



# Psikoedukasi “Cerdas Menggunakan Gadget dan Internet untuk Anak”: Upaya untuk Meningkatkan Pengetahuan Literasi Digital Anak

## Psychoeducation “Cerdas Menggunakan Gadget dan Internet untuk Anak”: An Effort to Improve Children’s Digital Literacy Knowledge

Tina Afiatin,\* Sutarimah Ampuni, Muhammad Ikbal Wahyu Sukron, Anggia Atin Aprila, Salma Nur Hanifah, dan Zahra Frida Intani

Fakultas Psikologi, Universitas Gadjah Mada, Indonesia

\*Alamat korespondensi: Email: [afiatin04@ugm.ac.id](mailto:afiatin04@ugm.ac.id)

(Naskah masuk 15 Juli 2024; Naskah revisi 11 September 2024; Naskah diterima 11 September 2024; Naskah terbit 27 September 2024)

### Abstrak

Rendahnya literasi digital dapat meningkatkan risiko terpaparnya dampak negatif dari penggunaan *gadget* dan *internet* seperti mudah terprovokasi oleh hoaks, *cyberbullying*, dan ujaran kebencian. Diperlukan sebuah upaya untuk meningkatkan literasi digital di kalangan masyarakat khususnya anak-anak, karena di usia tersebut anak masih rentan dan membutuhkan pendampingan dari orang dewasa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi “Cerdas Menggunakan Gadget dan Internet untuk Anak” dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman literasi digital anak. Metode penelitian ini adalah eksperimen acak dengan menggunakan *pre-post control group design*. Partisipan dalam penelitian ini merupakan anak berusia 9-11 tahun pada sebuah SD di Yogyakarta yang dibagi secara acak ke dalam kelompok eksperimen ( $n = 38$ ) dan kontrol ( $n = 38$ ). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan tentang penggunaan *gadget* dan *internet* yang signifikan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol ( $t = 2,079, p = 0,041, p < 0,05$ ) dengan rata-rata kelompok eksperimen lebih tinggi ( $n = 38, M = 1,816, SD = 1,74$ ) daripada kelompok kontrol ( $n = 38, M = 0,921, SD = 2,01$ ).

**Kata Kunci:** anak; *gadget*; internet; literasi digital; psikoedukasi

### Abstract

Low digital literacy can increase the risk of exposure to the negative impacts of using gadgets and the internet, such as being easily provoked by hoaxes, cyberbullying, and hate speech. Efforts are needed to increase digital literacy among the community, especially children, because at that age, children are still vulnerable and need assistance from adults. This research aims to determine the influence of the “Cerdas Menggunakan Gadget dan Internet untuk Anak” psychoeducation in increasing children’s digital literacy knowledge. The research method is randomized experimental, using a pre-post control group design. Participants in this study were children aged 9-11 years at an elementary school in Yogyakarta, who were randomly divided into the experimental group ( $n = 38$ ) and the control group ( $n = 38$ ). The results of this study show a difference in knowledge regarding the use of gadgets and the internet between the experimental group and the control group ( $t = 2,079, p = 0,041, p < 0,05$ ), with a higher average observed in the experimental group ( $n = 38, M = 1,816, SD = 1,74$ ) than the control group ( $n = 38, M = 0,921, SD = 2,01$ ).

**Keywords:** children; digital literacy; gadget; internet; psychoeducation

Dewasa ini, *gadget* dan *internet* mengalami perkembangan yang pesat seiring berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi. Keberadaan *gadget* dan *internet* berdampak signifikan bagi kehidupan individu sehingga menjadi hal yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, dan tidak sedikit yang mengalami penggunaan *internet* yang tidak sehat (Canogullari & Cenkseven-Onder, 2022; Dursun & Ceyhan, 2023). Data Survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia [APJII] (2023) mencatat bahwa dari sekitar 270 juta penduduk Indonesia, sekitar

215 juta di antaranya adalah pengguna internet. Laporan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2022 juga menunjukkan bahwa 33,44% anak berusia 0-6 tahun sudah mampu menggunakan ponsel dengan 24,96% di antaranya telah memiliki akses ke *internet* (Badan Pusat Statistik [BPS], 2022). Data-data tersebut menunjukkan bahwa pesatnya perkembangan *internet* dan tingginya kebutuhan masyarakat akan internet (I. Hidayati & Afiatin, 2020; Pendent, 2003). Di sisi lain, tingginya penggunaan *internet* di Indonesia tidak diiringi dengan tingkat literasi digital yang



memadai. Data tahun 2023 menyatakan bahwa literasi digital di Indonesia masih berada di bawah negara-negara ASEAN lainnya, yakni 62% dari rata-rata 70% (Anam, 2023). Tingkat literasi digital masyarakat Indonesia berada pada angka 3,54 dari indeks 1-5. Dari empat pilar literasi digital (*digital skills*, *digital safety*, *digital ethics*, dan *digital culture*), *digital safety* merupakan pilar dengan tingkat yang paling rendah. Berdasarkan laporan *Institute for Management Development* dalam *World Digital Competitiveness*, indeks literasi digital Indonesia berada pada urutan 51 dari 63 negara (Sumantri, 2023).

