

Seminar Nasional Hasil Pengabdian kepada Masyarakat
26 November 2022, Hal. 1160-1167
e-ISSN: 2686-2964

Pemanfaatan permainan tradisional untuk mengatasi *phubbing* melalui bimbingan kelompok

Siti Muyana¹, Ulfa Danni Rasada², Dian Ari Widyastuti³

Universitas Ahmad Dahlan
Jalan Ringroad Selatan, Kragilan, Tamanan, Kec. Banguntapan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55191
Email: siti.muyana@bk.uad.ac.id

ABSTRAK

Fenomena phubbing muncul atas ketergantungan manusia terhadap smartphone sehingga orang menjadi lebih apatis terhadap lingkungan karena terlalu fokus pada apa yang ada di dalam genggamannya. Phubbing melibatkan penggunaan smartphone dalam pengaturan sosial dan lebih memilih berinteraksi dengan smartphone daripada individu lain yang hadir di sekitarnya. Fenomena phubbing dapat dilihat di kalangan remaja di daerah Kaliurang, Pakem, Sleman, DIY. Berdasarkan hasil wawancara dengan pihak Titian Fondation sebagai mitra dan hasil observasi secara langsung terhadap remaja di daerah tersebut, diperoleh data bahwa mayoritas remaja seringkali mengabaikan lawan bicaranya dan lebih sibuk menggunakan smartphone. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan dan pendampingan terhadap remaja di daerah Kaliurang, Pakem, Sleman, DIY, untuk membentuk remaja anti phubbing sehingga terwujud kesehatan mental yang lebih baik dan remaja menjadi lebih produktif. Secara terperinci, Langkah-langkah dalam kegiatan ini meliputi: 1) persiapan, yaitu melakukan FGD dengan pihak Titian Fondation sebagai mitra dan remaja untuk mendapatkan keseluruhan data guna melakukan pendampingan terhadap remaja di Kaliurang, 2) Penyuluhan tentang ancaman perkembangan IPTEK bagi generasi Z, phubbing beserta faktor penyebab dan dampak buruknya bagi remaja, 3) Pendampingan melalui layanan bimbingan kelompok dengan menerapkan permainan tradisional agar remaja mampu menginternalisasi nilai-nilai Budaya Jawa, kerjasama, dan komunikasi melalui layanan bimbingan kelompok yang diberikan.

Kata kunci: phubbing, bimbingan kelompok, permainan tradisional
tuliskan tiga sampai lima kata kunci

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi pada era revolusi industri 4.0 menyebabkan hampir segala sesuatu dilakukan serba digital. Salah satu perkembangan teknologi pada era ini yaitu perkembangan teknologi komunikasi. Dahulu jumlah *handphone* sangat terbatas dan hanya dimiliki oleh beberapa orang. Begitu juga dalam pemanfaatannya, seseorang menggunakan *handphone* hanya ketika dirinya ingin menyampaikan sebuah informasi kepada orang lain yang terkendala jarak dan mengakses internet hanya untuk informasi penting saja. Namun teknologi

komunikasi terus mengalami kemajuan yaitu dengan munculnya ponsel pintar atau biasa disebut *smartphone*. Saat ini *smartphone* memiliki desain yang lebih modern dan menarik, fiturnya lengkap dengan berbagai macam aplikasi baik media social, *e-commerce*, *games*, *education* dan dukungan internet memudahkan untuk memenuhi segala kebutuhan. Bahkan jumlah *vendor smartphone* di Indonesia sangat banyak dan mereka saling bersaing menawarkan produknya ke semua kalangan. Dengan demikian, kalangan muda sampai orang tua memilikinya sehingga mayoritas individu tidak bisa menghindari tawaran modernitas.

