

PENGENALAN KEMBALI PERMAINAN TRADISIONAL UNTUK MENGALIHKAN KETERGANTUNGAN ANAK PADA GADGET

Ilmia Pratiwi*, Syamsul Bachri

Pendidikan Profesi Guru, Sekolah Pascasarjana, Universitas Negeri Malang
Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Corresponding author, email: ilmia.pratiwi.2331747@students.um.ac.id

doi: 10.17977/um066.v3.i7.2023.4

Kata kunci

Gadget
Anak
Permainan Tradisional

Keywords

Gadgets
Child
Traditional game

Abstrak

Era globalisasi seperti sekarang menjadikan teknologi berkembang secara terus menerus. Aplikasi game online pada gadget semakin mendominasi minat pada anak dan membuat mereka semakin ketergantungan. Akibatnya interaksi sosial pada anak semakin berkurang dan secara tidak langsung dapat merusak mental serta intelektual pada anak. Penelitian ini bertujuan sebagai langkah alternatif untuk mengurangi ketergantungan gadget pada anak melalui pengenalan permainan tradisional. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Pengambilan data pada penelitian ini menggunakan pendekatan partisipatif. Berdasarkan hasil pada penelitian ini menunjukkan bahwa permainan tradisional ini dapat meningkatkan pertumbuhan anak baik secara moral, sosial emosional, maupun gerak motorik anak. Melalui permainan tradisional anak dapat melakukan gerak aktif dan mampu bersosialisasi dengan teman serta lingkungan. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat mengurangi kebiasaan anak-anak dalam menghabiskan waktu luangnya untuk bermain gadget, dan tetap terjaga kelestarian permainan tradisional di tengah kehidupan modern.

Abstract

The current era of globalization means technology develops continuously. Online game applications on gadgets increasingly dominate children's interests and make them increasingly dependent. As a result, social interaction in children is decreasing and this can indirectly damage children's mental and intellectual abilities. This research aims to be an alternative step to reduce gadget dependence in children through the introduction of traditional games. This study used qualitative research methods. Data collection in this research used a participatory approach. Based on the results of this research, show that this traditional game can increase children's growth both morally, socially emotionally, and in children's motor movements. Through traditional games, children can move actively and socialize with friends and the environment. With this research, it is hoped that it can reduce children's habits of spending their free time playing with gadgets and maintain the preservation of traditional games in modern life.

1. Pendahuluan

Perkembangan teknologi saat ini menjadi sangat pesat. Teknologi dapat dijumpai dalam berbagai bidang kehidupan sehari-hari. Hal ini terjadi karena adanya tuntutan global yang seolah mengharuskan setiap orang bisa menggunakan teknologi dalam kehidupan mereka. Dengan demikian setiap orang akan berlomba-lomba menggunakan atau memiliki teknologi terbaru dan tercanggih. Tidak hanya pada kalangan orang dewasa saja melainkan juga anak-anak yang menjadi konsumen aktif produk-produk teknologi terutama gadget. Banyak produk-produk elektronik dan gadget yang menjadikan anak-anak sebagai target pasar mereka. Sehingga, anak-anak cenderung ketergantungan terhadap gadget. Bahkan kegiatan sehari-hari seperti saat makan, belajar, bermain bahkan sampai saat tidur tidak dapat terlepas dari gadget. Dalam hal ini seringkali orangtua tidak dapat melakukan banyak hal selain menuruti keinginan anak. Hal semacam ini sering dijumpai pada

anak yang orang tuanya sedang bekerja dan sangat sibuk sehingga mereka akan menuruti keinginan anak supaya anak tidak mengganggu pekerjaan mereka (Sunita & Mayasari, 2018).

Kemajuan teknologi telah mempengaruhi gaya hidup dan pola pikir masyarakat, terutama dikalangan anak-anak. Ketika dahulu siswa bersekolah dengan hanya membawa buku-buku pelajaran ataupun alat tulis sambil mengobrol dan bercanda dengan teman-teman disampingnya. Saat ini dapat disaksikan para siswa berangkat sekolah dengan HP sebagai bawaan wajib dan mereka akan sibuk dengan HP ditangan tanpa memperhatikan disekitarnya. Menurut (Wahyudi & Sukmasari, 2014) dampak negatif dari penggunaan gadget secara terus- menerus adalah terjadinya degradasi moral pada anak seperti bullying, kurang sopannya perilaku anak terhadap orangtua, kekerasan atau perkelahian antar teman, dan masih banyak lagi. Kemampuan sosial emosional anak juga akan menurun. Anak akan lebih suka berada didepan layar gadget secara berlebihan. Kurangnya kemampuan interaksi dengan lingkungan sekitar membuat anak memiliki sifat egosentris dalam dirinya. Kurang bergerak atau sering disebut sebagai *sedentary lifestyle* juga merupakan masalah yang banyak terjadi pada anak saat ini. Karena efek kecanduan anak dalam bermain gadget membuat mereka lebih memilih berdiam diri sambil memainkan gadget daripada melakukan kegiatan yang membutuhkan gerak aktif.