Literasi digital yang rendah mengindikasikan kurangnya kemampuan masyarakat dalam empat pilar literasi digital, yakni *digital skills* (kemampuan dalam menggunakan perangkat keras dan sistem operasi digital), *digital safety* (kemampuan dalam membangun keamanan digital dalam kehidupan sehari-hari), *digital ethics* (kemampuan dalam mempertimbangkan dan menyesuaikan tata kelola etika digital), dan *digital culture* (kemampuan dalam membangun wawasan kebangsaan dalam kehidupan sehari-hari melalui perangkat digital) (Monggilo *et al.*, 2021). Rendahnya literasi digital membuat masyarakat tidak dapat memanfaatkan internet dalam kehidupan sehari-hari secara maksimal, seperti pencarian informasi, akses aplikasi yang memudahkan pekerjaan, kebutuhan penunjang sekolah, dan mendapatkan hiburan (Monggilo *et al.*, 2021). Literasi digital yang rendah juga membuat masyarakat kurang mampu mengatasi dampak negatif dari *gadget* dan *internet*, seperti mudah terprovokasi oleh hoaks dan kurang memahami proteksi data pribadi (Monggilo *et al.*, 2021), terjerumus dalam konten negatif seperti pornografi (Setyawan, 2015), *cyberbullying* dan ujaran kebencian (Gorzig & Olafsson, 2012). Dengan berbagai dampak negatif dari rendahnya literasi digital tersebut, maka diperlukan sebuah upaya untuk meningkatkan literasi digital di kalangan masyarakat Indonesia, terutama anak-anak. Anak-anak menjadi kelompok rentan yang terpapar dampak negatif dari internet dan memerlukan pendampingan serta bimbingan orang tua (Pons-Salvador *et al.*, 2018). Karenanya, diperlukan sebuah cara untuk meningkatkan literasi digital sebagai upaya memaksimalkan manfaat dan meminimalkan risiko penggunaan *gadget* dan *internet*, terutama anak-anak. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah melalui psikoedukasi.

Psikoedukasi adalah salah satu pendekatan yang digunakan untuk meningkatkan pengetahuan individu melalui gabungan berbagai metode pembelajaran (Coralia *et al.*, 2020). Psikoedukasi merupakan metode yang bertujuan untuk memberikan edukasi maupun strategi terapeutik untuk meningkatkan kualitas individu (Solomon, dalam Bhattacharjee *et al.* (2011). Psikoedukasi adalah pendekatan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan individu (Stuart & Laraia, dalam Zikra *et al.* (2022). Beberapa penelitian menyatakan efektivitas psikoedukasi dalam meningkatkan pengetahuan individu (Arman & Kurniawati, 2019; Coralia *et al.*, 2020; Putra & Soetikno, 2018; Saputra & Annisa, 2021; Yubiana *et al.*, 2023). Berbeda dengan metode ceramah yang menekankan pada pemberian informasi satu arah, pendekatan psikoedukasi merupakan pelatihan keterampilan yang menggabungkan kemampuan berpikir (pendekatan akademik) dan pengalaman langsung individu (pendekatan eksperiensial) yang

disusun secara terstruktur (Supratiknya, 2011). Individu tidak hanya menggunakan kemampuan berpikirnya, tetapi juga mendapatkan kesempatan untuk mengalami maupun merefleksikan kembali pengalamannya terkait tema psikoedukasi. Psikoedukasi menekankan pada aspek kognitif seperti proses belajar, edukasi, pemahaman diri, dan kesadaran diri (Brown dalam Zikra *et al.* (2022).

Psikoedukasi dapat digunakan sebagai intervensi preventif maupun remedial (Supratiknya, 2011). Dalam penelitian ini, psikoedukasi digunakan sebagai intervensi preventif untuk mencegah risiko penggunaan *gadget* yang berlebihan dan tidak tepat. Psikoedukasi perlu dilakukan untuk memberikan pengetahuan terkait penggunaan *gadget* yang baik dan tepat pada anak sebagai usaha untuk memaksimalkan manfaat yang didapatkan. Modul “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” adalah modul yang disusun untuk memberikan pengetahuan cara penggunaan *gadget* yang baik dan benar pada anak. Modul ini terdiri dari materi dan panduan yang telah disusun secara terstruktur untuk memberikan pengetahuan dan aplikasi penggunaan *gadget* yang sesuai untuk anak. Modul ini terdiri dari materi pengenalan *gadget*, manajemen *screen time*, regulasi diri dalam penggunaan *gadget*, keamanan digital, dan etika dalam berjejaring *online*. Modul ini telah terbukti valid dengan skor Aiken’s V adalah 0,864 (Afiatin *et al.*, 2024). Psikoedukasi menggunakan modul “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” dapat menjadi salah satu solusi untuk meningkatkan literasi digital di Indonesia, khususnya anak-anak. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman anak terkait penggunaan *gadget* dan *internet* yang tepat. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat perbedaan pada pengetahuan dan pemahaman anak tentang penggunaan *gadget* dan *internet* sebelum dan sesudah mengikuti psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak”.

## 1. Metode

### 1.1 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional

Variabel tergantung dari penelitian ini adalah pengetahuan dan pemahaman tentang penggunaan *gadget* dan *internet* pada anak. Pengetahuan dan pemahaman tentang *gadget* dan *internet* pada anak adalah jumlah jawaban benar yang diperoleh oleh anak berdasarkan tes pengetahuan dan pemahaman tentang penggunaan *gadget* dan *internet*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemberian psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak”. Psikoedukasi tersebut adalah sebuah intervensi yang diberikan kepada kelompok anak untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman yang pelaksanaannya dilakukan berdasarkan perangkat modul “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak”.

