Abdimas Altruis: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat
e-ISSN 2620-5513, p-ISSN 2620-5505, Vol. 9, No. 1, April 2026, hal. 73-80
http://ejournal.usd.ac.id/index.php/ABDIMAS
Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta

EDUKASI "*GADGET* SEHAT UNTUK ANAK HEBAT" DENGAN *READ-ALOUD* DAN PERMAINAN EDUKATIF NONDIGITAL PADA ANAK

Elisabeth Dwi Anggraeni[1], Ratri Sunar Astuti[2], Diana Permata Sari[3], Cecilia Paulina Sianipar[4], Trivena Cantika Stefani Soenarjo[5], Zefanya Putri Armanita[6]
[1-,3,5,6]Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma
[4]Program Studi Pendidikan Keagamaan Katolik, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sanata Dharma
*email korespondensi: elisabethda@usd.ac.id
https://doi.org/10.24071/aa.v9i1.26
dikirimkan 25 Oktober 2025; 22 Mei 2026

Abstract

Excessive gadget use in early childhood can negatively affect their motor, social, and emotional development. Based on a survey conducted at GKJ Condongcatur, 60% of parents reported signs of gadget dependency in their children, such as crying when the gadget was taken away and difficulty concentrating. The community service activity titled "Healthy Gadgets for Great Kids" aimed to increase Sunday School children's understanding of healthy gadget use while encouraging active play and social interaction. The methods used included interactive education activities through read-aloud storytelling and educational games such as assembling puzzles, flashcards, daily schedule clocks, and playing "Simon Says". The results showed children's understanding of screen time limits, recognition of good and bad behaviors, and awareness of alternative activities such as outdoor play and helping parents. Children also demonstrated high enthusiasm and interaction with these educational activities. This program shows potential as a community education model to foster healthy digital awareness from an early age.

Keywords: community service, digital literacy, early childhood, healthy gadgets, interactive education,

PENDAHULUAN

Era digital telah menjadikan perangkat elektronik seperti *smartphone* dan *tablet* (disebut juga sebagai *gadget* atau gawai) sebagai bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, bahkan di kalangan anak usia dini. Peningkatan kepemilikan dan aksesibilitas gawai telah menyebabkan anak-anak terpapar teknologi digital pada usia yang semakin muda (Bhat et al., 2023; Terras & Ramsay, 2016). Selain itu, penggunaan gadget yang berlebihan seperti *screen time* yang tinggi pada anak telah menimbulkan kekhawatiran di kalangan orang tua, pendidik, dan peneliti terkait potensi dampak negatifnya terhadap kesehatan fisik dan perkembangan anak (Bhat et al., 2023; Chaibal & Chaiyakul, 2022; Domoff et al., 2019; Setiawati et al., 2023).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa durasi penggunaan *gadget* pada anak-anak berkorelasi dengan masalah perkembangan (Chaibal & Chaiyakul, 2022). Di Indonesia, rata-rata anak usia prasekolah dilaporkan menggunakan *gadget* selama tiga jam sehari (Setiawati et al., 2023). *American Academy of Pediatrics* (AAP) dan *Canadian Paediatrics Society* merekomendasikan ketentuan penggunaan *gadget* berupa pembatasan waktu layar (*screen time*) untuk anak usia 3 hingga 5 tahun tidak lebih dari satu hingga dua jam per hari (Chaibal & Chaiyakul, 2022; Setiawati et al., 2023; Terras & Ramsay, 2016). Penggunaan *gadget* yang melebihi durasi yang direkomendasikan ini berpotensi menimbulkan risiko berbahaya bagi anak-anak.