Permainan merupakan aktivitas yang disukai anak-anak dan sering dicari saat waktu senggang. Melalui permainan, anak-anak dapat bergerak dan bersosialisasi dengan teman-teman serta lingkungan sekitar tanpa merasa terpaksa. Salah satu jenis permainan yang dekat dengan budaya dan memiliki manfaat dalam meningkatkan keterampilan motorik, sosial-emosional, serta nilai moral anak adalah permainan tradisional. Menurut Rahmawati dan Patria (2018), permainan tradisional merupakan hasil penggalian budaya Indonesia yang mengandung banyak nilai pendidikan moral dan sosial-emosional. Melalui permainan tradisional, anak-anak belajar berkompetisi secara sehat, mengembangkan kepemimpinan, ketekunan, imajinasi, kreativitas, kepatuhan terhadap aturan, dan rasa demokratis. Selain itu, permainan tradisional juga meningkatkan daya tahan tubuh, memperluas eksplorasi lingkungan, dan menumbuhkan keberanian mencoba hal-hal baru. Permainan ini juga secara tidak langsung mendekatkan anak-anak dengan alam dan lingkungan sekitar mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengurangi ketergantungan anak-anak pada gadget melalui pengenalan kembali permainan tradisional. Judul penelitian ini adalah "Pengenalan Kembali Permainan Tradisional untuk Mengalihkan Ketergantungan Anak pada Gadget".

2. Metode

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dimana dalam prosesnya terdapat pemahaman mengenai hal apa saja yang akan dilakukan selanjutnya (Sarwono, 2006). Untuk teknik pengambilan datanya menggunakan pendekatan partisipatif. Pendekatan partisipatif merupakan pendekatan yang digunakan dalam rangka pengabdian kepada masyarakat dengan melibatkan langsung masyarakat tersebut sebagai pelaku utama (Nurman, 2015). Selanjutnya pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan sosialisasi secara langsung. Sosialisasi adalah proses interaksi dengan beberapa individu lain yang akan dibimbing melalui saling sharing, serta memberikan beberapa inti penjelasan untuk mereka pahami agar saling memberikan manfaat dan pengetahuan secara luas (Sutaryo, 2004).

Sosialisasi dilakukan secara langsung dengan tujuan agar para orang tua dapat memantau tumbuh kembang pada anak dengan mengimbangi antara bermain diluar dengan bermain gadget dirumah. Kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan tema "Sosialisasi Kecanduan Gadget melalui Pengenalan Kembali Permainan Tradisional" pelaksanaan bertempat di Kaplingan Jalan Mawar, Desa Kebonsari, Kecamatan Sumbersuko, Kabupaten Lumajang. Dengan melibatkan sekitar 6 orang tua serta 6 anak mereka yang duduk di bangku SD untuk meninjau dan melihat secara langsung proses sosialisasi yang dilakukan. Selain itu, untuk melihat beberapa macam jenis kegiatan yang dilakukan untuk mengantisipasi anak mengalami kecanduan pada gadget dengan diimbangi permainan tradisional. Sosialisasi ini mengajarkan beberapa permainan tradisional kepada anak-anak, diantaranya egrang, gerobak sodor, bentengan serta cara membuat dan memainkan pistol mainan dari pelepah pisang.

