



Meningkatkan Pengetahuan Bijak Bermedia Sosial Melalui Psikoedukasi Penggunaan *Handphone*

Nisa Kamalia¹, Dhinda Aura Sukma², Syahrani Khairun Nisa³, Permata Ashfi Raihanna⁴

^{1,2,3,4} Program Studi Sarjana, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Indonesia

Alamat korespondensi: ¹f100210158@student.ums.ac.id; ²f100210223@student.ums.ac.id;

³f100210034@student.ums.ac.id; ⁴par192@ums.ac.id

ABSTRAK

Perkembangan teknologi yang pesat membawa perubahan, termasuk dalam pendidikan anak berkebutuhan khusus. Penggunaan *Handphone* (HP) dan media sosial menawarkan peluang positif, tetapi juga risiko negatif, terutama jika siswa tidak memiliki kapasitas untuk menyaring informasi. Hal ini dapat meningkatkan risiko penyimpangan dibandingkan manfaatnya dalam pendidikan. Oleh karena itu, diperlukan edukasi untuk meningkatkan pemahaman siswa tentang penggunaan HP secara bijak. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan psikoedukasi ini adalah melihat efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai penggunaan HP. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode kuantitatif eksperimen dengan desain *onegroup pretest posttest*. Subjek pada penelitian ini sebanyak 21 siswa SMP dan SMA di SLB D Surakarta. Hasil Wilcoxon Signed Ranks test menunjukkan nilai $z = -3,487$, $p < 0,001$ (*2-tailed*). Hal tersebut menunjukkan psikoedukasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa mengenai penggunaan HP yang baik dan bijak.

Kata kunci: Psikoedukasi, media sosial, SLB.

RIWAYAT ARTIKEL

Dikirim: 13 01 2025

Diterima: 15 01 2025

Diterbitkan: 01 03 2025

ABSTRACT

*The rapid development of technology has brought about changes, including in the education of children with special needs. The use of mobile phones and social media presents positive opportunities, but also negative risks, especially if students lack the capacity to filter information. This can increase the risk of misconduct compared to the benefits it offers in education. Therefore, education is needed to enhance students' understanding of the wise use of mobile phones. The aim of this psychoeducational activity is to assess the effectiveness of psychoeducation in improving students' understanding of mobile phone usage. The research method employed is a quantitative experimental method with a one-group pretest-posttest design. The subjects of this study consisted of 21 junior and senior high school students at SLB D Surakarta. The result of the Wilcoxon Signed Ranks test shows the value of $z = -3,487$, $p < 0,001$ (*2-tailed*). This indicates that psychoeducation is effective in enhancing students' knowledge and understanding of the proper and wise use of mobile phones.*

Keywords: Psychoeducation, social media, special need.

PENDAHULUAN

Memasuki masa transisi dari revolusi industri 4.0 menuju revolusi industri 5.0, banyak perubahan di dunia yang dapat dirasakan manusia dari setiap penjuru negara tanpa adanya sekat pembatas dalam penyebarannya. Teknologi semakin canggih dalam mempermudah dan mengefisienkan pekerjaan manusia dalam segala aspek kehidupan, salah satunya dalam aspek pendidikan. Informasi dan komunikasi semakin luas, pengetahuan pun semakin mudah di akses oleh para pendidik dan pelajar melalui berbagai perangkat media digital. Media digital bentuknya dapat bermacam-macam seperti

smartphone, handphone (HP) komputer pribadi, laptop/notebook, tablet dan lainnya (Mazdalifah & Moulita, 2021). HP merupakan sebuah peralatan elektronik yang berisi banyak layanan fitur dan aplikasi dengan fungsi khusus dan memiliki sifat kebaruan. HP merupakan sarana komunikasi dua arah yang dapat dibawa kemanapun dengan mudah, dapat digunakan untuk mengirimkan pesan tertulis, suara, gambar, video. Tidak hanya itu HP telah dilengkapi fasilitas browsing internet, menonton foto dan video serta alat penunjang informasi (Suryadi dkk., 2021). Bentuk perangkat media digital yang paling sering digunakan anak remaja SMP dan SMA adalah HP. Hal tersebut karena kemudahan akses yang didapat dengan usia dan jenjang sekolahnya.