Salah satu dampak negatif dari penggunaan *gadget* yang berlebihan adalah risiko terhambatnya perkembangan motorik. Anak-anak usia prasekolah yang duduk lama dan hanya berkonsentrasi pada *smartphone* cenderung kurang bergerak atau kurang terlibat dalam aktivitas fisik yang mendorong perkembangan motorik kasar (Bhat et al., 2023; Chaibal & Chaiyakul, 2022). Selain itu, penggunaan *gadget* yang berlebihan juga berkorelasi dengan risiko gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas (Bhat et al., 2023; Setiawati et al., 2023), gangguan tidur (Bhat et al., 2023; Domoff et al., 2019), serta potensi kesulitan fokus dan peningkatan ketergantungan pada *gadget* untuk hiburan seperti menonton kartun atau

This work is licensed under CC BY-SA.
Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License

bermain *game* (Bhat et al., 2023; Chaibal & Chaiyakul, 2022; Setiawati et al., 2023). Masalah ini diperburuk oleh fenomena anak yang mencontoh perilaku orang tua atau pengasuh mereka. Penelitian dari Chaibal dan Chaiyakul (2022) menunjukkan bahwa durasi penggunaan *gadget* pada anak memiliki korelasi positif dan signifikan dengan durasi penggunaan *gadget* oleh ibu dan kerabatnya.

Bhat, et al. (2023) menyatakan bahwa intervensi langsung perlu diberikan kepada anak-anak untuk membangun kesadaran dan kemampuan mengatur diri sendiri (regulasi diri) sejak dini mengenai penggunaan *gadget* yang sehat. Berdasarkan survei yang dilakukan kepada para orang tua di GKJ Condongcatur pada tahun 2025 ini, ditemukan beberapa fakta penting terkait penggunaan *gadget* pada anak-anak sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Survei Penggunaan *Gadget* Anak di GKJ Condongcatur.

Indikator	Persentase
Anak menggunakan *gadget* >5 jam/hari	10%
Anak menggunakan *gadget* 1-3 jam/hari	40%
Anak mengakses konten hiburan (misalnya: film)	60%
Anak mengakses konten media sosial (misalnya: Instagram/Tiktok)	20%

Sebanyak 60% orang tua di GKJ Condongcatur juga melaporkan bahwa anak mereka menangis saat *gadget* diambil, sulit berkonsentrasi, dan menunjukkan tanda gangguan perkembangan lainnya. Permasalahan tersebut mencerminkan adanya gangguan emosi dan hambatan perkembangan pada anak. Solusi yang diberikan untuk mengatasi permasalahan penggunaan *gadget* ini adalah memberikan pendekatan edukasi yang menyenangkan kepada anak-anak Sekolah Minggu di GKJ Condongcatur secara langsung melalui program berjudul "*Gadget* Sehat untuk Anak Hebat". Tujuan utama dari kegiatan edukasi pengabdian kepada masyarakat ini adalah: (1) memberikan pengetahuan pada anak-anak Sekolah Minggu tentang dampak positif dan negatif penggunaan *gadget* terhadap perkembangan mereka; (2) mendorong anak-anak untuk dapat membedakan antara penggunaan *gadget* yang berlebihan dan penggunaan yang sehat, termasuk pentingnya membatasi waktu layar (*screen time*); (3) mempromosikan aktivitas alternatif yang melibatkan interaksi sosial langsung (*face-to-face*) dan aktivitas motorik untuk mendukung perkembangan anak. Pendekatan edukasi yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah *read-aloud* (membaca nyaring) dan permainan edukasi nondigital yang menyenangkan.