### 1.2 Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah 76 siswa laki-laki ( $n = 45$ ; 59,21%) dan perempuan ( $n = 31$ ; 40,79%) dari sebuah SD di Yogyakarta dengan rentang usia 9-11 tahun. Lihat Table 1

Tabel 1

Deskripsi Demografis Partisipan ( $n = 76$ )

Karakteristik	Kelompok Eksperimen		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis kelamin				
Laki-laki	25	65,8	20	62,6
Perempuan	13	34,2	18	47,4
Usia				
9 tahun	-	-	3	7,9
10 tahun	16	42,1	16	42,1
11 tahun	22	57,9	19	50

### 1.3 Desain Eksperimen

Penelitian ini merupakan eksperimen dengan menggunakan *pre-post control group design* (Shadish *et al.*, 2002). Partisipan dalam penelitian ini dibagi secara acak ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Penelitian dilakukan di sebuah SD di Yogyakarta. Berdasarkan izin dari Kepala Sekolah, peserta penelitian adalah siswa kelas 4 dan 5 dengan jumlah 76 orang. Selanjutnya, dilakukan pengundian (*random assignment*) untuk menentukan kelompok siswa yang masuk dalam kelompok eksperimen atau kelompok kontrol. Berdasarkan hasil tersebut, diperoleh 38 siswa pada kelompok eksperimen dan 38 siswa pada kelompok kontrol. Siswa yang masuk ke dalam kelompok eksperimen mendapatkan psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak”, sedangkan siswa yang masuk ke dalam kelompok kontrol diperlakukan sebagai *waiting list* yang akan mendapatkan psikoedukasi setelah pengukuran *post-test* dilakukan. Sebelum psikoedukasi dilakukan, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mendapatkan *pre-test* dan setelah psikoedukasi dilakukan, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol mendapatkan *post-test*.

### 1.4 Prosedur Penelitian

Uji Validitas Perangkat Modul “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” akan menggunakan perangkat modul “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” yang telah disusun oleh tim *Center for Life-Span Development* (CLSD) Fakultas Psikologi UGM (2023) dengan menggunakan pendekatan kognitif. Perangkat modul tersebut telah melalui tahap validitas isi dengan melibatkan lima orang *rater* praktisi psikologi sebagai *expert judgment* yang berpengalaman dalam penyusunan modul. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh skor Aiken’s V keseluruhan aspek sebesar 0,864 yang menunjukkan bahwa perangkat modul tersebut memiliki validitas isi yang baik dan dapat digunakan sebagai pedoman dalam melakukan psikoedukasi penggunaan *gadget* dan *internet* yang tepat kepada anak (Afiatin *et al.*, 2024).

Perangkat modul “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” terdiri dari 5 Kegiatan Belajar dengan tema KB 1: *Gadget* dan *Internet* Sehat bagi Anak, KB 2: Regulasi Diri dalam Penggunaan *Gadget* dan *Internet*, KB 3: Manajemen *Screen Time*, KB 4: Keamanan Digital (*Digital Safety*), dan KB 5: Etika Berjejaring *Online*. Selain melalui metode ceramah, kegiatan belajar dilengkapi dengan pengisian *worksheet*, diskusi, dan *roleplay* yang ditujukan untuk mendukung peningkatan

pengetahuan dan pemahaman anak.

### 1.5 Uji Coba Instrumen Tes Pengetahuan dan Pemahaman Tentang Penggunaan *Gadget* dan *Internet*

Uji keterbacaan dan validitas isi tes pengetahuan dan pemahaman tentang penggunaan *gadget* dan *internet*, terdiri dari tim peneliti yang menyusun tes pengetahuan dan pemahaman tentang penggunaan *gadget* dan *internet* berupa soal dengan jawaban benar atau salah sejumlah 180 aitem. Tim melakukan uji keterbacaan tes dengan melibatkan lima orang anak berusia 9-11 tahun di sebuah dusun di Yogyakarta untuk mengetahui apakah tes tersebut telah menggunakan kalimat yang mudah dipahami oleh anak. Prosedur uji keterbacaan ini sudah disetujui oleh Komite Etika Universitas Gadjah Mada melalui Persetujuan Etika Penelitian dengan nomor 12112/UN1/FPSi.1.3/SD/PT.01.04/2023 yang diterbitkan pada 6 Oktober 2023. Berdasarkan hasil uji keterbacaan tersebut, diperoleh komentar, catatan, dan masukan yang disampaikan oleh anak. Selanjutnya, tes tersebut ditelaah oleh tim peneliti untuk dilakukan perbaikan formulasi kalimatnya.

Selanjutnya, tes yang telah direvisi dinilai oleh lima orang pakar (*expert judgement*) yang merupakan ahli psikometri untuk menilai kesesuaian antara aspek-aspek pengetahuan dan pemahaman tentang penggunaan *gadget* dan *internet* dengan rumusan kalimat dalam tes tersebut. Para pakar diminta untuk menilai kesesuaian tersebut dengan memberikan skor dari 1 (tidak sesuai) sampai dengan 5 (sangat sesuai). Berdasarkan hasil penilaian tersebut, dilakukan analisis uji Aiken’s V dan diperoleh 60 aitem valid dengan skor Aiken’s V  $\geq 0,80$  yang selanjutnya digunakan sebagai aitem-aitem dalam tes pengetahuan dan pemahaman tentang *gadget* dan *internet* untuk anak.