Langkah pertama yang dilakukan pada pengabdian masyarakat ini yaitu mengumpulkan beberapa orang tua juga anak mereka. Selanjutnya yaitu mempresentasikan materi mengenai

“Sosialisasi Kecanduan Gadget dengan Memperkenalkan kembali Permainan Tradisional” dimana saya menjelaskan bagaimana cara mengatasi anak yang telah kecanduan gadget tersebut. Tahap selanjutnya yaitu memberikan kesempatan kepada para orang tua untuk bertanya mengenai presentasi yang telah disampaikan kemudian saya menjawab pertanyaan yang telah diajukan. Selanjutnya saya memberikan pengarahannya bagaimana cara mengatasinya dengan kegiatan pengenalan kembali permainan tradisional pada anak. Dan untuk mengetahui perkembangan anak, setelah mengadakan sosialisasi yaitu membentuk sebuah grup di Whatsapp yang beranggotakan para orang tua yang turut serta hadir pada sosialisasi yang telah dilaksanakan. Hal tersebut bertujuan agar orang tua dapat melaporkan perkembangan anak setelah mengikuti sosialisasi.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Gadget dan Kecanduan

Perkembangan teknologi dan informasi pada zaman modern berkembang sangat cepat. Berbagai macam teknologi telah diciptakan dengan tujuan untuk mempermudah manusia dalam melakukan kegiatan. Salah satu penemuan teknologi tersebut yaitu gadget. Gadget merupakan suatu perangkat elektronik kecil dimana memiliki tujuan dan fungsi khusus yang berguna untuk mengunduh informasi-informasi terbaru dengan berbagai teknologi dan fitur yang dimilikinya sehingga sangat mempermudah manusia dalam melakukan kegiatan sehari-hari (Setianingsih et al., 2018). Macam-macam dari gadget yang sering ditemui antara lain smartphone, laptop, tablet PC, dan video game. Tidak dapat dipungkiri saat ini hampir semua orang pasti memiliki gadget, mulai dari anak-anak sampai orang dewasa. Bahkan tidak jarang satu orang memiliki lebih dari satu gadget, entah hal tersebut merupakan kepentingan dalam pekerjaan ataupun hanya keinginan mereka saja. Penggunaan gadget diprediksi akan terus meningkat seiring berjalannya waktu. Pada tahun 2015, populasi pengguna gadget di Indonesia mencapai 28,6%. Selanjutnya pada tahun 2018, 56,2 % atau lebih dari setengah populasi di Indonesia menggunakan gadget. Dan diprediksi hingga tahun 2025, di Indonesia setidaknya populasi pengguna gadget mencapai 89,2%. Menurut (Chusna, 2017), secara umum gadget memiliki fungsi dan manfaat sebagai berikut:

a. Alat Komunikasi

Zaman telah berkembang menjadi modern, dimana dengan teknologi yang telah diciptakan bertujuan untuk memudahkan manusia. Pada zaman dahulu untuk berkomunikasi dengan keluarga, sahabat, atau siapapun yang berada di tempat yang jauh, menuliskan sebuah surat yang nantinya dikirim lewat pos. Namun seiring dengan berkembangnya zaman, dapat berkomunikasi dengan mudah yaitu melalui gadget dalam kondisi apapun.

b. Sosial

Dengan berbagai fitur yang ada pada sebuah gadget, dapat memperoleh informasi ataupun cerita dengan mudah. Dengan pemanfaatan tersebut dapat menambah teman tanpa harus bertemu secara langsung.

c. Pendidikan

Berkembangnya zaman menuntut untuk tidak harus belajar hanya dari satu sumber yaitu buku. Dengan adanya gadget, dapat mengakses berbagai ilmu pengetahuan secara mudah. Ilmu pengetahuan apapun bisa didapatkan dengan fitur yang tersedia tanpa harus pergi ke perpustakaan.

Fungsi utama penggunaan gadget pada orang tua yaitu sebagai alat komunikasi dan juga alat bantu dalam melakukan pekerjaan. Sedangkan pada usia anak-anak gadget cenderung digunakan hanya untuk hiburan. Dengan fitur-fitur atau aplikasi game yang tersedia, tentunya sangat menarik bagi mereka. Aplikasi game yang dihadirkan dengan berbagai macam karakter yang menarik akan membuat anak-anak ingin terus memainkannya. Ketika seorang anak memainkan gadgetnya sepanjang waktu dan secara berlebihan, anak tersebut dapat dikatakan kecanduan gadget. Berikut ini beberapa faktor yang membuat seseorang kecanduan terhadap gadget menurut (Asif & Rahmadi, 2017) diantaranya:

a. Faktor Internal

Faktor internal disebut juga dorongan yang timbul dari dalam individu. *Pertama*, disebabkan oleh faktor internal yaitu *sensation seeking* yang tinggi. *Sensation seeking* adalah keadaan dimana individu berkeinginan untuk selalu mencari pengalaman baru, dan individu ini cenderung memiliki tingkat kebosanan yang tinggi dalam melakukan aktivitas rutinnnya. *Kedua*, *self esteem* yang rendah. *Self esteem* dapat dikatakan pandangan seseorang mengenai dirinya sendiri.