Pendekatan *read-aloud* (membaca nyaring) merupakan komponen penting dalam meningkatkan keterampilan literasi dan bahasa anak melalui interaksi langsung dan pengalaman bersama (Radesky & Christakis, 2016). Dalam konteks perkembangan anak, aktivitas yang menggunakan interaksi tatap muka lebih efektif untuk pembelajaran dibandingkan aktivitas yang interaksinya hanya melalui layar. Penelitian menunjukkan bahwa video edukasi berisikan pembelajaran kata-kata baru untuk anak di bawah usia 2,5 tahun memiliki pengaruh yang sangat terbatas, kecuali jika pengasuh ikut menonton (*coviewing*), mengajar, dan mengulangi kata-kata tersebut dalam interaksi sehari-hari (Radesky & Christakis, 2016). Hal ini menekankan pentingnya peran aktif orang dewasa dalam memediasi pembelajaran. Selain itu, ketika orang tua membaca buku digital bersama anak, mereka cenderung lebih jarang menggunakan strategi membaca dialogis (seperti memberi label objek atau mengajukan pertanyaan terbuka) dan lebih sering mengomentari fungsi perangkat digital itu sendiri (misalnya, "tekan ini"). Aktivitas *read-aloud* yang melibatkan interaksi langsung antara orang tua atau pengasuh dengan anak seperti diskusi dan komunikasi suportif sangat penting dilakukan untuk mendukung perkembangan bahasa dan keterampilan sosial mereka. Interaksi tatap muka (*face-to-face*) sepanjang masa kanak-kanak merupakan faktor inti yang berdampak pada perkembangan kompetensi sosial anak (Bhat et al., 2023; Chaibal & Chaiyakul, 2022). Oleh karena itu, pendekatan *read-aloud* menggunakan buku fisik membantu mempertahankan fokus pada konten pembelajaran, meningkatkan keterampilan bahasa dan literasi, serta memfasilitasi komunikasi yang diperlukan untuk pengembangan aspek sosial dan emosional.

Permainan nondigital edukatif merupakan aktivitas bermain yang penting untuk mendukung perkembangan holistik anak usia dini (Alotaibi, 2024; Zuceti et al., 2024). Permainan ini memerlukan kontak fisik tanpa bantuan dari perangkat digital (Lai et al., 2018). Contoh permainan nondigital meliputi permainan papan (*board games*), teka-teki (*puzzle*), dan alat manipulatif berguna sebagai pembelajaran berbasis permainan (*game-based learning*). Permainan *puzzle* yang dipadukan pada tema edukasi bermanfaat dalam membantu proses pemahaman dan pembelajaran anak. Permainan nondigital sangat efektif karena memberikan lebih banyak peluang untuk interaksi sebaya dibandingkan permainan digital. Sebuah studi meta-analisis menunjukkan bahwa permainan nondigital memiliki dampak yang signifikan pada prestasi akademik dibandingkan dengan permainan digital (Talan et al., 2020). Penerapan permainan nondigital sangat relevan

dengan tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini, khususnya dalam meningkatkan interaksi sosial langsung. Hal ini karena permainan tersebut umumnya membutuhkan kehadiran teman bermain atau kelompok dibandingkan permainan digital yang cenderung bersifat individual. Interaksi kelompok yang terjadi dalam aktivitas permainan mendorong perkembangan kompetensi sosial dan emosional (Lai et al., 2018), serta meningkatkan keterampilan sosial seperti kerja sama, komunikasi, dan empati (Alotaibi, 2024). Perkembangan emosional anak pada permainan nondigital edukatif membantu mereka mengembangkan keterampilan regulasi emosi, kesadaran diri, dan kepercayaan diri. Selain itu, permainan ini juga merangsang perkembangan kognitif, seperti pemecahan masalah, kreativitas, dan keterampilan numerik atau aritmetika (Tokarchuk et al., 2024; Zuceti et al., 2024). Permainan nondigital yang memanfaatkan gerak tubuh seperti berlari dan menari juga mampu memfasilitasi perkembangan psikomotorik dan keterampilan motorik yang kurang didapatkan dari permainan digital (Lai et al., 2018). Penekanan pada permainan nondigital edukatif dalam pengabdian masyarakat ini menjadi penting karena penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat menyebabkan anak menjadi tidak sabar dan menarik diri dari kehidupan sosial.