### 1.6 Uji Coba Tes Pengetahuan dan Pemahaman Tentang Penggunaan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak

Tes yang telah memenuhi validitas isi (Aiken’s V  $\geq 0,80$ ) sebagaimana yang telah dijelaskan sebelumnya, selanjutnya diujicobakan kepada 120 siswa berusia 9-11 tahun di sebuah SD di Yogyakarta pada hari Senin, 30 Oktober 2023 atau 2 hari sebelum pelaksanaan psikoedukasi. Data hasil uji coba yang terkumpul kemudian dilakukan analisis aitem soal dengan menggunakan teknik analisis Iteman 3.6 untuk melihat daya diskriminasi aitem-aitem tersebut. Aitem dinyatakan valid bila memiliki daya diskriminasi  $> 0,25$  ( $\alpha = 0,606$ ). Hasil uji validitas menunjukkan bahwa tes valid untuk mengukur pengetahuan dan pemahaman



anak tentang *gadget* dan *internet* ( $r_{pbis} > 0,25$ ;  $\alpha = 0,608$ ). Berdasarkan hasil analisis tersebut, diperoleh 13 aitem tes pengetahuan (9 item) dan tes pemahaman (4 item) tentang penggunaan *gadget* dan *internet*. Soal berupa kalimat deskriptif (mengandung pernyataan benar atau salah). Peserta mendapat skor 1 jika jawaban benar dan skor 0 jika jawaban salah. Contoh aitem pengetahuan seperti, “ketika menggunakan *internet*, boleh menuliskan komentar mengejek pada postingan orang lain yang jahat”. Sementara itu, contoh aitem pemahaman seperti, “kebanyakan bermain *gadget* bisa membuat orang tidak peduli dengan lingkungan sekitar”.

Setelah mendapatkan tes yang valid, tes tersebut digunakan untuk melakukan skrining skor tes pengetahuan pada siswa kelas 4 dan 5 SD tersebut. Berdasarkan hasil yang diperoleh, dilakukan kategorisasi untuk mengkategorikan siswa dalam kategori rendah - sedang - tinggi. Siswa yang mendapat skor dengan kategori rendah dan sedang (76 siswa) diberikan psikoedukasi. Selanjutnya, para siswa yang mendapatkan skor dalam kategori rendah dan sedang dibagi secara *random assignment* ke dalam kelompok eksperimen ( $n = 38$ ) dan kelompok kontrol ( $n = 38$ ). Kelompok eksperimen mendapatkan psikoedukasi “*Cerdas Menggunakan Gadget dan Internet untuk Anak*”, sedangkan kelompok kontrol diperlakukan sebagai kelompok *waiting list* yang akan mendapatkan psikoedukasi setelah pengukuran *post-test* dilakukan.

### 1.7 Pelaksanaan Psikoedukasi “Cerdas Menggunakan Gadget dan Internet untuk Anak”

Psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” dilaksanakan pada hari Rabu, 1 November 2023 pukul 07.30 - 11.55 WIB, di sebuah SD di Yogyakarta. Penelitian ini telah disetujui oleh Komite Etika Universitas Gadjah Mada melalui Persetujuan Etika Penelitian dengan nomor 12863/UN1/FPSi.1.3/SD/PT.01.04/2023 yang diterbitkan pada tanggal 25 Oktober 2023.

Sebelum dilakukan psikoedukasi, baik kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol diberikan *pre-test* tes pengetahuan dan pemahaman tentang penggunaan *gadget* dan *internet* untuk anak.

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di sebuah ruangan yang luas dengan *setting* anak-anak duduk lesehan dengan meja di depan. Fasilitator dan *co-fasilitator* dalam psikoedukasi ini merupakan seorang ahli dalam bidang psikologi pendidikan dan memiliki pengalaman pada penyusunan modul dan pelaksanaan psikoedukasi dan pelatihan. Sementara itu, observer dilakukan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi UGM (tim CLSD). Metode psikoedukasi terdiri dari ceramah, tanya jawab, pengisian *worksheet*, *sharing* pengalaman, dan diskusi. *Rundown* pelaksanaan psikoedukasi dapat dilihat pada Lampiran 1.

Setelah psikoedukasi selesai dilaksanakan, selanjutnya diberikan *post-test* pengetahuan dan pemahaman tentang penggunaan *gadget* dan *internet* untuk anak baik pada kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol. *Post-test* dilakukan pada tanggal 1 November 2023.

## 2. Hasil

Peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi berupa uji normalitas dan homogenitas sebelum melakukan uji hipotesis. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggu-

nakan *independent sample t-test* dengan SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*) versi 25.0; untuk melihat perbedaan *gain score* (skor *post-test* dikurangi skor *pre-test*) antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Lihat Tabel 2

Berdasarkan Tabel 2. Data statistik deskriptif di atas, ditunjukkan bahwa skor pada tes pengetahuan dan pemahaman (13 aitem) diperoleh rata-rata *gain score* kelompok eksperimen sebesar 2,5263 dan kelompok kontrol sebesar 1,552. Sementara pada skor tes pengetahuan saja (9 aitem), diperoleh rata-rata *gain score* kelompok eksperimen adalah 1,816, sedangkan rata-rata *gain score* kelompok kontrol adalah 0,921. Lihat Table 3

Berdasarkan Tabel 3. Test of homogeneity, variansi skor pengetahuan anak tentang penggunaan *gadget* dan *internet* pada kelompok eksperimen dan kontrol dalam penelitian ini bersifat homogen ( $p = 0,813$ ;  $> 0,05$ ). Dengan demikian, kedua kelompok dalam penelitian ini memiliki karakteristik yang sama. Lihat Tabel 4

### 2.1 Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil pada Tabel 4, dapat diketahui bahwa pada tes pengetahuan dan pemahaman (13 aitem), diperoleh rata-rata *gain score* kelompok eksperimen sebesar 2,5263, sedangkan kelompok kontrol sebesar 1,552. Selanjutnya, dilakukan uji *t* dan diperoleh  $t=1,788$ ;  $p=0,078$  ( $p>0,05$ ). Dengan demikian untuk aspek pengetahuan dan pemahaman, dapat disimpulkan bahwa perbedaan *gain score* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak signifikan.