Individu yang memiliki *self esteem* yang rendah akan cenderung merasa kurang nyaman ketika berinteraksi dengan individu lain sehingga lebih memilih menghabiskan waktunya dengan gadget. *Ketiga*, adalah kontrol diri yang rendah. Ketika individu kurang dapat mengontrol dirinya dengan baik maka individu tersebut akan rentan mengalami kecanduan.

- b. Faktor Situasional
Faktor ini mengarah pada penggunaan gadget merupakan sarana yang membuat seorang individu merasa nyaman ketika menghadapi situasi yang kurang nyaman seperti ketika mengalami stress, bersedih hati, merasa bosan, dan ketika waktu luang tidak memiliki kegiatan maka gadget merupakan pelarian mereka.
- c. Faktor Sosial
Faktor sosial tersebut diartikan sebagai kecanduan gadget merupakan sarana agar dapat berinteraksi dan juga menjaga kontak dengan individu lain.
- d. Faktor Eksternal
Faktor eksternal merupakan faktor yang asalnya bukan dari individu itu sendiri melainkan dari orang lain bisa keluarga atau lingkungan sekitar.

Faktor yang biasanya melatarbelakangi anak kecanduan terhadap gadgetnya adalah faktor internal dan faktor eksternal. Anak-anak masih belum bisa mengontrol dirinya dengan baik dalam penggunaan gadget sehingga diperlukan pengawasan yang tepat pada mereka. Dan dalam pengawasannya orang tua merupakan pihak yang bertanggung jawab untuk dapat membantu anak mengontrol diri mereka. Namun, nyatanya beberapa orang tua masih belum mengawasi anak mereka dengan baik. Beberapa orang tua memberi anak gadget canggih sesuai dengan keinginan mereka. Orang tua yang bekerja diluar rumah menggunakan gadget sebagai alat untuk memantau aktivitas dan berkomunikasi dengan anak mereka. Sedangkan ibu rumah tangga memberi gadget kepada anak mereka untuk mengalihkan perhatian anak agar tidak mengganggu aktivitas ibu dalam melakukan pekerjaan rumah. Sehingga, anak akan merasa bosan dan mulai mencoba berbagai fitur menarik dalam gadget mereka. Mulai dari hal tersebut anak-anak akan meninggalkan dunia bermain mereka dan fokusnya beralih pada gadget, dan anak menjadi individualis dan kurang peka pada lingkungan sekitar (Chusna, 2017).

3.2. Dampak Kecanduan Gadget pada Anak

Gadget merupakan suatu teknologi yang diciptakan untuk mempermudah aktivitas manusia. Banyak sekali manfaat dari penggunaan sebuah gadget, namun jika gadget digunakan secara berlebihan terutama oleh anak-anak maka gadget dapat dikatakan sebagai dampak buruk. Suatu hal jika dilakukan secara berlebihan memanglah tidak baik, begitu puladengan seorang anak yang kecanduan pada gadgetnya. Berikut ini beberapa dampak negatif akibat penggunaan gadget pada perkembangan anak dimana membuat mereka menjadi ketagihan dan akhirnya kecanduan menurut (Chusna, 2017):

- a. Waktu yang terbuang dengan sia-sia. Ketika anak-anak sudah asyik bermain dengan gadget, maka mereka akan sering lupa waktu. Mereka akan fokus pada gadget sehingga melupakan waktu untuk beribadah, belajar, dan juga makan.
- b. Perkembangan otak. Penggunaan gadget yang berlebihan dalam kegiatan sehari-hari akan mengganggu perkembangan otak anak. Hal tersebut akan menimbulkan hambatan dalam kemampuan berkomunikasi sehingga hal tersebut akan menghambat kemampuan anak dalam mengekspresikan pikiran mereka.
- c. Berbagai macam fitur telah tersedia di dalam gadget, dan belum tentu semua fitur tersebut cocok untuk diakses oleh anak-anak.
- d. Gangguan kesehatan. Ketika anak-anak terlalu sering menatap gadget maka akan mengganggu kesehatan mereka terutama mata. Hal tersebut akan mengurangi minat baca anak karena mereka terbiasa melihat objek yang bergambar dan juga bergerak. Selain itu gejala lain yang biasa dirasakan adalah ketika menggunakan gadget terlalu lama ialah kepala pusing dan juga badan akan terasa pegal-pegal karena berada dalam posisi yang tetap sehingga kurang bergerak.
- e. Hilangnya minat anak untuk melakukan kegiatan dan aktivitas bermain lainnya. Hal tersebut tentunya akan membuat anak memiliki sifat individualis atau menyendiri karena terus bermain dengan gadgetnya dan tidak bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Ketika memasuki akhir pekan, mereka akan lebih memilih untuk memainkan gadget seharian daripada bermain dengan teman-teman sebayanya.