Memasuki masa transisi dari revolusi industri 4.0 menuju revolusi industri 5.0, banyak perubahan di dunia yang dapat dirasakan manusia dari setiap penjuru negara tanpa adanya sekat pembatas dalam penyebarannya. Teknologi semakin canggih dalam mempermudah dan mengefisienkan pekerjaan manusia dalam segala aspek kehidupan, salah satunya dalam aspek pendidikan. Informasi dan komunikasi semakin luas, pengetahuan pun semakin mudah di akses oleh para pendidik dan pelajar melalui berbagai perangkat HP.

Penggunaan HP pada siswa usia remaja sebenarnya dapat memberikan banyak manfaat pada siswa diantaranya sebagai alat komunikasi jarak jauh sehingga memudahkan siswa dalam mengerjakan tugas kelompok, HP bisa membantu siswa untuk menyimpan dan mencari informasi serta materi pelajaran, HP juga dapat membantu meningkatkan prestasi anak serta menjadi sarana hiburan bagi anak untuk menyegarkan otak anak sehingga dapat belajar dengan baik (Nuraliyah dkk., 2022). HP berperan dalam membantu siswa menganalisis soal-soal pelajaran. Pada penelitian lainnya menyebutkan bahwa penerapan teknologi digital dalam pembelajaran dapat meningkatkan motivasi belajar secara signifikan terutama dalam minat keterlibatan dalam pembelajaran (Nastiti dkk., 2024).

Setiap manfaat teknologi yang dapat dirasakan dalam aspek pendidikan juga memiliki resiko. Semakin canggih suatu teknologi maka semakin besar pula resiko yang akan didapatkan apabila tidak dikelola dengan baik. Penyalahgunaan HP dan media sosial menjadi tantangan bagi para pendidik dan pelajar yang harus diantisipasi dari awal sehingga penggunaan HP dan media sosial ini dapat berfungsi sebagaimana mestinya dalam pendidikan. Berdasarkan hasil Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja (SNPHAR) 66,6 persen anak laki-laki dan 62,3 persen anak perempuan di Indonesia terpapar pornografi melalui media daring (KemenPPA, 2024). Hal tersebut menunjukkan bahwa akses anak untuk menyalahgunakan HP sangatlah mudah dan kurangnya pencegahan dalam menangani hal ini. Sebuah hasil survei yang diungkapkan dari CNN Indonesia menunjukkan 19,3 persen remaja dan 14,4 persen dewasa muda kecanduan internet pada tahun 2020 (CNN, 2021). Data tersebut menunjukkan bahwa kecanduan internet juga memungkinkan terjadi pada kalangan remaja. Dari databoks pada tahun 2022 yang ditulis Vika Azkiya Dihni, Indonesia menjadi urutan ketiga di dunia dengan persentase pengguna internet bermain video game sebesar 94,5% atau 263.420.981 orang (Databoks, 2022).

Hal ini sesuai dengan yang disampaikan pada penelitian lainnya dampak negatif dari penggunaan HP yang berlebihan seperti mulai kecanduan internet, game, dan lain sebagainya, kemudian menurunnya interaksi dengan teman-teman di dunia nyata, dan tidak mendengarkan perkataan orang tua (Susanti & Yusri, 2023). Jika kecanduan tidak ditangani dengan benar maka dapat menimbulkan tidak terkontrolnya diri siswa karena tidak mampu mengurangi waktu bermain sehingga hubungan sosial dan tugas menjadi terhambat (Ikbal dkk., 2021). Siswa-siswi lebih rentan mengalami kualitas tidur

buruk karena terlalu sering mengakses internet untuk bermain game online sampai larut malam dan lupa waktu untuk istirahat/tidur pada malam hari (Fembi dkk., 2022). Dari hasil data penggunaan HP pada anak tahun 2021 menurut BPS anak di Jawa Tengah sebanyak 67,13% telah menggunakan HP. Jumlah yang banyak tersebut memungkinkan anak untuk mengakses banyak hal melalui HP. Berdasarkan data-data tersebut selain memberikan dampak positif, HP juga dapat memberikan banyak negatif pada pelajar apabila disalahgunakan dan digunakan secara berlebihan.