Berdasarkan tabel 4 tersebut juga diketahui bahwa pada tes pengetahuan saja (9 aitem), diperoleh rata-rata *gain score* kelompok eksperimen sebesar 1,816 sedangkan rata-rata *gain score* kelompok kontrol adalah 0,921. Selanjutnya dilakukan uji *t* dan diperoleh  $t = 2,079$ ;  $p=0,041$  ( $p<0,05$ ). Dengan demikian untuk aspek pengetahuan saja, dapat disimpulkan bahwa perbedaan *gain score* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol signifikan.

Berdasarkan paparan hasil tabel 4 tersebut, dapat disimpulkan bahwa psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” dapat meningkatkan aspek pengetahuan penggunaan *gadget* dan *internet* saja. Namun, tidak dapat untuk meningkatkan aspek pemahamannya.

## 3. Diskusi

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” terhadap peningkatan pengetahuan dan pemahaman anak tentang penggunaan *gadget* dan *internet*. Berdasarkan revidi terhadap penelitian sebelumnya, peneliti berasumsi bahwa program psikoedukasi akan meningkatkan pengetahuan anak (Arman & Kurniawati, 2019; Coralia *et al.*, 2020; Putra & Soetikno, 2018; Saputra & Annisa, 2021; Yubiliana *et al.*, 2023). Pada penelitian ini, hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan tentang penggunaan *gadget* dan *internet* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan rata-rata yang lebih tinggi pada kelompok eksperimen. Hal ini menunjukkan bahwa psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” berpengaruh

**Tabel 2**  
Data Statistik Deskriptif

Variabel	Gain Score Kelompok Eksperimen				Gain Score Kelompok Kontrol			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Pengetahuan dan pemahaman siswa tentang <i>gadget</i> dan <i>internet</i> (13 aitem)	-1	8	2,5263	2,202	-1	12	1,552	2,533
Pengetahuan siswa tentang <i>gadget</i> dan <i>internet</i> (9 aitem)	-1	5	1,816	1,74	-2	8	0,921	2,01
Min skor minimum, max skor maksimum, SD deviasi standar								

**Tabel 3**  
Test of Homogeneity

		Levene's Test for Equality of Variances		
		F	p	df
Gain score pengetahuan anak tentang <i>gadget</i> dan <i>internet</i>	Equal variances assumed	0,057	0,813	74
	Equal variances not assumed			72, 532

signifikan terhadap peningkatan pengetahuan anak. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Berdasarkan hasil analisis, tidak terdapat perbedaan pemahaman tentang penggunaan *gadget* dan *internet* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Dengan demikian, dapat diketahui bahwa psikoedukasi ini tidak dapat untuk meningkatkan pemahaman penggunaan *gadget* dan *internet* pada anak. Fakeh *et al.* (2012) menyatakan bahwa metode yang digunakan dapat memengaruhi level pemahaman individu. Pada aitem tes pemahaman, tidak hanya mengungkapkan pengetahuan terhadap sesuatu, tetapi juga mengaitkan satu hal dengan hal yang lain. Misalnya, kaitan antara intensitas *screen time* dengan interaksi antara anak dan orang tua. Dalam modul ini, belum mencakup materi yang mengkaji hubungan sebab-akibat. Materi lebih banyak memberikan informasi tentang penggunaan *gadget* dan *internet* sehingga belum dapat memfasilitasi pemahaman anak. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian Schilder *et al.* (2016), untuk meningkatkan kesadaran penggunaan *gadget* dan *internet*, diperlukan adanya penekanan materi tentang perilaku *online* yang berisiko. Pada modul ini, belum ada materi tentang perilaku *online* yang berisiko.

Psikoedukasi sebagai intervensi terstruktur yang mengajarkan pengetahuan dan keterampilan kepada individu maupun masyarakat dapat diberikan melalui berbagai metode pembelajaran seperti ceramah, menonton video, dan diskusi (Coralia *et al.*, 2020; Nelson dalam Yubiliana *et al.*, 2023). Psikoedukasi memungkinkan individu untuk berbagi pengetahuan maupun mengalami tema atau konteks psikoedukasi secara langsung sehingga mendukung perolehan pengetahuan yang lebih efektif. Dalam penelitian ini, psikoedukasi dilakukan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman terkait pengenalan *gadget*, manajemen *screen time*, regulasi diri dalam penggunaan *gadget*, keamanan digital, dan etika dalam berjejaring *online* yang akan membantu dalam meningkatkan pengetahuan literasi digital pada anak-anak.