Pelaksanaan edukasi "*Gadget* Sehat untuk Anak Hebat" ini diharapkan dapat bermanfaat bagi anak-anak dalam memberikan pengetahuan dasar yang memadai untuk membuat pilihan yang lebih sehat dan bertanggung jawab dalam menggunakan *gadget* serta aktivitas sehari-hari, sehingga mendukung perkembangan motorik, sosial, dan kognitif mereka, sekaligus meminimalkan risiko terkait dengan gaya hidup *sedentary* dan gangguan perkembangan. Selain bagi anak, kegiatan ini juga bermanfaat bagi komunitas gereja atau sekolah minggu terkait sebagai upaya preventif, sekaligus menjadi model intervensi edukasi berbasis komunitas yang efektif dalam meningkatkan literasi digital yang sehat bagi anak-anak dan masyarakat luas.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 3 Agustus 2025 di GKJ Condongcatur, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, pukul 09.30–11.00 WIB. Sasaran dari edukasi "*Gadget* Sehat untuk Anak Hebat" ini adalah anak-anak Sekolah Minggu GKJ Condongcatur dengan rentang usia 2 sampai 10 tahun. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan penyebaran survei singkat terkait penggunaan *gadget* anak kepada orang tua anak Sekolah Minggu GKJ Condongcatur untuk memperoleh gambaran awal mengenai kebiasaan penggunaan *gadget* pada anak. Selanjutnya, tim menyusun materi edukasi yang disesuaikan dengan karakteristik anak-anak Sekolah Minggu dan tujuan kegiatan, yaitu meningkatkan pemahaman mengenai penggunaan *gadget* yang sehat. Tahap berikutnya adalah pelaksanaan edukasi kepada anak-anak melalui serangkaian aktivitas yang telah dirancang. Setelah seluruh rangkaian kegiatan selesai, fasilitator melakukan diskusi penutup bersama anak-anak Sekolah Minggu untuk menegaskan kembali pesan utama yang telah disampaikan. Kegiatan kemudian diakhiri dengan dokumentasi dan pembagian bingkisan kepada anak-anak sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi mereka dalam kegiatan edukasi.

Proses pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan intervensi langsung kepada komunitas dengan memberikan serangkaian kegiatan edukasi kepada anak-anak Sekolah Minggu GKJ Condongcatur. Intervensi yang diberikan diawali dengan menonton video edukasi *gadget* sehat bersama-sama melalui layar proyektor sebagai pengantar materi. Setelah itu, anak-anak duduk melingkar untuk mendengarkan sesi *read-aloud* mengenai *gadget* sehat yang dilanjutkan dengan diskusi singkat untuk memperkuat pemahaman mereka. Selanjutnya, anak-anak mengikuti aktivitas menempel kartu perilaku baik dan buruk sebagai sarana mengenali perilaku yang tepat dalam penggunaan *gadget*. Kegiatan kemudian disesuaikan dengan kelompok usia, yaitu anak-anak prasekolah melakukan permainan menyusun *puzzle* "Katakan Tidak pada HP", sedangkan anak-anak usia sekolah dasar melakukan aktivitas menyusun jam "Kegiatan Sehari-hari". Pada sesi akhir, kegiatan ditutup dengan *ice breaking* melalui permainan *Simon Says* untuk melatih konsentrasi, kemampuan mendengarkan instruksi, dan keterlibatan aktif anak selama kegiatan berlangsung.

Pengukuran keberhasilan program dilakukan secara deskriptif melalui observasi langsung selama kegiatan berlangsung, tanya jawab interaktif setelah pemutaran video dan sesi *read-aloud*, serta penilaian terhadap respons anak pada aktivitas *flashcards*, penyusunan *puzzle*, penyusunan jam kegiatan, dan permainan *Simon Says*. Indikator keberhasilan program ditetapkan berdasarkan ketercapaian pemahaman anak terhadap materi yang diberikan, keterlibatan aktif selama kegiatan, dan kemampuan anak dalam mengidentifikasi perilaku penggunaan *gadget* yang baik dan kurang tepat serta menyebutkan alternatif aktivitas nondigital yang sehat. Program dinilai tercapai apabila anak-anak mampu mengikuti kegiatan sampai selesai, menunjukkan partisipasi aktif, serta dapat mengungkapkan kembali pesan utama mengenai pembatasan waktu penggunaan