- f. Menjadi emosional. Ketika anak bermain gadgetnya ia akan menghiraukan sesuatu disekitarnya anak cenderung akan marah ketika aktivitas bermainnya dengan gadget terganggu.

Dengan adanya beberapa dampak negatif tersebut maka perlunya pembatasan pemberian gadget pada anak, hal tersebut dapat dilakukan dengan beberapa cara berikut (Handayani et al., 2020):

- a. Disiplin dan tegas
Terkadang orang tua mengalah dengan memberikan gadget pada anak ketika melihat mereka menangis memintanya. Hal tersebut tentunya akan membuat anak manja dan rewel ketika tidak diberikan sesuatu yang mereka mau. Sehingga orang tua harus tegas dan disiplin pada anak agar mereka sedikit jera.
- b. Membatasi waktu pemakaian gadget
Para orang tua harus tegas dalam memberi batas waktu pemakaian gadget pada anak sehingga mereka tidak akan memainkan gadgetnya secara berlebihan. Dan jika anak berhasil pada awal percobaan mungkin orang tua dapat memberi mereka sebuah reward sehingga anak akan merasa senang
- c. Memperbanyak aktivitas anak
Orang tua harus memikirkan beragam aktivitas di luar atau di dalam rumah agar anak tidak terlalu fokus pada gadgetnya. Contohnya seperti mengajak mereka menggambar, berolahraga, dan kegiatan lainnya yang bermanfaat bagi tumbuh kembang mereka.
- d. Mengajak anak untuk bermain dengan temannya
Orang tua dapat mengajak mereka untuk bermain ke rumah teman mereka atau mengajak teman anak kerumah. Dengan mengajak anak bergaul dengan teman maka hal tersebut akan membuat anak lupa pada gadgetnya
- e. Menyediakan alternatif
Cara untuk mengurangi anak kecanduan pada gadgetnya yaitu orang tua harus menyediakan mainan alternatif untuk mereka. Contohnya orang tua dapat memperkenalkan kembali permainan tradisional pada mereka. Selain untuk terus menjaga kelestarian permainan tradisional, banyak manfaat yang juga didapat dengan memainkannya.

3.3. Permainan Tradisional Sebagai Alternatif Penyelesaian

Mencegah dan menanggulangi dampak kecanduan gadget terutama pada anak dapat dilakukan alternatif penyelesaian masalah dengan cara mengenalkan permainan tradisional pada anak. Permainan tradisional merupakan hiburan hasil budaya turun temurun yang memiliki fungsi dan nilai yang dapat membangun karakter bagi anak. Permainan tradisional tidak hanya sekedar bermain secara menyenangkan tetapi didalamnya juga mengajarkan keterampilan, kreativitas, ketangkasan, kerjasama, berolah raga dan juga kesopanan. Namun sayangnya permainan tradisional saat ini keberadaannya sering dilupakan dan mulai tergantikan oleh gadget.

Berangkat dari masalah tersebut, saya berinisiatif untuk mengadakan sosialisasi mengenai bahaya kecanduan gadget dan juga pengenalan mainan dan permainan tradisional. Sosialisasi tersebut nantinya akan dihadiri oleh 12 orang yang terdiri dari 6 anak beserta orang tua masing - masing. Yang dimana dalam sosialisasi tersebut kami akan memaparkan mengenai dampak - dampak dari kecanduan gadget, penyebab mengapa seorang anak dapat kecanduan terhadap gadget, serta solusi agar anak dapat mengurangi penggunaan gadget. Dan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi kecanduan gadget pada anak yaitu berupa pengenalan mainan dan permainan tradisional kepada anak. Sehingga diharapkan nantinya anak - anak lebih tertarik untuk bermain permainan tradisional dibandingkan bermain gadget, dengan begitu dapat mencegah dan menanggulangi kecanduan gadget pada anak.