Pengetahuan tentang *gadget* dan *internet* yang diterima anak selama mengikuti psikoedukasi berdampak terhadap kemahiran literasi digital anak. Ascione dalam Erwin dan Mohammed (2022) menyebutkan bahwa pengetahuan tentang literasi digital akan membantu anak dalam mencari, mengevaluasi, dan memastikan kredibilitas informasi dari sumber yang terpercaya; sekaligus

menghindarkan anak dari risiko kejahatan di ruang siber. Kemahiran literasi digital anak ditunjukkan melalui kemampuan anak dalam proses mengintegrasikan informasi di ruang digital yang bergantung pada pengetahuan tentang literasi digital dan pengetahuan teknis penggunaan perangkat digital (Bulger *et al.*, 2014).

Literasi digital adalah kemampuan individu dalam mengoperasikan alat dan menggunakan media digital secara bertanggung jawab (Monggilo *et al.*, 2021). Literasi digital terdiri dari 4 nilai, yakni *digital skills*, *digital safety*, *digital ethics*, dan *digital culture*. *Digital skills* mencakup kecakapan individu tentang pengoperasian alat-alat digital seperti mesin pencari dan aplikasi. *Digital safety* adalah kecakapan individu dalam melindungi diri dan perangkat yang dimiliki dari kejahatan digital. *Digital ethics* adalah kecakapan individu dalam beretika di dunia digital serta mencakup kemampuan mengenali hoaks, penipuan, dan berbagai konten negatif. Sementara itu, *digital culture* adalah kemampuan individu dalam menggunakan kompetensi digitalnya untuk berperan sebagai warga negara yang bertanggung jawab dan menyadari hak serta kewajibannya.

Individu dengan pengetahuan literasi digital yang tinggi akan mampu menggunakan *gadget* dan *internet* dengan memaksimalkan fungsinya. Kompetensi literasi digital sangat penting untuk mengembangkan sikap dan perilaku yang aman dalam penggunaan teknologi (Saputra & Annisa, 2021). Pemanfaatan teknologi dengan lebih efektif akan dapat diperoleh apabila didasarkan dengan kompetensi literasi digital yang baik (Zhao dalam Saputra dan Annisa (2021). Di sisi lain, individu dengan literasi digital yang rendah berisiko untuk salah dalam memahami dan menyikapi informasi-informasi digital yang dapat dilihat pada permasalahan-permasalahan perilaku akibat penyalahgunaan *internet* (Saputra & Annisa, 2021). Beberapa sumber menyatakan bentuk penyalahgunaan *gadget* dan *internet* berupa *cyberbullying* (UNICEF, 2021), penipuan *online* (Gainsbury *et al.*, 2019), pornografi dan *cybersex* (Juditha, 2020) (Monggilo *et al.*, 2021). Permasalahan seperti *cybersex* maupun hubungan seksual pranikah juga didukung dengan adanya *internet* dan media digital (Juditha, 2020). Kasus-kasus tersebut mengindikasikan bahwa pentingnya literasi digital sebagai panduan dalam penggunaan *gadget* dan *internet*.

Materi-materi psikoedukasi "Cerdas Menggunakan Ga-

Tabel 4

Independent Sample T-Test Gain Score Pengetahuan Tentang Gadget dan Internet

Variabel	Kel. eksperimen (n = 38)		Kel. kontrol (n = 38)		*Mean diff.	t	p
	M	SD	M	SD			
Pengetahuan dan pemahaman gadget dan internet (13 aitem)	2,5263	2,202	1,552	2,533	0,97368	1,788	0,078
Pengetahuan tentang gadget dan internet (9 aitem)	1,816	1,74	0,921	2,01	0,8974	2,079	0,041

\*selisih mean kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

dget dan Internet untuk Anak” pada penelitian ini disampaikan dengan metode ceramah dan dilanjutkan dengan pemberian lembar kerja pada setiap sesi untuk mengevaluasi pengetahuan anak terkait materi yang disampaikan. Sesuai dengan penelitian sebelumnya, pemberian psikoedukasi menggunakan metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan partisipan psikoedukasi (Irdianti *et al.*, 2023). Selain itu, lembar kerja dapat membantu anak untuk menemukan konsep inti dari materi yang disampaikan sehingga akan meningkatkan pengetahuan anak terkait konsep baru yang dipelajari (Hidayati *et al.*, 2020), khususnya terkait pengetahuan tentang *gadget* dan *internet* dalam penelitian ini.

Dalam penelitian ini, psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” difasilitasi oleh psikolog yang telah berpengalaman dalam memberikan pelatihan. Sementara itu, sebagian besar sekolah belum memiliki sumber daya (guru) yang memiliki kualifikasi seperti psikolog yang berpengalaman dalam memberikan pelatihan, sehingga implikasi hasil penelitian ini untuk dilakukan di sekolah-sekolah masih memerlukan pembekalan atau penyiapan guru-guru sebagai pelaksana psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak”. Selain itu, pelaksanaan psikoedukasi dalam penelitian ini hanya menggunakan satu sekolah. Untuk meningkatkan validitas eksternal penelitian, perlu dilakukan penelitian yang sama di sekolah-sekolah lain untuk mendapatkan gambaran efektivitas psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” yang bisa diterapkan dengan cakupan yang lebih luas.

#### 4. Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” dapat meningkatkan pengetahuan tentang penggunaan *gadget* dan *internet* pada anak. Namun, implikasi penerapan psikoedukasi ini di sekolah-sekolah masih memerlukan penyiapan atau pembekalan pada guru-guru di sekolah sebagai fasilitator pelaksana psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak”.