gadget, pentingnya pendampingan orang tua, dan pilihan aktivitas bermain lain yang mendukung perkembangan motorik dan sosial.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi "*Gadget* Sehat untuk Anak Hebat" diawali dengan menonton video edukasi *gadget* sehat dari platform *YouTube* yang berjudul "Seri Anak Jagoan: Ketika Lala Bermain *Gadget*" oleh Bentang Kids. Video ini berdurasi 2 menit 13 detik sebagai pembuka awal kegiatan edukasi. Setelah menonton video tersebut bersama-sama melalui proyektor, fasilitator melakukan dialog interaktif bersama anak-anak untuk memastikan pemahaman mereka terhadap video yang ditonton. Video ini menceritakan tentang seorang anak bernama Lala yang suka bermain *game* di *gadget* sampai lupa waktu dan tertidur di gudang. Di akhir cerita video tersebut, orang tua Lala menegur perilaku Lala yang tidak bertanggung jawab. Pesan moral yang disampaikan adalah anak-anak harus pintar mengatur waktu dan memilih aktivitas fisik lain yang lebih bermanfaat, seperti bermain lompat tali, bermain di taman bersama teman, membuat prakarya, atau kegiatan lainnya yang menstimulasi kemampuan motorik, sosial, dan kreativitas anak.



Gambar 1. Visualisasi Tayangan Video Youtube "Serial Anak Jagoan: Ketika Lala Bermain *Gadget*" (sumber: https://www.youtube.com/watch?v=aDpjhGo97Bo&t=9s)

Anak-anak Sekolah Minggu selanjutnya diajak untuk duduk melingkar bersama sembari mendengarkan fasilitator membacakan sebuah cerita (*read-aloud*) terkait *gadget* yang berjudul "Bolehkah Aku Main HP?". Konten alur cerita ini dirangkai sendiri oleh tim dengan pembuatan ilustrasi dan animasi menggunakan fitur *Artificial Intelligence* (AI) pada aplikasi Canva. Cerita diawali dengan tokoh Ayah yang tidak melihat sang kakak dan bertanya kepada sang adik. Kemudian, sang Kakak ternyata berada di kamar dan sedang asyik bermain *games* di HP sampai lupa waktu. Setelah tiga jam berlalu, ibu menegur kakak tetapi kakak mengabaikannya. Setelah itu, enam jam pun berlalu dan kakak baru menyadari matanya sudah merah dan bengkak kesakitan. Cerita diakhiri dengan kakak yang menyesal dan matanya pun diobati oleh sang ayah. Pada aktivitas ini, anak-anak Sekolah Minggu menunjukkan antusiasme karena mereka ikut masuk dalam situasi emosional yang terjadi di dalam cerita. Beberapa situasi emosional yang diangkat dalam cerita ini adalah tokoh kakak yang hanyut dalam asyiknya bermain *games* di HP, durasi bermain *games* yang tidak disadari kakak sudah sampai 6 jam, ibu yang menegur kakak karena main HP terlalu lama, kakak merasakan mata merah dan bengkak akibat terlalu lama bermain HP, dan ayah yang mengobati kakak sebagai bentuk kasih sayang orang tua. Sesi ini diakhiri dengan berdiskusi terkait pesan moral dari cerita yang dibacakan. Pesan moral yang disepakati bersama adalah pentingnya mendengarkan nasihat orang tua, membatasi waktu penggunaan *gadget*, bermain *gadget* dalam pengawasan orang tua, serta tidak melupakan waktu untuk belajar, makan, dan berkumpul bersama teman ataupun keluarga.



Gambar 2. Visualisasi Cerita "Bolehkah Aku Main HP" (kiri) dan Sesi Mendengarkan Cerita atau *Read-aloud* (kanan).