Dewasa ini, para remaja termasuk dalam generasi Z. Menurut Bencsik, Csikos & Juhaz (dalam Adiansah, 2019) mengatakan bahwa kelompok yang masuk kategori Z atau biasa disebut iGeneration yaitu generasi yang lahir dalam rentang tahun 1995-2010. Tentunya siswa yang berada di bangku Sekolah Menengah Atas (SMA) termasuk kelompok generasi Z. Hal ini tentunya berhubungan dengan era revolusi industri 4.0 yang menuntut generasi Z agar dapat menjalani kehidupan yang lebih kompleks, rumit, dan lebih cepat. Akibatnya generasi Z tumbuh dan berkembang dengan sebuah ketergantungan yang besar pada teknologi digital dan internet, salah satunya *smartphone*.

Fenomena baru seperti *phubbing* muncul atas ketergantungan manusia terhadap *smartphone* sehingga orang menjadi lebih apatis terhadap lingkungan karena terlalu fokus pada apa yang ada di dalam genggamannya. Menurut Chotpitayasunondh & Douglas (2016) mengatakan bahwa *phubbing* melibatkan penggunaan *smartphone* dalam pengaturan sosial dan lebih memilih berinteraksi dengan *smartphone* dari pada seseorang yang hadir di sekitarnya. Individu yang melakukan *phubbing* disebut *phubbers*, sedangkan yang menjadi korban *phubbing* disebut *phubbed*.

Fenomena *phubbing* dapat dilihat di kalangan remaja di daerah Kaliurang, Pakem, Sleman, DIY. Berdasarkan hasil wawancara dengan pihak Titian Fondation sebagai mitra dan remaja di daerah tersebut, diperoleh data bahwa mayoritas remaja seringkali mengabaikan lawan bicaranya dan lebih sibuk menggunakan *smartphone*. Didukung hasil survey yang dilakukan oleh Cherenson (2015) diperoleh hasil survey terhadap 333 pelajar dan mahasiswa, bahwa responden dapat menyumbangkan 11 jam/hari untuk *streaming* pada media sosial, guna tetap terhubung dengan aktivitas yang dilakukan orang lain. Akibatnya individu akan pasif di dunia nyata dan aktif di dunia maya dengan ingin terus terhubung dengan media sosial dibandingkan harus berinteraksi dengan lawan bicara secara langsung (*face to face*). Individu yang menggunakan *handphone*-nya secara berlebihan akan mengalami *short attention span* atau gangguan pemusatan perhatian. Efek jangka panjang dari penggunaan *smartphone* secara berlebihan adalah mengalami gangguan kesehatan.



Gambar 1 Wawancara dengan Remaja di Kaliurang, Pakem, Sleman, DIY

Hal ini tentunya akan sangat ironi jika melihat bahwa masyarakat Indonesia merupakan masyarakat yang dikenal santun dalam berbicara dan begitu menghormati serta menghargai lawan bicara. Namun kenyataannya fenomena ini seakan ingin merekonstruksi remaja generasi Z lebih memperlakukan *smartphone* sebagai teman sejatinya daripada memanusiakan manusia lainnya. Padahal salah satu bentuk indikator suatu komunikasi dikatakan efektif adalah kesamaan pemahaman antara pengirim dengan penerima pesan (DeVito, 2015). Hal ini tentunya tidak akan terjadi pada pelaku *phubbing* sehingga tidak akan terjalin komunikasi yang efektif dengan lingkungan.

Pelaku *phubbing* ini memerlukan penanganan segera. Layanan bimbingan dan konseling adalah layanan bantuan untuk siswa yang mengalami hambatan perkembangan atau permasalahan baik di bidang pribadi, belajar, sosial, maupun karir. Salah satu jenis layanan yang dapat diberikan kepada siswa yang menjadi pelaku *phubbing* yaitu bimbingan kelompok dengan teknik permainan. Permainan yang digunakan yaitu permainan-permainan tradisional yang mengandung nilai-nilai kerjasama dan komunikasi sehingga nilai-nilai tersebut dapat diinternalisasi oleh remaja dan dapat diaplikasikan dalam kehidupannya. Dengan menginternalisasi nilai-nilai kerjasama dan komunikasi, diharapkan dapat membentuk remaja anti *phubbing*.