Berikut ini beberapa permainan dan mainan tradisional yang kami sosialisasikan, diantaranya yaitu: permainan bentengan (permainan tradisional ini dilakukan secara berkelompok dan membutuhkan kerjasama tim yang kuat), gerobak sodor (sama seperti bentengan permainan tradisional ini juga membutuhkan kerjasama tim yang kuat), egrang (permainan tradisional yang melatih keseimbangan dan ketangkasan yang dilakukan secara berkelompok), tembak - tembakan dari pelepah pisang (permainan tradisional ini membutuhkan pelepah pisang dalam membuat tembak - tembaka), dan banyak lagi yang lainnya.

Setelah sosialisasi tersebut dilaksanakan, selanjutnya membentuk grup whatsapp yang beranggotakan para orang tua dari anak - anak yang telah mengikuti sosialisasi. Pembentukan grup whatsapp tersebut bertujuan untuk memantau kegiatan anak apakah dari adanya sosialisasi yang telah dilaksanakan mampu mengatasi atau mengurangi kecanduan penggunaan gadget pada anak. Dari hasil laporan para orang tua menjelaskan bahwa sosialisasi yang telah dilaksanakan membuahkan hasil. Yang dimana membuat anak mereka perlahan dapat mengurangi waktu penggunaan gadget. Dan bagi orang tua kami dianggap sebagai pengingat ketika anak mulai lupa waktu dalam bermain gadget. Para orang tua akan mengingatkan kembali kepada anak mengenai bahaya gadget yang telah disampaikan pada sosialisasi tersebut. Selanjutnya anak - anak juga mulai menyukai permainan tradisional yang telah dikenalkan kepada mereka, walaupun mereka tidak memainkannya setiap saat. Kemudian berdasarkan laporan dari salah satu orang tua, memberikan kabar bahwa anaknya yang semula ketergantungan terhadap game online yang ada digadget mulai dapat meninggalkan game tersebut.

3.4. Manfaat Permainan Tradisional pada Anak

Masa anak-anak adalah masa yang penuh dengan kegiatan bermain, bahkan di sekolah mereka sering belajar hal baru melalui permainan. Bermain merupakan kebutuhan alamiah anak yang tidak hanya untuk kesenangan, tetapi juga berfungsi sebagai media belajar. Melalui bermain, anak-anak dapat mempelajari hal-hal baru yang sebelumnya tidak mereka ketahui (Hayati & Putro, 2021). Menurut Nur (2013), bermain memberikan nilai-nilai penting bagi anak, seperti meningkatkan kemampuan pemecahan masalah, menstimulasi perkembangan bahasa dan kemampuan verbal, mengembangkan keterampilan sosial, dan menjadi wadah untuk mengekspresikan emosi.

Dalam Best Play (Iswinarti, 2010) menyebutkan bahwa bermain juga memiliki dampak pada bidang kehidupan anak, diantaranya:

- a. Bermain memiliki peran penting dalam belajar. Bermain dapat memberi kesempatan kepada anak agar dapat memahami apa yang mereka pelajari dalam pendidikan formal. Sehingga bermain menjadi hal penting bagi anak agar memperoleh "bukan informasi umum, melainkan midset umum dalam memecahkan suatu masalah".
- b. Bermain ialah pusat dari perkembangan fisik dan kesehatan mental yang baik untuk anak. Aktivitas fisik tersebut meliputi kegiatan berolahraga yaitu untuk meningkatkan koordinasi dan juga keseimbangan tubuh serta mengembangkan keterampilan dalam pertumbuhan anak. Untuk kesehatan mental sendiri yaitu bermain membantu anak untuk membangun dan mengembangkan daya tahan mereka pada tekanan dalam hidup.
- c. Bermain memberi kesempatan pada anak untuk menguji mereka dalam menghadapi suatu bahaya dan tantangan.

