [3].

Saat ini menjadi trend yaitu budaya masyarakat yang setiap saat membawa gadget, bahkan saat berkumpul bersama keluarga maupun yang lainnya mereka juga asyik bermain gadgetnya sendiri-sendiri. Hal ini anak akan menirukan gaya masyarakat, padahal orantua harus tahu bahwa kebutuhan anak salah satunya adalah bermain bersama teman sebayanya, apalagi masa anak-anak adalah masa perkembangan sehingga sangat penting bagi orangtua mengetahui kebutuhan anak..

Banyaknya faktor yang mendukung penggunaan gadget tersebut, anak terbiasa dan menggunakan gadget secara terus menerus, Hal ini menyebabkan anak menjadi kurang berinteraksi dan malas, sesuai dengan teori Syantika Ebi (2017) anak bisa malas belajar, kemampuan sosialisasi yang rendah, memiliki perilaku yang salah atau menyimpang, dan pastinya juga akan berpengaruh pada kesehatan mental maupun fisiknya. Karena itulah, ini adalah tantangan yang besar bagi orang tua dimana di satu sisi orang tua tidak bisa menutup mata dari perkembangan zaman dan di sisi lain orang tua juga tidak bisa membiarkan anak usia dini ber

internet dengan bebas. Untuk itulah, orang tua perlu menyikapi permasalahan ini dengan bijak [3]. .

Penggunaan *gadget* dalam peneliti ini banyak yang berusia 11 tahun, karena pada usia 11 tahun dan masih duduk di kelas 5, sehingga mereka belum sibuk dengan kegiatan-kegiatan bimbingan belajar seperti kelas 6. Saat masa remaja awal yaitu 11- 20 tahun ditandai dengan krisis identitas, jiwa yang labil, meningkatkan kemampuan verbal untuk ekspresi diri, pentingnya teman dekat, berkurangnya rasa hormat terhadap orangtua, kecenderungan untuk berlaku kekanak-kanakan, terdapatnya pengaruh teman sebayanya terhadap hobi dan cara berpakaian. [6].

Pada masa pubertas umur 11 tahun, anak sudah memiliki *gadget* pribadi sehingga mereka bebas dalam bermain, berbeda dengan anak dibawah 11 tahun mereka masih dalam pengawasan orangtua sehingga penggunaan *gadget* masih dapat terkontrol, pada anak usia 12 tahun mereka sudah sibuk dengan aktifitas sekolah seperti bimbingan belajar karena sudah masuk kelas 6 dan akan menghadapi ujian nasional. Menurut teori Piaget ,tahap format operational stage (11-16 tahun) pada tahap ini merupakan tahap dimana anak sudah berkembang menjadi seorang remaja dan mereka sudah faham mengenai situasi nyata dan dapat memikir mengenai masa depan. Hal ini menyebabkan pada anak remaja adalah masa dimana mereka senang mencoba hal-hal menarik bersama teman-temannya, sehingga hal ini menyebabkan anak meniru trend sekarang dengan bermain *gadget* [7].

Sebagian besar responden adalah perempuan, dari 31 anak, 17 anak berjenis kelamin perempuan, sesuai dengan teori disampaikan bahwa anak laki-laki lebih menyukai permainan computer, permainan kontruksi, dan permainan strategi (militer), sementara itu anak perempuan lebih menyukai *board games* dan bermain rumah-rumahan. Hasil ini sesuai dengan teori karena pada dasarnya anak perempuan lebih menyukai permainan yang tempatnya tidak jauh dari rumah [8].

Hampir setengah dari responden yaitu anak pertama, anak pertama memiliki kedekatan yang lebih dari orangtua, sehingga segala kebutuhan dan keinginan anak dipenuhi oleh orangtua. Kemandirian emosional anak sulung, anak tengah, dan anak bungsu, dalam suatu keluarga akan berlainan. Ia mengaitkan perbedaan-perbedaan yang dimiliki setiap anak sebagai anggota suatu kelompok sosial,. Masing-masing anak memiliki kelebihan dan kelemahan, namun yang paling sering menarik perhatian dalam keluarga adalah bungsu. Hal ini sesuai bahwa orangtua lebih memerhatikan anak bungsu dari pada anak sulung , sehingga anak sulung kurang pantauan orangtua, sehingga anak sulung bebas dalam hal bermain, termasuk dengan bermain *gadget* [9].