METODE

Permainan tradisional dalam layanan bimbingan kelompok untuk membentuk remaja anti *phubbing* di wilayah Kaliurang, Pakem, Sleman di laksanakan pada tanggal 25 dan 26 Juli 2022 di Kantor Titian Foundation Kaliurang dengan pelaksana 3 orang dosen dan 2 orang mahasiswa. Kegiatan ini dilaksanakan dengan berbagai metode, yaitu: (1) Focus Group Discussion (FGD), (2) penyuluhan, dan (3) pendampingan. Metode-metode pelaksanaan pendampingan layanan bimbingan kelompok pada remaja anti *phubbing* yang dijabarkan sebagai berikut:

1. Persiapan

Focus Group Discussion (FGD) dengan remaja dan titian foundation sebagai mitra mengenai permainan tradisional dalam layanan bimbingan kelompok untuk membentuk remaja anti *phubbing*. Kegiatan FGD membahas tentang assement perilaku *phubbing* pada remaja di Kaliurang, Pakem, Sleman dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana perilaku *phubbing* sudah dilakukan pada remaja.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan dilakukan oleh tim pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat, serta di dampingi oleh tiga mahasiswa yang bertugas secara teknis dan administratif. Tahap pelaksanaan dilakukan 3 bulan. Fasilitator memberikan penyuluhan dan pendampingan selama delapan sesi dengan gambaran sebagai berikut :

- a. Sesi 1: penyuluhan tentang "Ancaman Perkembangan IPTEK bagi Generasi Z.
- b. Sesi 2: penyuluhan tentang "Phubbing dan Dampak buruknya".
- c. Sesi 3: penyuluhan tentang "Membentuk remaja anti Phubbing".
- d. Sesi 4: pendampingan layanan bimbingan kelompok pada remaja dengan permainan traditional fokus materi nomophobia.
- e. Sesi 5: pendampingan layanan bimbingan kelompok pada remaja dengan permainan traditional fokus materi konflik interpersonal.
- f. Sesi 6: pendampingan layanan bimbingan kelompok pada remaja dengan permainan traditional fokus materi isolasi diri.
- g. Sesi 7: pendampingan layanan bimbingan kelompok pada remaja dengan permainan traditional fokus materi pengakuan masalah.

- h. Sesi 8: pendampingan layanan bimbingan kelompok pada remaja dengan permainan tradisional fokus materi gangguan komunikasi.

3. Evaluasi

Evaluasi dilakukan oleh tim pelaksana kegiatan pengabdian dan tiga orang mahasiswa yang terlibat dalam program pengabdian. Setelah pendampingan selesai, fasilitator: (1) mengungkapkan kesimpulan pemahaman yang diperoleh peserta, (2) ketercapaian harapan peserta dari pelaksanaan pendampingan, (3) menggali kesan peserta dan pelaksanaan pendampingan dan (4) memberikan penguatan bagi peserta dalam membentuk remaja anti *phubbing* dan berdaya guna bagi peserta yang mengalami permasalahan *phubbing*.

4. Pendampingan

Setelah pelaksanaan kegiatan selesai, maka dilakukan tindak lanjut dengan melakukan pendampingan bagi remaja anti *phubbing*. Pendampingan ini lebih bersifat kolegial, yang menempatkan para remaja sebagai partner untuk memperbaiki kekurangan dan mengatasi hambatan sehingga dapat mewujudkan kegiatan ini untuk mengurangi permasalahan *phubbing*.

HASIL, PEMBAHASAN, DAN DAMPAK

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi mitra maka diperlukan suatu solusi terhadap permasalahan tersebut. Permasalahan yang dimaksudkan yaitu adanya *phubbing* yang diakibatkan oleh pemakaian ponsel yang berlebihan pada remaja di Kaliurang, Pakem, Sleman. Permasalahan *phubbing* jika tidak segera diatasi dapat menimbulkan dampak yang luar biasa bagi perkembangan akademis dan hubungan interpersonal remaja.