Kegiatan bermain umumnya berkaitan dengan sebuah permainan. Menurut (Nur, 2013) menyebutkan bahwa permainan merupakan keadaan bermain dimana berkaitan dengan beberapa aturan dan tujuan tertentu yang menghasilkan kegiatan dalam bentuk tindakan bertujuan. Salah satu permainan tersebut yaitu permainan tradisional. Permainan tradisional memiliki banyak sekali manfaat dan sisi positif untuk anak. Melalui permainan tradisional anak tidak hanya sekedar bermain tetapi juga belajar tentang diri mereka sendiri, orang lain, maupun lingkungan. Selain itu, permainan tradisional juga dapat mengembangkan aspek lainnya seperti motorik kasar, motorik halus, bahasa, dan emosi. Disamping itu, permainan tradisional yang lebih banyak dimainkan secara berkelompok dapat meningkatkan aspek psikis seperti keterampilan, semangat berkompetisi, kejujuran, toleransi, dan kerjasama antar tim, yang dimana sangat berguna dalam pembentukan karakter pada anak untuk kedepannya. Permainan tradisional juga tidak hanya sebagai pembentukan karakter saja tetapi juga dapat melatih gerak psikomotor.

4. Simpulan

Penggunaan gadget yang berlebihan pada kalangan anak SD atau dibawah umur dapat membuat anak menjadi kecanduan apabila tidak mengatur batas waktu pemakaiannya. Terdapat beberapa faktor yang dapat membuat anak menjadi kecanduan gadget, salah satunya yaitu kurangnya peran orang tua dalam memperhatikan aktivitas anak khususnya ketika bermain gadget sehingga nantinya dapat berdampak buruk bagi anak. Anak yang mengalami kecanduan gadget akan sulit menghiraukan temannya dan anak tersebut hanya akan fokus dengan layar gadgetnya saja. Hal tersebut dapat disebabkan karena kurangnya perhatian orang tua untuk mengatur waktu batas

pemakaian penggunaan gadget. Namun, terdapat solusi bagi anak supaya mereka tidak kecanduan gadget salah satunya dengan memperkenalkan kembali permainan tradisional yang belum mereka ketahui atau mulai terlupakan. Beberapa permainan yang diperkenalkan kembali kepada anak diantaranya: gobak sodor, bentengan, egrang, serta secara khusus mengajarkan mereka bagaimana cara membuat pistol mainan yang terbuat dari pelepah pohon pisang. Sosialisasi yang telah dilaksanakan bertujuan untuk memperkenalkan permainan tradisional dan mengurangi atau mengatasi kecanduan gadget pada anak.

5. Daftar Rujukan

- Asif, A. R., & Rahmadi, F. A. (2017). Jurnal Kedokteran Diponegoro. 6(2), 148-157.
- Chusna, P. A. (2017). Pengaruh Media Gadget pada Perkembangan Karakter Anak. Jurnal Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan, 17(2), 315-330.
- Handayani, L., Wijaya, C. S., & Dewi, M. K. (2020). Edukasi Pola Asuh dan Bahaya Penggunaan Gadget. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat UBB, 7(1), 1-9.
- Hayati, S. N., & Putro, K. Z. (2021). Bermain dan Permainan Anak Usia Dini. Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini, 4(1).
- Iswinarti. (2010). Nilai-nilai Terapiutik Permainan Tradisional Engklek pada Anak Usia Sekolah Dasar. Jurnal HUMANITY, 6(1), 41-44.
- Nur, H. (2013). Membangun Karakter Anak Melalui Permainan Anak Tradisional. Jurnal Pendidikan Karakter, 3(1), 87-94.
- Nurman. (2015). Strategi Pembangunan Daerah. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Rahmawati, C., & Patria, A. S. (2018). Perancangan Flap Book sebagai Sarana Pengenalan Permainan Tradisional Indonesia untuk Anak Usia 7-10 Tahun. Jurnal Seni Rupa, 6(1), 816-822.
- Sarwono, J. (2006). Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif (Edisi Pert). Yogyakarta: Penerbit Graha Ilmu.
- Setianingsih, Ardani, A. W., & Khayati, F. N. (2018). Dampak Penggunaan Gadget pada Anak Usia Pra Sekolah dapat Meningkatkan Resiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas. Jurnal GASTER, 16(2), 191-205.
- Sunita, I., & Mayasari, E. (2018). Pengawasan Orang Tua Terhadap Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak. Jurnal Endurance, 3(3), 510-514.
- Sutaryo. (2004). Dasar-Dasar Sosialisasi. Jakarta: Rajawali Press.
- Wahyudi, H. S., & Sukmasari, M. P. (2014). Teknologi dan Kehidupan Masyarakat. Jurnal Analisa Sosiologi, 3(1), 13-24.