Jumlah saudara hampir setengah dari responden adalah 2 anak, responden mengatakan bahwa orangtua sering membelikan apapun yang menjadi keinginannya, salah satunya yaitu *gadget*, menurut Marwah (2013) mempunyai anak banyak lebih dari 3 mempunyai ekonomi rendah dibandingkan orangtua yang mempunyai anak kurang dari 3 sehingga, hal ini sesuai dengan pernyataan responden bahwa

jumlah keluarga mereka ada 2. Dan ini dapat mempermudah orangtua membelikan gadget [10].

Sebagian besar responden tinggal bersama orangtuanya, pola asuh orangtua lebih baik dari pada nenek dan kakek, dengan tinggal bersama orangtua anak lebih mendapat apa yang mereka butuhkan dan inginkan. Menurut penelitian Faridiana (2016), orangtua memiliki kasih sayang yang tidak bisa dibandingkan oleh orang lain, orang tua terutama ibu akan memberikan sesuatu yang menurutnya baik untuk perkembangan anaknya [5].

Alasan penggunaa *gadget* sebagian besar adalah sebagai bermain, media belajar dan menonton hiburan, banyak nya fitur yang menarik membuat ketertarikan anak untuk terus berkeinginan menggunakan *gadget*, Penggunaan *gadget* terlalu lama akan berdampak negatif terhadap anak yaitu dapat berpengaruh terhadap karakter, kesehatan pada anak, timbulnya rasa malas belajar, kemampuan sosialisasi yang rendah, memiliki perilaku yang salah satu menyimpang, dan pastinya akan mempengaruhi kesehatan mental dan fisiknya [3].

2. Penggunaan *gadget* setelah dilakukan permainan gobak sodor

Tabel 2. Penggunaan *gadget* setelah dilakukan permainan gobak sodor

Kategori penggunaan <i>gadget</i>	Sesudah	
	N	(%)
Tinggi	5	16,1
Sedang	15	48,4
Rendah	11	35,5
Total	31	100

Sesudah dilakukan permainan gobak sodor 1 bulan, dengan 1 minggu 3 kali pertemuan penggunaan *gadget* mengalami perubahan, data yang diperoleh yaitu dalam kategori sedang 15 anak (48,4%), rendah 11 anak (35,5%) dan 5 anak masih dalam kategori tinggi (16,1%).

Banyak responden yang antusias dalam mengikuti penelitian ini, responden mempunyai ketertarikan terhadap permainan gobak sodor, sehingga mereka merasa senang mempunyai teman baru untuk bermain gobak sodor.

Sesuai dengan teori Shantika Ebi (2017) masa anak-anak adalah masa bermain dan melakukan hal yang menyenangkan, lewat bermain mereka tidak hanya merasa senang, namun secara langsung maupun tidak, anak juga bisa melatih kemampuan otak dan motoriknya, permainan tradisional gobak sodor dengan aktifitas fisik hal ini akan meningkatkan kemampuan motorik anak, terutama motorik kasar Motorik kasar merupakan perkembangan yang penting bagi anak, dengan itu anak akan tumbuh sesuai usia perkembangannya [3].

Hal ini dimanfaatkan oleh peneliti untuk merubah pola bermain anak yang sebelumnya menggunakan *gadget* dirubah menjadi bermain gobak sodor dengan kondisi yang menyenangkan. Dari situ anak akan berfikir bahwa ada hal lain yang menurut anak menarik dan mereka juga senang melakukannya.

Dengan bermain gobak sodor mereka menikmati permainan ini bersama teman-temannya, mereka mengatur strategi bersama tim menjaga kekompakan sesama tim, bersaing bersama lawan dan bersenang senang bersama, sehingga hal itu akan terjalin komunikasi dan

terbentuk suatu interaksi dan kontak sosial, dengan ini mereka akan sibuk mengatur permainan bersama teman temannya sehingga lupa dengan gadget masing-masing, hal ini yang mempengaruhi penggunaan *gadget*.

Permainan gobak sodor membutuhkan energi yang banyak karena permainan ini adalah permainan yang melibatkan aktifitas fisik, hal ini menyebabkan anak kelelahan, kondisi ini menyebabkan anak pada saat malam hari bisa relax dan tidur lebih cepat, sehingga mengurangi penggunaan *gadget*

3. Analisis pengaruh permainan gobak sodor terhadap penggunaan *gadget*

Tabel 3 Pengaruh permainan gobak sodor terhadap penggunaan *gadget*

No	Kategori penggunaan <i>gadget</i>	Sebelum		Sesudah	
		N	(%)	N	(%)
1.	Tinggi	16	51,6	5	16,1
2.	Sedang	13	41,9	15	48,4
3.	Rendah	2	6,5	11	35,5
Hasil Uji Wilcoxon		<i>p-value</i> (0,00)		α (0,05)	

. Hasil uji statistik untuk mengetahui penggunaan *gadget* peneliti menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui frekuensi dan durasi penggunaan *gadget*. Pada uji Wilcoxon didapatkan *p-value* = (0,00) pada taraf signifikan karena *p-value* < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pada permainan tradisional terhadap penggunaan *gadget* pada anak usia 7 sampai 12 tahun di desa Turus Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri.