HP dapat digunakan pada semua kalangan begitu pula pada anak tunadaksa. Tunadaksa merupakan kondisi seseorang yang memiliki anggota tubuh yang tidak lengkap. Secara bahasa tuna artinya kurang dan daksa adalah tubuh/fisik. Secara istilah dapat juga diartikan ketidak sempurnaan atau kelainan yang terjadi pada saraf, sistem otot, tulang, dan persendian yang menyebabkan terganggunya perkembangan, pertumbuhan, komunikasi, dan gerak tubuh (Pangestu dkk., 2022). Ada tiga tingkat kelainan pada tunadaksa: ringan, sedang, dan berat. Tingkat ringan, seseorang mengalami keterbatasan fisik tetapi bisa dibantu melalui terapi. Tingkat sedang, seseorang mengalami keterbatasan gerak dan kelainan koordinasi reseptor. Tingkat berat, seseorang mengalami ketidakbebasan penuh dan tidak bisa mengontrol gerakan fisik dalam kehidupan sehari-hari (Seviarica dkk., 2021).

Akses penggunaan HP bukan menjadi halangan serius bagi anak tunadaksa terutama bagi mereka yang keterbatasannya pada fisik saja. Cara penggunaan HP pada tunadaksa Layar sentuh lebih mudah digunakan oleh beberapa anak dibanding perangkat input lainnya, sementara stylus khusus dirancang untuk dipegang dengan mudah oleh anak dengan keterbatasan motorik. Perangkat lunak dan aplikasi mencakup voice control dan asisten virtual seperti *Siri*, *Google Assistant*, atau *Cortana* untuk mengontrol HP dengan perintah suara, serta aplikasi khusus yang dirancang untuk membantu anak-anak tunadaksa belajar dan berinteraksi dengan lebih mudah. Penyesuaian perangkat meliputi pengaturan aksesibilitas pada sistem operasi modern (*iOS*, *Android*, *Windows*) yang dapat disesuaikan seperti teks besar, kontras tinggi, dan kontrol suara, serta mounting systems yang memungkinkan HP dipasang pada kursi roda atau meja khusus untuk memudahkan akses.

Berdasarkan studi awal yang dilakukan peneliti menemukan permasalahan di SLB D Surakarta. Peneliti melakukan pengambilan data awal dengan observasi. Hasilnya adalah 1) Pada saat sidak (inspeksi mendadak) HP. Sidak ini dilakukan 1 semester sekali di SMP dan SMA SLB D Surakarta. Hasil dari sidak HP tersebut ditemukan 8 HP siswa dengan riwayat pencarian konten-konten yang tidak seharusnya dilihat oleh anak usia remaja. 2) beberapa anak yang tampak sering melihat HP, setiap jam istirahat dihabiskan dengan bermain game, dan media sosial tiktok.

Beberapa siswa yang bersekolah di SMP dan SMA di SLB D Surakarta berada di asrama yang memang telah disediakan. Peneliti melakukan wawancara awal pada 2 siswa SMP dan 2 siswa SMA di asrama, menunjukkan indikasi adanya dampak negatif dari penggunaan HP yang berlebihan seperti kurangnya kualitas tidur dan malas melakukan kegiatan. Intensitas penggunaan HP pada tiga anak 2-3 jam dalam sehari dan satu anak 4-5 jam dalam sehari. Penggunaan HP pada waktu yang tidak tepat membuat anak-anak tidak mengenal waktu sehingga menimbulkan kualitas tidur yang rendah karena saat tiba waktunya tidur, anak-anak masih bermain HP. Begitu pula apabila saatnya melakukan aktivitas seperti bersih-bersih ataupun belajar, anak-anak menjadi kehilangan fokus pada kegiatannya sehingga menimbulkan rasa malas.