Kegiatan anak-anak Sekolah Minggu selanjutnya adalah mengidentifikasi kartu-kartu bergambar (*flashcards*) mengenai perilaku baik dan perilaku buruk pada papan poster yang telah disiapkan oleh tim fasilitator. Anak-anak diajak untuk berdiskusi terkait perbedaan perilaku baik dan buruk. Pertama-tama, fasilitator menunjukkan sebuah kartu kepada anak-anak, kemudian menanyakan klasifikasi perilaku yang ditunjukkan oleh gambar di kartu tersebut. Anak-anak menunjukkan antusiasme yang tinggi, terlihat dari sikap mereka yang berlomba-lomba untuk menempelkan kartu lebih dulu. Pada akhir sesi ini, fasilitator memberikan kesimpulan tentang perilaku baik dan perilaku buruk yang telah ditempelkan. Kartu yang menggambarkan perilaku buruk meliputi gambar anak berebut mainan, lupa waktu saat bermain HP, menonton video orang dewasa, tidak menjawab ketika dipanggil, marah dan berteriak, bertengkar, bermain HP sambil tiduran, serta merusak mainan. Sementara itu, kartu yang menggambarkan perilaku baik meliputi gambar anak menolong orang tua, belajar, menonton tayangan anak-anak di televisi, menolong teman, merapikan mainan, berkebun, menyapa teman, dan menonton televisi didampingi orang tua.



Gambar 3. Hasil Poster Perilaku Buruk dan Perilaku Baik (kiri) dan Aktivitas Menempelkan Kartu Bergambar di Papan Poster (kanan).

Pada kegiatan selanjutnya, anak-anak Sekolah Minggu dibagi menjadi dua kelompok usia. Kelompok kecil terdiri atas anak-anak berusia di bawah 3 tahun dan anak-anak yang sudah masuk pendidikan prasekolah. Sementara itu, kelompok besar diisi oleh anak-anak berusia di atas 7 tahun atau yang telah masuk jenjang pendidikan sekolah dasar. Kelompok kecil mendapatkan aktivitas berupa menempel potongan *puzzle* "Katakan Tidak pada HP", sedangkan kelompok besar mendapatkan aktivitas berupa menyusun jam "Kegiatan Sehari-hari". Setiap anak mendapatkan masing-masing satu lembar kerja aktivitas dan potongan kertas yang perlu ditempelkan. Pada akhir sesi, fasilitator memberikan kesimpulan mengenai lembar kerja aktivitas yang telah diselesaikan setiap kelompok. Anak-anak di kelompok besar menunjukkan rasa ingin tahu yang tinggi, terlihat dari beberapa pertanyaan yang diajukan kepada fasilitator, seperti kegiatan apa yang seharusnya dilakukan pada siang hari dan penentuan waktu tidur yang ideal bagi anak-anak.



Gambar 4. Aktivitas Menempel Potongan *Puzzle* "Katakan Tidak pada HP" (kiri) dan Aktivitas Menyusun Jam "Kegiatan Sehari-hari" (kanan).

Pada sesi terakhir, anak-anak Sekolah Minggu berkumpul menjadi satu dengan bantuan dan arahan fasilitator untuk melakukan permainan *Simon Says* (Simon Berkata). Fasilitator memberikan penjelasan terkait cara bermain *Simon Says* kepada anak-anak. Aturan bermainnya adalah pemain harus mengikuti instruksi yang diberikan oleh fasilitator apabila instruksi tersebut diawali dengan frasa "Simon berkata". Selanjutnya, fasilitator memberikan instruksi yang bervariasi seperti "Simon berkata pegang telinga" sebagai instruksi yang harus diikuti atau "Pegang hidung" tanpa frasa "Simon berkata" sebagai instruksi yang tidak boleh diikuti. Permainan ini berguna untuk melatih konsentrasi dan kemampuan mendengarkan orang lain. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Salih (2025) yang menyatakan bahwa permainan *Simon Says* bermanfaat dalam meningkatkan konsentrasi dan keterampilan mendengarkan pada siswa sekolah dasar.



Gambar 5. Aktivitas Permainan *Simon Says*.

Anak-anak Sekolah Minggu memberikan respons yang baik selama kegiatan berlangsung dengan berpartisipasi aktif hingga akhir sesi yang berdurasi 60 menit. Mereka menyatakan bahwa bermain *gadget* ataupun menonton televisi boleh dilakukan dengan pendampingan orang tua dan waktu yang terbatas. Beberapa anak juga menuturkan bahwa selain bermain *gadget*, masih ada aktivitas menyenangkan lain yang bisa dilakukan, seperti bermain di luar bersama teman, memainkan permainan lain di rumah, ataupun berkegiatan bersama keluarga. Aktif bermain dan beraktivitas fisik ini penting sebagai alternatif penggunaan *gadget* dalam mendukung perkembangan motorik dan interaksi sosial anak. Sebelum kegiatan berakhir, anak-anak Sekolah Minggu mendapatkan bingkisan berupa celengan lukis sebagai kenang-kenangan dari kegiatan edukasi "*Gadget* Sehat untuk Anak Hebat".