Penggunaan *gadget* pada responden setelah dilakukan permainan gobak sodor, frekuensi dan durasi penggunaan *gadget* menurun dari yang kategori tinggi menjadi sedang, hal ini

dikaenakan beberapa faktor yaitu ketertarikan responden terhadap permainan tradisional, antusias reponden terhadap permainan tradisional, dan selalu responden yang selalu mengikuti penelitian.

Namun ada beberapa responden yang belum mengalami perubahan, hal ini dikarenakan anak yang kurang pergaulannya dengan teman-temannya, sehingga mereka kurang interaksi dan lebih memilih diam dan bermain *gadget* setelah dilakukan intervensi.

Dengan intervensi gobak sodor penggunaan *gadget*, frekuensi dan durasi semakin menurun , hal ini dikarenakan penelitian dilakukan selama 1 bulan, dalam 1 minggu, 3 kali pertemuan, penggunaan *gadget* responden berubah, dari yang sebelum dilakukan intervensi yaitu tinggi berubah setelah dilakukan intervensi yaitu sedang, hal ini dikarenakan responden selalu hadir dalam penelitian, sehingga frekuensi penggunaan *gadget* mereka berkurang, sesuai dengan teori Phillippa Lally dari University college London yang dipublikasikan dalam European jurnal of sosial psychology, rata-rata seseorang dapat beradaptas dengan perilaku barunya dalam waktu 12-254 hari, sedangkan menurut dr. Maxwell manusia memerlukan waktu sekitar 3 minggu untuk beradaptasi terhadap perubahan , sehingga dengan waktu 12 kali pertemuan dalam 1 bulan, perubahan pola bermain responden dapat menurun dikarenakan kehadiran yang aktif disaat penelitian [11].

SIMPULAN DAN SARAN

Permainan tradisional gobak sodor berpengaruh terhadap penggunaan *gadget* pada

anak usia 7-12 tahun di Desa Turus Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri..

Responden diharapkan menggunakan permainan tradisional sebagai alternatif pengganti permainan gadget. Orangtua dapat memberikan arahan dan juga batas waktu yang diberikan untuk bermain gadget, dan melakukan pengawasan saat bermain dengan teman sebayanya

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Widiawati, I, Sugiman, H & Edy. Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Daya Kembang Anak. Jakarta: Universitas Budi Luhur. E-journal Keperawatan. 2014. 6. 1-6
- [2]. Jati dan Herawati. Segmentasi Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi UAJY dalam Menggunakan Gadget. Ejournal.uajy.2014. 1-16
- [3]. Shantika Ebi. Golden Age Parenting. 2017 Yogyakarta: Psikologi Corner
- [4]. Sukarmin S R. Asuhan Keperawatan Pada Anak. 2009. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- [5]. Layyinatul Syifa, Eka Sari Setianingsih, Joko Sulianto. Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Psikologi Anak Sekolah Dasar. Jurnal Ilmiah Universitas Pendidikan Ganesha. 2019. 3.4.
- [6]. Sari. T.P dan Mitsalia. A.A. Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Personal Sosial Anak Usia Pra Sekolah Di Tkit Al Mukmin. Profesi, (Online). 2016 Vol. 13, No. 2, dalam (<http://ejournal.stikespku.ac.id> diakses 12 Februari 2017).
- [7]. Fatimah Ibda. Perkembangan Kognitif: Teori Jean Peaget. Jurnal Intelektual, 2015.3.1.27-38
- [8]. Khobir, Abdul. Upaya Mendidik Anak Melalui Permainan Edukatif. 7.2.197-208 (<http://repository.iainpekalongan.ac.id/id/eprint/3>)
- [9]. Agusriyanti Puspitorini. Kemandirian Remaja Berdasarkan Urutan Kelahiran. Jurnal Pelopor. 2012. 3.1.61-70
- [10]. Mubashiroh. Gadget, Penggunaan dan Dampak Pada Anak-Anak. Jurnal Ilmiah.2013
- [11]. Nur aini, Nidati atmaningrum, Ah Yusuf. Peningkatan Perilaku Pasien Dalam Tatalaksana Diabetes Mellitus Menggunakan Behaviour System. Jurnal Ners.2011. 6.1.1-10