Solusi yang ditawarkan untuk menyelesaikan permasalahan tersebut adalah dengan mengadakan layanan bimbingan kelompok dengan permainan tradisional untuk membentuk remaja anti *phubbing*. Solusi tersebut memiliki asumsi bahwa melalui permainan tradisional dalam layanan bimbingan kelompok, dapat meningkatkan inisiatif remaja untuk menghindarkan diri dari *phubbing* serta dari layanan bimbingan kelompok yang diterapkan dapat membentuk remaja anti *phubbing*. Melalui permainan tradisional dalam layanan bimbingan kelompok, remaja mendapatkan ilmu pengetahuan tentang bahaya *phubbing* yang dapat menghambat keterampilan individu untuk berinteraksi dengan orang lain, remaja dapat menginternalisasi nilai-nilai kerjasama dan komunikasi, serta remaja lebih mengenal nilai-nilai Budaya Jawa dan jenis-jenis permainan tradisional.

Jenis-jenis permainan tradisional yang ditawarkan adalah permainan tradisional yang mengandung nilai-nilai kerjasama dan komunikasi di dalamnya, seperti gobak sodor, bentengan, dll. Permainan tradisional tersebut diberikan dalam layanan bimbingan kelompok yang menjadi salah satu strategi yang dapat dimanfaatkan dalam bidang bimbingan dan konseling. Permainan tradisional dalam layanan bimbingan kelompok diberikan dalam beberapa sesi sehingga dari aspek psikologis dapat terwujud remaja dengan Kesehatan mental yang baik dan lebih produktif.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Permainan Tradisional dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Membentuk Remaja Anti *Phubbing*” telah dilaksanakan di Kawasan Wisata Kaliurang bekerjasama dengan mitra “Titian Fondation” pada Bulan Juli-Agustus 2022. Kegiatan ini dilaksanakan oleh tim pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat, serta didampingi oleh dua mahasiswa yang bertugas secara teknis dan administratif.



Gambar 3 *Focus Group Discussion (FGD)* dengan Mitra "Titian Foundation"

Sebelum melaksanakan program pengabdian kepada masyarakat, telah dilaksanakan *focus group discussion (FGD)* dengan mitra pada tanggal 15 Juli 2022. Kegiatan FGD membahas tentang karakteristik subjek dalam program pengabdian kepada masyarakat di Kawasan Wisata Kaliurang, Sleman, DIY, dengan tujuan untuk menciptakan model yang sesuai dengan karakteristik subjek tersebut. Berdasarkan hasil FGD, maka tim pengabdian kepada masyarakat memutuskan untuk melakukan penyuluhan dan memberikan layanan bimbingan kelompok menggunakan permainan tradisional kepada subjek pengabdian. Permainan tradisional yang digunakan yaitu *bentengan* dan *congklak (dakon)*.

Permainan Tradisional dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Membentuk Remaja Anti *Phubbing* dilaksanakan pada tanggal 25 dan 26 Juli 2022 di Kantor Titian Foundation Kaliurang. Kegiatan tersebut dilakukan secara tatap muka dengan peserta sebanyak empat belas siswa kelas 6 Sekolah Dasar yang berada pada masa perkembangan anak-anak akhir dan remaja awal. Tahap awal dalam program ini dilakukan penyuluhan tentang IPTEK dan *phubbing*. Kegiatan penyuluhan tersebut dilakukan oleh Ulfa Danni Rosada, M.Pd., Kons., Dian Ari Widyastuti, M.Pd., dan Siti Muyana, M.Pd. pada tanggal 25 Juli 2022.



Gambar 4 Penyuluhan oleh Ulfa Danni Rosada, M.Pd., Kons.