Berdasarkan indikator keberhasilan yang telah ditetapkan pada bagian metode, ketercapaian program ini dapat dilihat dari beberapa temuan. Pertama, indikator keterlibatan aktif tercapai karena anak-anak mengikuti seluruh rangkaian kegiatan hingga selesai dan terlibat dalam sesi menonton video, *read-aloud*, *flashcards*, permainan *puzzle* atau penyusunan jam kegiatan, serta permainan *Simon Says*. Kedua, indikator pemahaman materi tercapai melalui kemampuan anak mengungkapkan kembali pesan utama mengenai pembatasan waktu penggunaan *gadget*, pentingnya pendampingan orang tua, serta perlunya memilih tayangan dan aktivitas yang sesuai. Ketiga, indikator kemampuan mengidentifikasi perilaku penggunaan *gadget* yang baik dan kurang tepat tercermin dari respons anak saat mengelompokkan kartu perilaku pada aktivitas *flashcards*. Keempat, indikator kemampuan menyebutkan alternatif aktivitas nondigital yang sehat juga tercapai, sebagaimana terlihat dari jawaban anak-anak yang menyebutkan bermain di luar bersama teman, melakukan permainan lain di rumah, serta berkegiatan bersama keluarga. Dengan demikian, hasil observasi dan tanya jawab selama kegiatan menunjukkan bahwa program edukasi ini berhasil memenuhi seluruh indikator ketercapaian yang telah dirumuskan.



Gambar 5. Suvenir Celengan Lukis (kiri) dan Foto Bersama (kanan).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang bertemakan "Edukasi *Gadget* Sehat untuk Anak Hebat" di Sekolah Minggu GKJ Condongcatur telah berhasil dalam memberikan stimulasi pengetahuan dan kesadaran anak-anak mengenai penggunaan *gadget* yang sehat dan seimbang. Melalui pendekatan *read-aloud* dan permainan nondigital edukatif, anak-anak menjadi lebih memahami perbedaan antara perilaku baik dan buruk saat menggunakan *gadget*. Anak-anak juga menunjukkan antusiasme tinggi selama kegiatan berlangsung.

Pendekatan *read-aloud* dan permainan nondigital edukatif terbukti mampu menanamkan nilai-nilai tentang pembagian waktu, tanggung jawab, dan pentingnya aktivitas fisik maupun interaksi sosial. Berbagai aktivitas yang diberikan juga berpotensi sebagai alternatif aktivitas sehari-hari yang dapat diadaptasi daripada bermain *gadget*. Secara keseluruhan, kegiatan ini mampu memberikan pengetahuan tentang dampak positif dan negatif *gadget* bagi perkembangan anak-anak Sekolah Minggu, mendorong mereka membedakan antara penggunaan *gadget* yang berlebihan dan yang sehat, menekankan pentingnya membatasi waktu layar (*screen time*), serta mempromosikan aktivitas yang menekankan interaksi sosial langsung dan stimulasi motorik melalui *read-aloud* dan permainan edukasi nondigital yang menyenangkan.