Pemberian edukasi tentang cara bijak menggunakan HP dan media sosial penting untuk menanggulangi dampak negatif dan meningkatkan dampak positif pada siswa. Dari hasil penelitian lainnya kegiatan sosialisasi peningkatan pengetahuan dampak positif dan negatif HP dan media sosial dapat membantu siswa dalam memahami bagaimana cara yang bijak dalam menggunakan HP dan media sosial (Hidayat & Mattiro, 2021). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya pada siswa/i kelas 4 dan 5 SD menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat meningkatkan pengetahuan tentang penggunaan HP dan internet (Afiatin dkk., 2024). Disebutkan juga pada penelitian lainnya pada siswa/i SMK Negeri 1 Dewantara menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat meningkatkan kesadaran akan fungsi HP sehingga siswa/i dapat menggunakannya secara positif (Iramadhani dkk., 2021). Sesuai dengan hasil penelitian sebelumnya, diadakannya psikoedukasi efektif dilakukan untuk meningkatkan pemahaman siswa/i mengenai penggunaan HP yang bijak. Kebaruan dari penelitian ini yang membedakan dengan penelitian-penelitian sebelumnya terletak pada subjek penelitian ini yaitu siswa/i tunadaksa pada jenjang SMP dan SMA. Penelitian-penelitian sebelumnya dilakukan pada siswa/i SD dan SMK yang tidak memiliki kebutuhan khusus.

Berdasarkan penjelasan tersebut, hipotesis penelitian ini yaitu ada peningkatan pemahaman peserta mengenai cara bijak menggunakan HP sebelum dan sesudah psikoedukasi. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan psikoedukasi ini adalah memberikan pemahaman kepada siswa mengenai penggunaan HP dan media sosial dengan baik dan bijak sesuai dengan kebutuhan dan usia siswa. Metode pemberian psikoedukasi yang diberikan pada siswa disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi siswa SMP dan SMA SLB D Surakarta sehingga siswa dapat memahami dan mengaplikasikannya dengan mudah. Manfaat yang didapatkan oleh siswa dari psikoedukasi ini adalah siswa dapat mengetahui dan membedakan konten yang baik dan buruk untuk dikonsumsi, siswa mengetahui dampak negatif dan dampak positif dari HP serta siswa dapat mengetahui cara penggunaan HP dengan bijak dan bermanfaat.

METODE

Desain Penelitian

Pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen desain *one group pre-test post-test*. Teknik analisis data kuantitatif menggunakan uji non-parametrik *Wilcoxon* dengan SPSS versi 22 dengan untuk mengetahui perbedaan pengetahuan siswa sebelum dan setelah pelaksanaan psikoedukasi terkait cara bijak menggunakan HP. Penelitian ini menggunakan uji beda rata-rata pada data statistic non-parametrik *Wilcoxon* dengan uji asumsi yang tidak berdistribusi normal dan memiliki variansi yang homogen.

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner tertutup yang dikembangkan oleh peneliti dari poin-poin materi yang disampaikan saat psikoedukasi dan disesuaikan dengan penggunaan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami dan sesuai dengan kondisi dan kemampuan anak tunadaksa yang berada di SLB. Kuesioner ini mengukur pemahaman siswa dalam materi definisi HP dan media sosial, cara menyaring konten di HP yang baik dan buruk, dampak negatif dan positif, dampak untuk masa kini dan masa depan, dan cara menggunakan HP dengan bijak dan bermanfaat.

Partisipan Penelitian

Kegiatan Psikoedukasi ini dilaksanakan pada hari Selasa, 20 Februari 2024 di Aula SLB D Surakarta. Kegiatan ini diikuti 21 siswa SMP dan SMA SLB D Surakarta berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, didampingi oleh para guru wali kelas sejumlah 7 guru selama kegiatan psikoedukasi dan pengisian kuesioner.

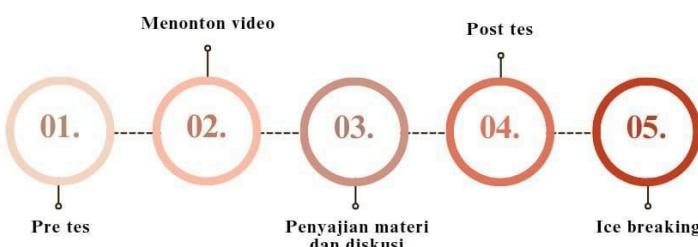
Prosedur Penelitian

Kegiatan Psikoedukasi dilaksanakan melalui dua tahap, tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Pada tahap persiapan, dilakukan koordinasi dan wawancara dengan kepala sekolah SLB D Surakarta untuk mengidentifikasi permasalahan yang bertujuan sebagai asesmen awal lalu penetapan solusi masalah, penetapan kelompok sasaran, dan penentuan waktu serta tempat pelaksanaan kegiatan yang bertujuan agar kegiatan psikoedukasi dapat berjalan dengan lancar dan maksimal kemudian dilanjutkan dengan kegiatan sidak HP siswa berkoordinasi dengan guru kelas.