Gambar 5 Penyuluhan oleh Dian Ari Widyastuti, M.Pd.



Gambar 6 Penyuluhan oleh Siti Muyana, M.Pd.

Pasca pelaksanaan penyuluhan tentang IPTEK dan *phubbing*, maka di tanggal 26 Juli 2022 tim pengabdian melaksanakan layanan bimbingan kelompok menggunakan permainan tradisional *bentengan* dan *congklak/dakon*. Subjek pengabdian sangat antusias dan aktif mengikuti layanan yang diberikan oleh tim pengabdian.



Gambar 7 Layanan Bimbingan Kelompok dengan Permainan Tradisional *Bentengan*



Gambar 8 Layanan Bimbingan Kelompok dengan Permainan Tradisional *Congklak*

Hasil program pengabdian kepada masyarakat dengan tema ” Permainan Tradisional dalam Layanan Bimbingan Kelompok untuk Membentuk Remaja Anti *Phubbing*” terbukti memberikan dampak yang signifikan bagi mitra sebab potensi remaja mengalami *phubbing* di Kawasan Wisata Kaliurang sangatlah tinggi mengingat orang tua sudah memberikan *gadget* kepada anak-anak sejak usia Sekolah Dasar.

Permainan tradisional dalam layanan bimbingan kelompok dipilih sebagai intervensi dalam program pengabdian kepada masyarakat karena dipandang dapat meningkatkan inisiatif remaja untuk menghindarkan diri dari *phubbing*. Melalui permainan tradisional dalam layanan bimbingan kelompok, remaja mendapatkan ilmu pengetahuan tentang bahaya *phubbing* yang dapat menghambat keterampilan individu untuk berinteraksi dengan orang lain, remaja dapat menginternalisasi nilai-nilai kerjasama dan komunikasi, serta remaja lebih mengenal nilai-nilai Budaya Jawa dan jenis-jenis permainan tradisional.

Jenis-jenis permainan tradisional yang digunakan yaitu permainan tradisional yang mengandung nilai-nilai kerjasama dan komunikasi di dalamnya, seperti *bentengan* dan *congklak/dakon*. Permainan tradisional tersebut dilaksanakan secara berkelompok/bertim dan diberikan dalam layanan bimbingan kelompok yang menjadi salah satu strategi yang dapat dimanfaatkan dalam bidang bimbingan dan konseling. Permainan tradisional dalam layanan bimbingan kelompok diberikan dalam beberapa sesi sehingga dari aspek psikologis dapat terwujud remaja dengan kesehatan mental yang baik dan lebih produktif.

SIMPULAN

Permainan tradisional yang diterapkan dalam layanan bimbingan kelompok memiliki dampak yang signifikan sebagai upaya preventive *phubbing* pada anak-anak akhir dan remaja awal di Kawasan Wisata Kaliurang, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami sampaikan terimakasih pada seluruh pihak yang telah berpartisipasi memberikan berbagai support yang mendukung pelaksanaan pengabdian masyarakat ini, kepada: 1). Universitas Ahmad Dahlan sebagai pemberi dana, 2). Yayasan Titian Fondation sebagai Mitra, dan 3). Prodi BK yang telah memberikan ijin pelaksanaan pengabdian dan Mahasiswa Prodi BK yang telah berkontribusi secara langsung

DAFTAR PUSTAKA

- Adiansah Wandu., dkk. (2019). Person in Environment Remaja Pada Era Revolusi Industri 4.0. *Jurnal Pekerjaan Sosial*, 2(1). Hal. 50
- Chotpitayasunondh, V., & Douglas, K. M. (2016). How “Phubbing” Becomes the Norm: The Antecedents and Consequences of Snubbing via Smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9-18.
- Cherenson, M. (2015). Survey: Snapchat instagram, Facebook in deat heat for student use.
- DeVito, J.A. 2015. *The Interpersonal Communication Book*. New York: Person Education.