##### 4.1 Saran

Pelaksanaan psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” pada penelitian ini menggunakan psikolog yang sudah berpengalaman sehingga untuk bisa mendapatkan kualifikasi fasilitator psikoedukasi yang memadai, maka sekolah disarankan untuk dapat menyelenggarakan *training for trainer* fasilitator psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” bagi para guru. Untuk peneliti selanjutnya perlu dilak-

ukan penelitian tentang efektivitas psikoedukasi “Cerdas Menggunakan *Gadget* dan *Internet* untuk Anak” dengan cakupan atau area yang lebih luas lagi serta efektivitas psikoedukasi yang dilakukan oleh para guru. Selain itu, perlu untuk menambahkan materi modul terkait metode yang memfasilitasi peserta untuk dapat mengaitkan hubungan sebab-akibat antara satu hal dengan hal yang lain guna memfasilitasi peningkatan pemahaman.

## 5. Pernyataan

### 5.1 Ucapan Terima Kasih

Kami ucapkan terima kasih kepada pihak Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada, Kepala SD Muhammadiyah Pakem Rr. Afiati Fatimah, M.Pd dan segenap pihak sekolah, serta Dr. Annisa Reginasari, S.Psi., M.A. yang telah mendukung proses penelitian ini.

### 5.2 Pendanaan

Penelitian ini dibiayai oleh Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada melalui Program Hibah Penelitian tahun 2023, Nomor kontrak hibah: 8330/UN1/FPSi/UP4/PT.02.02/2023.

### 5.3 Kontribusi Penulis

TA dan SA berkontribusi pada desain penelitian, pengambilan data, analisis data, penulisan manuskrip, dan supervisi. MIWS, AAA, SNH, dan ZFI berkontribusi pada penyusunan alat ukur, pengambilan data, analisis data, dan penulisan manuskrip.


### 5.4 Konflik Kepentingan

Penelitian ini tidak memiliki konflik kepentingan dengan pihak manapun.

### 5.5 Orcid ID

Tina Afiatin  <https://orcid.org/0000-0002-7684-3042>  
Sutarimah Ampuni  <https://orcid.org/0000-0002-9131-3154>