Fasilitator dalam psikoedukasi ini adalah dua mahasiswa psikologi semester 6 yang telah mengambil mata kuliah psikoedukasi dan Pendidikan anak khusus. Materi yang disampaikan yaitu definisi HP dan media sosial, cara menyaring konten di HP yang baik dan buruk, dampak negatif dan positif, dampak untuk masa kini dan masa depan, dan cara menggunakan HP dengan bijak dan bermanfaat.

Pada tahap pelaksanaan kegiatan psikoedukasi kepada siswa di SLB D Surakarta ini dilaksanakan dengan beberapa metode seperti *pre-test*, menonton video, ceramah dan diskusi, *post tes*, *ice breaking*. Penayangan video dilakukan dengan siswa diminta untuk mengamati tayangan video yang berisi mengenai efek positif, efek negatif serta manfaat dari HP. Adapun metode ceramah yang dilakukan untuk menjelaskan materi yang disampaikan. Kemudian peserta diberikan pretest untuk mengetahui pemahaman awal terhadap penggunaan HP dan media sosial yang bijak, kemudian siswa diberikan materi tentang bijak menggunakan HP dan dampak penggunaan HP. Untuk metode diskusi dilakukan secara interaktif saat menyampaikan materi sehingga memungkinkan para siswa untuk aktif dalam bertanya serta menjawab mengenai materi yang disampaikan, lalu dibagikan lembar *post-test*, dan penutupan. Setelah dilaksanakannya psikoedukasi, terdapat metode wawancara yang digunakan untuk memperkuat data. Secara ringkas alur kegiatan dapat dilihat pada Gambar 1.

Gambar 1
Tahap Pelaksanaan psikoedukasi



HASIL

Setelah melalui rangkaian psikoedukasi, data yang diperoleh kemudian dianalisis. Sebaran karakteristik siswa psikoedukasi dapat dilihat pada tabel 3. Data demografi siswa SLB D Surakarta terbanyak yaitu berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 orang (66,66%), dan jenjang SMA sebanyak 13 orang (61,90%).

Penelitian ini menggunakan uji nonparametrik *Wilcoxon* karena uji asumsi yang tidak terpenuhi yaitu data tidak berdistribusi normal. Dari hasil uji normalitas ditemukan nilai 0,014 yaitu lebih kecil dari 0,05 ($0,014 < 0,05$) yang artinya data tidak berdistribusi normal maka tidak memenuhi persyaratan uji asumsi parametrik sehingga digunakan uji non-parametrik *Wilcoxon*. Pada uji homogenitas data berdistribusi homogen dengan nilai 0,128 yang artinya lebih besar dari 0,05 ($0,128 > 0,05$).

Tabel 3*Demografi Siswa*

Demografi	Jumlah	Presentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	14	66,7%
Perempuan	7	33,3%
Status Pernikahan		
SMP	8	38,1%
SMA	13	61,9%

Tabel 4*Wilcoxon Signed Ranks Test*

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Negative Ranks	0	0,00	0,00
Positif Ranks	15	8,00	120,00
Ties	6		
Total	21		

Setelah dilakukan analisis non-parametrik *Wilcoxon* menggunakan SPSS, didapati *Negatif Rank* atau selisih (negatif) antara hasil psikoedukasi untuk *pretest* dan *posttest* adalah 0, baik itu pada nilai N, Mean Rank, maupun Sum Rank, nilai 0 ini menunjukkan tidak adanya penurunan atau pengurangan dari nilai *pretest* ke nilai *posttest*. *Positif Rank* atau selisih (positif) antara hasil psikoedukasi untuk *pre test* dan *post test* terdapat 15 data positif (N) yang artinya terdapat 15 siswa mengalami peningkatan dari hasil psikoedukasi. Mean Rank atau rata-rata peningkatan tersebut sebesar 8,00. Sedangkan jumlah ranking positif sebesar 120,00. Pada nilai Ties didapatkan nilai 6, sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat 6 siswa yang memiliki nilai yang sama antara pre test dan post test.