Saran

Berdasarkan hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, program edukasi mengenai penggunaan *gadget* secara sehat diharapkan dapat terus dilaksanakan secara berkesinambungan dengan melibatkan peran aktif orang tua dan pengajar Sekolah Minggu. Pendampingan yang konsisten dari orang dewasa sangat diperlukan agar anak-anak mampu membentuk kebiasaan positif dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, pelaksana program pengabdian selanjutnya dapat mengembangkan program serupa dengan melibatkan lebih banyak peserta dari berbagai jenjang usia atau memperluas kolaborasi dengan sekolah, komunitas pendidikan anak, dan lembaga keagamaan lainnya. Pengambilan data empiris mengenai efektivitas pelaksanaan program juga diperlukan ke depannya untuk memberikan gambaran empiris berupa data kuantitatif yang mampu menguatkan hasil. Kegiatan edukasi ini diharapkan dapat memperkuat gerakan

literasi digital sehat sebagai upaya dalam mencegah maupun mengatasi dampak negatif penggunaan *gadget* berlebihan di kalangan anak-anak.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami berikan kepada LPPM Universitas Sanata Dharma yang sudah memberikan dukungan pendanaan Program Hibah Pengabdian Masyarakat melalui skema PkM Program Unggulan dengan nomor 024/LPPM-USD/III/2025 untuk kegiatan edukasi gadget sehat di GKJ Condongcatur. Selain itu, ucapan terimakasih secara khusus juga kami tujukan kepada GKJ Condongcatur yang telah memberikan izin terkait pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini kepada anak-anak Sekolah Minggu.

DAFTAR REFERENSI

Alotaibi, M. S. (2024). Game-based learning in early childhood education: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1307881, 1–11. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1307881

Bhat, A. N., Tahir, S., & Kumar, R. (2023). The influence of early exposure to smart gadgets on children. *Journal of Propulsion Technology*, *44*(2), 235–240. https://doi.org/10.52783/tjjpt.v44.i2.141

Chaibal, S., & Chaiyakul, S. (2022). The association between smartphone and tablet usage and children development. *Acta Psychologica*, *228*, Article 103646. https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2022.103646

Domoff, S. E., Borgen, A. L., Foley, R. P., & Maffett, A. (2019). Excessive use of mobile devices and children's physical health. *Human Behavior and Emerging Technologies*, *1*(2), 169–175. https://doi.org/10.1002/hbe2.145

Lai, N. K., Ang, T. F., Por, L. Y., & Liew, C. S. (2018). The impact of play on child development - a literature review. *European Early Childhood Education Research Journal*, *26*(5), 625–643. https://doi.org/10.1080/1350293X.2018.1522479

Radesky, J. S., & Christakis, D. A. (2016). Increased screen time: Implications for early childhood development and behavior. *Pediatric Clinics of North America*, *63*(5), 827–839. https://doi.org/10.1016/j.pcl.2016.06.006

Salih, B. H. (2025). The impact of the simon says game on attention and listening skills in Iraqi primary school students: A pilot study. *Journal of Higher Education and Academic Advancement*, *2*(7), 321–331. https://doi.org/10.61796/ejheaa.v2i7.1339

Setiawati, E., Mama, A. T., & Usmaedi. (2023). Patterns of gadget use in preschool children's learning: An overview of sociology of education. *Journal of Higher Education Theory and Practice*, *23*(10), 39–48. https://doi.org/10.33423/jhetp.v23i10.6180

Talan, T., Doğan, Y., & Batdı, V. (2020). Efficiency of digital and non-digital educational games: A comparative meta-analysis and a meta-thematic analysis. *Journal of Research on Technology in Education*, *52*(4), 474–514. https://doi.org/10.1080/15391523.2020.1743798

Terras, M. M., & Ramsay, J. (2016). Family digital literacy practices and children's mobile phone use. *Frontiers in Psychology*, *7*, Article 1957. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.01957

Tokarchuk, Y. A., Salomatova, O. V., & Gavrilova, E. V. (2024). The use of board games and digital games preschoolers: Results of a survey of Russian parents. *Psychological-educational Studies*, *16*(1), 76–95. https://doi.org/10.17759/psyedu.2024160105

Zuceti, H. R. M., Juliana, H.-R. J., Sotelo-Núñez, A. C., López-Regalado, O., Enrique, B.-C. L., & Alberto, M.-T. D. (2024). Bibliometric analysis on educational games in preschool children's learning. *Nanotechnology Perceptions*, *20*(S14), 706–724. https://doi.org/10.62441/nano-ntp.vi.2846