Muhammad Ikbah Wahyu Sukron  <https://orcid.org/0000-0003-0187-6904>

Anggia Atin Aprila  <https://orcid.org/0009-0006-2036-8744>

Salma Nur Hanifah  <https://orcid.org/0009-0008-2573-9289>

Zahra Frida Intani  <https://orcid.org/0000-0003-1464-5419>



## Daftar Pustaka

- Afiatin, T., Sukron, M. I. W., Ampuni, S., Intani, Z. F., Himmah, A., Aprilia, A. A., Hanifah, S. N., Silvania, O., & Khalisa, N. R. (2024). Validitas isi modul "Cerdas menggunakan gadget untuk anak: In N. S. A. a. Latief (Ed.), *Isu Kontemporer Perkembangan Anak, Remaja, dan Dewasa* (hal 138-149). Bimedia Pustaka Utama.
- Anam, K. (2023). *Paling rendah di Asean, tingkat literasi digital RI cuma 62%* [Accessed on April 5, 2023]. <https://www.cnbcindonesia.com/tech/20230214171553-37-413790/paling-rendah-di-asean-tingkat-literasi-digital-ri-cuma-62>
- Arman, A. N. Z., & Kurniawati, F. (2019). Psychoeducation "AKU PEDULI" for parent with typically developing children at an Inclusive Kindergarten. *ASEAN Journal of Community Engagement*, 3(2). <https://doi.org/10.7454/ajce.v3i2.1060>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia [APJII]. (2023). *Survei APJII pengguna internet di Indonesia tembus 215 juta orang* (tech. rep.). <https://apji.or.id/berita/d/survei-apjii-pengguna-internet-di-indonesia-tembus-215-juta-orang>
- Badan Pusat Statistik [BPS]. (2022). *Statistik Indonesia 2022*. <https://www.bps.go.id/id/publication/2022/02/25/0a2afea4fab72a5d052cb315/statistik-indonesia-2022.html>
- Bhattacharjee, D., K., R. A., Singh, N. K., Kumar, P. M., K., S., & Das, B. (2011). Psychoeducation: A measure to strengthen psychiatric treatment. *Delhi Psychiatry Journal*, 14(1), 33–39. <https://imsear.searo.who.int/handle/123456789/159329>
- Bulger, M. E., Mayer, R. E., & Metzger, M. J. (2014). Knowledge and processes that predict proficiency in digital literacy. *Reading and Writing*, 27, 1567–1583. <https://www.learnlib.org/p/153019/>
- Canogullari, Ö., & Cenkseven-Onder, F. (2022). The effect of the psychoeducation program and the family education for the problematic internet prevention. *Hacettepe University Journal of Education*, 37(4), 1438–1456. <https://doi.org/10.16986/huje.2022.456>
- Coralia, F., Qodariah, S., Yanuvianti, M., & Halimah, L. (2020). Evaluation of Psychoeducation Programs to Increase Knowledge's Family Caregivers of People with Psychotic Disorders. *Proceedings of the 2nd Social and Humaniora Research Symposium (SoRes 2019)*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200225.086>
- Dursun, A., & Ceyhan, A. A. (2023). The effectiveness of reality therapy based psycho-education program regarding decreasing the level of problematic internet usage of adolescents. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 13(69), 146–159. <https://doi.org/10.17066/tpdrd.1319657asa>
- Erwin, K., & Mohammed, S. (2022). Digital literacy skills instruction and increased skills proficiency. *International Journal of Technology in Education and Science*, 6(2), 323–332. <https://doi.org/10.46328/ijtes.364>
- Fakeh, S. K. W., Zulhemay, M. N., Shabibi, M. S., Ali, J., & Zaini, M. K. (2012). Information security awareness amongst academic librarians. *Journal of Applied Sciences Research*, 8(3), 1723–1735. <https://www.aensiweb.com/old/jasr/jasr/2012/1723-1735.pdf>
- Gainsbury, S. M., Browne, M., & Rockloff, M. (2019). Identifying risky internet use: Associating negative online experience with specific online behaviours. *New Media & Society*, 21(6), 1232–1252. <https://doi.org/10.1177/1461444818815442>
- Gorzig, A., & Olafsson, K. (2012). What makes a bully a cyberbully? Unravelling the characteristics of cyberbullies across twenty-five european countries. *Journal of Children and Media*, 7(1), 9–27. <https://doi.org/10.1080/17482798.2012.739756>
- Hidayati, I., & Afiatin, T. (2020). Peran kontrol diri dan mediasi orang tua terhadap perilaku penggunaan internet secara berlebihan [The role of self-control and parental mediation on excessive internet use behavior]. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 6(1), 43. <https://doi.org/10.22146/gamajop.52744>
- Hidayati, Zaini, M., & Kaspul. (2020). Effectiveness of worksheets of biology students of high school based on critical thinking skills in virus concept. *BIO-INOVED: Jurnal Biologi-Inovasi Pendidikan*, 2(1), 41–46. <https://doi.org/10.20527/bino.v2i1.7966>
- Irdianti, Magfirah, S. A., Qarimah, A., & Khaerunnisa, P. (2023). Psikoedukasi self development pada siswa SMA Negeri 15 Bulukumba [Psychoeducation on self development for students of SMA Negeri 15 Bulukumba]. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 2(6), 1011–1021. <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i6.2279>
- Juditha, C. (2020). Cybersex behavior in millennial generation. *Journal Pekommas*, 5(1), 47. <https://doi.org/10.30818/jpkm.2020.2050106>
- Monggilo, Z. M. Z., Kurnia, N., Wirawanda, Y., Desi, Y. P., Sukmawati, A. I., Anwar, C. R., Wenerda, I., & Astuti, S. I. (2021). *Modul cakap bermedia digital*. Direktorat Jenderal Aplikasi Informatika Kementerian Komunikasi dan Informatika RI. [https://pustaka-digital.kemdikbud.go.id/index.php?p=show\\_detail&id=3022](https://pustaka-digital.kemdikbud.go.id/index.php?p=show_detail&id=3022)
- Pendit, P. L. S. (2003). *Perpustakaan digital: Perspektif perpustakaan perguruan tinggi di Indonesia*. Universitas Indonesia.
- Pons-Salvador, G., Zubieta-Méndez, X., & Frias-Navarro, D. (2018). internet use by children aged six to nine: Parents' beliefs and knowledge about risk prevention. *Child Indicators Research*, 11(6), 1983–2000. <https://doi.org/10.1007/s12187-018-9529-4>
- Putra, A. S., & Soetikno, N. (2018). Pengaruh intervensi psikoedukasi untuk meningkatkan achievement goal pada kelompok siswi underachiever. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 2(1), 254. <https://doi.org/10.24912/jmshumsen.v2i1.1514>
- Saputra, N., & Annisa, V. (2021). Pengaruh pemberian psikoedukasi piawai bergawai untuk mengurangi perilaku berisiko pada generasi digital natives. *JINOTEP (Jurnal Inovasi dan Teknologi Pembelajaran): Kajian dan Riset Dalam Teknologi Pembelajaran*, 8(1), 30–37. <https://doi.org/10.17977/um031v8i12021p030>
- Schilder, J. D., Brusselaers, M. B., & Bogaerts, S. (2016). The effectiveness of an intervention to promote awareness and reduce online risk behavior in early adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 45(2), 286–300. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0401-2>
- Setyawan, D. (2015). *KPAI: Ribuan anak Indonesia jadi korban pornografi internet*. <https://www.kpai.go.id/publikasi/kpai-ribuan-anak-indonesia-jadi-korban-pornografi-internet-2>
- Shadish, W. R., Cook, T. D., & Campbell, D. T. (2002). *Experimental and quasi-experimental designs for generalized causal inference*. Houghton Mifflin.
- Sumantri, A. (2023). *Indeks literasi digital masyarakat Indonesia masih rendah*. <https://www.metrotvnews.com/read/NA0CX1A4-indeks-literasi-digital-masyarakat-indonesia-masih-rendah>
- Supratiknya, A. (2011). *Merancang program dan modul psikoedukasi edisi revisi*. Universitas Sanata Dharma.
- UNICEF. (2021). *Indonesia: Hundreds of children and young people call for kindness and an end to bullying*. <https://www.unicef.org/indonesia/press-releases/indonesia-hundreds-children-and-young-people-call-kindness-and-end-bullying>
- Yubiliana, G., Kusumah, S. P., & Abdurrochman, A. (2023). Increasing of oral health education knowledge after intervention psychoeducation methods in adolescents. *Padjadjaran Journal of Dentistry*, 35(2), 174–180. <https://jurnal.unpad.ac.id/pjd/article/view/48049/21036>
- Zikra, A., Sukmawati, I., Syafitri, D., & Fikri, M. (2022). Psychoeducational intervention in early childhood education: Analysis for children with disruptive behavior [Paper Presentation]. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.220602.002>