Berdasarkan hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks test* didapatkan nilai $z = -3,487$, $p < 0,001$ (*2-tailed*). Karena nilai- p lebih kecil dari 0,05 maka penulis menolak hipotesis nihil yang artinya ada perbedaan rata-rata antara hasil *pretest* dengan *posttest* sehingga dapat dikatakan ada perbedaan yang signifikan antara pemahaman peserta mengenai cara bijak menggunakan HP sebelum dan sesudah psikoedukasi. Peningkatan skor pemahaman ini menunjukkan bahwa psikoedukasi efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai penggunaan HP yang bijak. Hal ini sesuai dengan tujuan dari penelitian yaitu untuk melihat efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai penggunaan HP yang bijak.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara pemahaman siswa mengenai cara bijak menggunakan HP sebelum dan sesudah psikoedukasi. Dengan kata lain, psikoedukasi yang dilakukan efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SMP dan SMA SLB D Surakarta mengenai penggunaan HP dan media sosial yang bijak. Temuan ini serupa dengan hasil penelitian Iramadhani (2021) pada siswa/i SMK Negeri 1 Dewantara yang menunjukkan bahwa psikoedukasi dapat meningkatkan kesadaran akan fungsi HP sehingga siswa/i dapat menggunakannya secara positif (Iramadhani dkk., 2021). Penelitian terdahulu dilakukan oleh Afiatin, dkk (2024) pada anak-anak usia 9-11 tahun di sebuah sekolah dasar di Yogyakarta menunjukkan psikoedukasi berdampak kepada peningkatan pengetahuan tentang penggunaan internet.

Dari penelitian yang dilakukan oleh Lutfi dkk, (2021), menunjukkan bahwa mayoritas remaja di SLB Yayasan Bahagia Kota Tasikmalaya menggunakan gadget secara intensif. Sebanyak 76,7% dari mereka masuk dalam kategori penggunaan gadget yang tinggi, dilihat dari frekuensi penggunaannya. Sebagian besar responden (55,3%) membawa dan menggunakan smartphone setiap kali memiliki waktu luang, seperti saat berada di kamar, sebelum tidur, bangun tidur, sambil makan, sebelum makan, sebelum berangkat sekolah, pulang sekolah, saat bermain bersama teman, saat bersama keluarga, dan saat akhir pekan. Lebih lanjut, hasil penelitian mengungkapkan bahwa sebagian besar remaja di SLB Yayasan Bahagia Kota Tasikmalaya (73,3%) mengalami interaksi sosial yang maladaptif, sedangkan hanya 26,7% yang memiliki interaksi sosial adaptif. Kebanyakan remaja tersebut mengaku lebih suka melakukan kegiatan sendiri daripada berinteraksi dengan orang lain, yang berakibat pada masalah dalam interaksi sosial mereka. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa yang berkebutuhan khusus juga masih memiliki kemungkinan resiko terpapar dampak negatif dari penggunaan HP yang berlebihan (Lutfi dkk., 2021).

Psikoedukasi digunakan untuk memberikan wawasan mengenai karakteristik perkembangan anak, manfaat gadget, dampak penggunaannya, motif anak dalam menggunakan gadget, strategi penggunaannya pada anak, serta pentingnya keterlibatan orang tua. Berdasarkan hasil evaluasi dan observasi selama pelaksanaan pengabdian, psikoedukasi kepada orang tua terbukti efektif dalam memberikan pemahaman mengenai perkembangan anak, motif anak bermain gadget, dan strategi penggunaan gadget yang tepat sehingga anak dapat menggunakan gadget untuk keperluan positif. Hasil dari pengabdian ini menunjukkan bahwa psikoedukasi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan pengetahuan orang tua tentang strategi penggunaan gadget pada anak (Jalal dkk., 2022).

Hasil penelitian ini mendukung penelitian-penelitian sebelumnya bahwa psikoedukasi dapat meningkatkan pemahaman kepada siswa dalam penggunaan HP yang bijak. Walaupun berdasarkan

hasil *pre test* dan *post test* ada sebanyak 28% dari jumlah total siswa yang memiliki hasil jawaban yang sama antara *pre test* dan *post test* yang menunjukkan adanya perbedaan pemahaman sebelum dan sesudah psikoedukasi diberikan namun sebanyak 72% siswa terlihat dari hasil analisis meningkat pemahamannya setelah diberikan psikoedukasi mengenai penggunaan HP yang bijak.

Banyak siswa baik sekolah umum dan SLB yang kurang bijak dalam menggunakan HP yang mana akan berpengaruh dalam membangun kepribadian anak terutama dalam bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Serta kurangnya kesadaran orang tua terhadap penggunaan HP pada anak yang memungkinkan anak menggunakan HP kurang bijak. Tanda-tanda tersebut terlihat pada siswa SLB D Surakarta yang menunjukkan akses HP dan media sosial juga dapat digunakan oleh siswa berkebutuhan khusus sehingga resiko dan dampaknya pun dapat dirasakan juga.

KESIMPULAN

Psikoedukasi dapat meningkatkan pemahaman siswa tentang penggunaan HP yang bijak, ditunjukkan oleh tujuan penelitian ini yang tercapai yaitu untuk melihat efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan pemahaman siswa mengenai penggunaan HP yang bijak. Diharapkan dengan telah diadakannya Psikoedukasi ini materi yang telah disampaikan dapat diaplikasikan oleh siswa sehingga dapat terhindar dari resiko terpaparnya dampak penggunaan HP yang berlebihan. Saran untuk guru yaitu dapat lebih memantau dan mendampingi siswa dalam penggunaan HP, pemberian edukasi yang berkala sesuai usia siswa dapat memperkecil terjadinya penyimpangan. Saran untuk sekolah adalah mengadakan psikoedukasi penggunaan HP dan media sosial secara rutin. Untuk Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melengkapi kekurangan dalam penelitian ini, memperluas sasaran subjek dan dapat mengembangkannya lebih baik lagi sehingga dapat optimal bermanfaat bagi orang banyak.

Pernyataan Terima Kasih

Penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah memberikan kontribusi berarti dalam penelitian ini. Terima kasih kepada YPAC Surakarta dan jajaran guru yang telah menyambut penelitian ini dengan baik dan membantu berjalannya Psikoedukasi dengan sukses. Kemudian penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta atas dukungan finansial dan fasilitas yang diberikan selama proses penelitian.

Pernyataan Kontribusi Penulis

Kontribusi yang diberikan para penulis secara umum semua penulis ikut turun dalam asesmen awal berupa sidak HP, persiapan, pelaksanaan Psikoedukasi, dan penyusunan artikel. Secara khusus kontribusi masing-masing penulis yaitu penulis pertama merumuskan tema dan judul penelitian berdasarkan hasil data awal fenomena di lapangan, menyusun materi psikoedukasi, fasilitator psikoedukasi, mengelola data, menganalisis data, menyusun artikel, dan melaporkan penelitian; penulis kedua yaitu menyusun materi psikoedukasi, pengkondisian psikoedukasi, menyusun artikel, dan melaporkan penelitian; penulis ketiga yaitu menyusun materi psikoedukasi, pengkondisian psikoedukasi, menyusun artikel, dan melaporkan penelitian; penulis keempat yaitu memberikan saran, bimbingan, dan mengawasi berjalannya penelitian dari awal sampai akhir.

Pernyataan Akses Data

Pembaca dapat mengakses data yang dilaporkan dalam publikasi penelitian melalui korespondensi dengan penulis pertama.

Pernyataan Deklarasi Kepentingan

Penulis menyatakan tidak ada konflik kepentingan. Penelitian ini didukung oleh Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta, namun pihak pendukung tidak memiliki pengaruh dalam perancangan penelitian, pengumpulan data, analisis, interpretasi hasil, atau penulisan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiatin, T., Ampuni, S., Sukron, M. I. W., Aprila, A. A., Hanifah, S. N., & Intani, Z. F. (2024). Psikoedukasi “Cerdas Menggunakan Gadget dan Internet untuk Anak”: Upaya untuk Meningkatkan Pengetahuan Literasi Digital Anak. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 10(2), Article 2.
- CNN. (2021). *Survei: 19,3 Persen Anak Indonesia Kecanduan Internet*. <https://www.cnnindonesia.com/gaya-hidup/20211002135419-255-702502/survei-193-persen-anak-indonesia-kecanduan-internet>
- Databoks. (2022). *Jumlah Gamers Indonesia Terbanyak Ketiga di Dunia*. <https://databoks.katadata.co.id/teknologi-telekomunikasi/statistik/950b8ba78451f97/jumlah-gamers-indonesia-terbanyak-ketiga-di-dunia>
- Fembi, P. N., Nelista, Y., & Vianitati, P. (2022). Kecanduan Bermain Game Online Smartphone Dengan Kualitas Tidur Siswa-Siswi di SMPK Hewerbura Watublapi Kabupaten Sikka. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(15), Article 15. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7124153>
- Hidayat, Y., & Mattiro, S. (2021). Sosialisasi Penggunaan HP dan Media Sosial yang Bijak pada Siswa SMPN 3 Belimbing Baru Kabupaten Banjar. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 63–69. <https://doi.org/10.20527/btjpm.v3i1.1805>
- Ikbal, I., Wikanengsih, W., & Septian, M. R. (2021). Profil Tingkat Kecanduan Game Online Peserta DIDIKKELAS XMA PLUS AL MUJAMMIL GARUT. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling dalam Pendidikan)*, 4(1), 56. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i1.6138>
- Iramadhani, D., Julistia, R., & Muna, Z. (2021). Psikoedukasi Pengaruh Gadget Terhadap Pelajar Didunia Pendidikan Sekolah Menengah Kejuruan. *JURNAL PENELITIAN PENDIDIKAN, PSIKOLOGI DAN KESEHATAN (J-P3K)*, 2(2), 96–101. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v2i2.70>
- Jalal, N. M., Syam, R., Istiqamah, S. H. N., Irdianti, I., & Piara, M. (2022). Psikoedukasi Mengatasi Kecanduan Gadget pada Anak. *PaKMas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), Article 2. <https://doi.org/10.54259/pakmas.v2i2.1311>
- KemenPPA. (2024). *Kemen PPPA Rilis Survei Pengalaman Hidup Perempuan Nasional (SPHPN) dan Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja (SNPHAR) 2024*. https://www.kemenpppa.go.id/page/view/NTQzMw%3D%3D?utm_source=chatgpt.com

- Lutfi, B., Nurdianti, R., & Sahid, A. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Anak Berkebutuhan Khusus Penyandang Tunarungu Di Slb Yayasan Bahagia Kota Tasikmalaya. *Jurnal Mitra Kencana Keperawatan Dan Kebidanan*, 5(1). <https://doi.org/10.54440/jmk.v5i1.119>
- Mazdalifah, M., & Moulita, M. (2021). Model Pengawasan Orang Tua Terhadap Penggunaan Media Digital Anak. *Jurnal Pustaka Komunikasi*, 4(1), Article 1. <https://doi.org/10.32509/pustakom.v4i1.1316>
- Nastiti, A. G. N., Sumartiningsih, S., & Yuwono, A. (2024). Efektivitas Penggunaan Teknologi Digital Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(04), Article 04. <https://doi.org/10.23969/jp.v9i04.19741>
- Nuraliyah, E., Fadilah, A., Handayaningsih, E., Ernawati, E., & Oktadriani, S. L. (2022). Penggunaan HP dan Dampaknya bagi Aktivitas Belajar. *Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, dan Budaya*, 8(4), 1585. <https://doi.org/10.32884/ideas.v8i4.961>
- Pangestu, A., Putri, H., Syarieff, N., Filkhaqq, T., & Harjanti, G. (2022). *View of Karakteristik Dan Model Pendidikan Bagi Anak Tuna Daksa*. <https://www.jurnal.staibsllg.ac.id/index.php/ej/article/view/337/233>
- Sevarica, H. P., Akhmad, F., Berliyana, A. S., Atmojo, S. T., & Fauzi, R. (2021). Karakteristik dan Pengembangan Pelayanan Pendidikan Islam Anak Tunadaksa. *ANWARUL*, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.58578/anwarul.v1i1.48>
- Suryadi, A., Ranchman, G. A., Amelia, R. putri, & Rahayu, T. citra. (2021). Penggunaan HP Pada Remaja Terhadap Interaksi Sosial. *Cebong Journal*, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.35335/cebong.v1i1.5>
- Susanti, D. D., & Yusri, F. (2023). Dampak Hp pada Siswa di Sma Negeri 1 Harau. *Khatulistiwa: Jurnal Pendidikan Dan Sosial Humaniora*, 3(1), 10–18. <https://doi.org/10.55606/khatulistiwa.v3i1.937>