

Upaya Pengurangan Intensi Penggunaan Gawai pada Siswa Sekolah Menengah Kejuruan

Efforts in Reducing the Urge of Using Gadgets among Vocational High School Students

Jap Tji Beng¹, Sri Tatri²

¹Fakultas Teknologi Informasi, ²Fakultas Psikologi
Universitas Tarumanagara

Jl. Letjen S. Parman No.1, Jakarta Barat 11440, Indonesia
t.jap@untar.ac.id; sri.tatri@untar.ac.id

Received: 12/02/20

Revised: 09/03/20

Accepted: 26/03/20

ABSTRACT

The role of vocational high schools in producing reliable workforce is highly expected. Gadgets are one of the tools used by vocational high school students in their daily lives. Gadgets can help in the learning process. However, there are indications that students tend to overuse gadgets. This overuse has caused problems, for example, in their social relationship. Efforts to reduce the use of gadgets are therefore needed so that the students are able to improve their skills in building a social relationship. This community service activity was intended to reduce the urge to use gadgets by students in their daily lives. The activity was divided into two parts. The first part included discussion with the principal and a teacher and the second part discussion with students. The participants of the activity were the school principal, a teacher, and 36 students of the vocational high school in Belitung. Interactive group discussions were used as the method in this program. In addition, a questionnaire was used to obtain a description of students' experiences and their opinions about the time of using gadgets. The activity resulted in the decision made by the principal and the teacher to implement a plan to reduce the urge of using gadgets by students while at school. Students also tended to agree on reducing the urge to use gadgets. However, the maximum duration of time per day for students to be able to use gadgets still needed further discussion, because students inclined to disagree with the limit of three hours per day. From this activity it was concluded that the interactive discussions among researcher, principal, teacher, and students could reduce the urge to use gadgets by students while at school.

Keywords: gadget; teacher; principal; school; student

ABSTRAK

Peran Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) dalam menghasilkan tenaga kerja yang dapat diandalkan sangat diharapkan. Gawai adalah salah satu alat yang digunakan oleh siswa SMK dalam kehidupan sehari-hari mereka. Gawai dapat membantu proses pembelajaran. Namun, ada indikasi bahwa siswa SMK cenderung terlalu sering menggunakan gawai. Penggunaan berlebihan ini telah menyebabkan masalah, misalnya dalam hubungan sosial. Upaya untuk mengurangi penggunaan gawai diperlukan, terutama agar siswa dapat mempertajam keterampilan mereka dalam hubungan sosial. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dimaksudkan untuk mengurangi niat untuk menggunakan gawai pada siswa SMK. Kegiatan ini dibagi menjadi dua bagian. Bagian pertama adalah diskusi dengan kepala sekolah dan guru. Bagian kedua adalah diskusi dengan siswa. Pesertanya adalah kepala sekolah, guru, dan siswa SMK di Tanjungpandan, Belitung. Metode yang digunakan adalah diskusi kelompok interaktif (*interactive group discussion*). Sebagai data pendukung, kuesioner juga digunakan untuk mendapatkan gambaran pengalaman siswa dan pendapat siswa mengenai waktu penggunaan gawai yang didiskusikan. Hasil kegiatan menunjukkan ada kesepakatan yang semakin

kuat dari kepala sekolah dan guru untuk menerapkan pengurangan niat penggunaan gawai bagi siswa saat di sekolah. Siswa juga cenderung setuju untuk mengurangi niat menggunakan gawai, tetapi berapa durasi waktu maksimal per hari yang dapat digunakan untuk menggunakan gawai masih perlu dibahas karena siswa cenderung tidak setuju dengan batas tiga jam per hari. Simpulan kegiatan ini adalah bahwa diskusi interaktif dengan kepala sekolah, guru, dan siswa meningkatkan kesepakatan dalam mengurangi niat siswa untuk menggunakan gawai.

Kata kunci: gawai; guru; kepala sekolah; sekolah; siswa

PENDAHULUAN

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) memiliki peran dalam menghasilkan tenaga kerja yang siap bekerja di berbagai bidang. Gawai (telepon genggam atau umumnya disebut *handphone*/HP) merupakan salah satu alat teknologi informasi yang digunakan oleh siswa SMK dalam kehidupan sehari-hari. Gawai diharapkan dapat membantu proses belajar siswa.

Salah satu pendekatan dalam memahami intensi dan perilaku penggunaan gawai oleh siswa SMK adalah *Technology Acceptance Model*/ TAM (Davis, 1989; Venkatesh & Davis, 2000 Jap, 2017). Model ini mengidentifikasi tiga komponen TAM, yaitu persepsi mengenai kemudahan penggunaan suatu teknologi, persepsi mengenai manfaat teknologi tersebut, dan intensi penggunaan teknologi tersebut.

Persepsi bahwa suatu teknologi mudah digunakan dan bahwa suatu teknologi bermanfaat memengaruhi intensi seseorang untuk menggunakan teknologi itu. Pada gilirannya, persepsi ini memengaruhi perilaku seseorang dalam menggunakan teknologi tersebut. Melalui model ini dapat diprediksi bahwa intensi untuk menggunakan gawai akan terus ada karena memenuhi prinsip mudah digunakan.

Persepsi bahwa suatu teknologi bermanfaat menunjukkan bahwa individu percaya bahwa dengan menggunakan teknologi tertentu, individu dapat meningkatkan produktivitasnya. Penggunaan teknologi yang dimaksud dalam TAM adalah penggunaan teknologi dalam konteks tertentu. Tujuan utama TAM adalah untuk menjelaskan intensi di balik penggunaan teknologi yang terjadi pada suatu saat, untuk selanjutnya memprediksi perilaku penggunaan teknologi tersebut (Adams, Nelson, & Todd, 1992).

Gawai yang merupakan bagian dari perkembangan teknologi informasi terkini telah menjadi bagian dari kehidupan kebanyakan orang muda di dunia. Penggunaan gawai saat ini memiliki fungsi utama, yaitu (a) berkomunikasi, seperti menelepon, mengirim SMS, dan pesan multimedia (MMS); (b) memperoleh hiburan, seperti foto, musik, dan permainan, serta masih banyak lagi fungsi lainnya.

Kecepatan inovasi gawai dari segi penggunaan atau fungsi disebabkan oleh beberapa faktor. Tuntutan pasar menjadi salah satu faktor yang berkontribusi dalam kepopuleran penggunaan gawai. Gawai menjadi perangkat yang penting dan sangat diperlukan karena memiliki beberapa fungsi. Beberapa fungsi gawai yang menguntungkan pengguna misalnya menghubungi orang lain untuk membuat janji pertemuan, melihat lokasi keberadaan teman, melihat pesan atau berita terkini di tempat kerja (Rosen, 2004).

Akan tetapi, fungsi gawai tersebut di atas dapat mengakibatkan individu mengalami ketergantungan pada gawai. Saat ini, ketergantungan terhadap gawai sudah semakin banyak terjadi. Walaupun ada segi positifnya, dampak negatif penggunaan gawai yang berkelanjutan sudah mulai ditemukan. Salah satu penggunaan gawai yang memiliki dampak negatif adalah penggunaan gawai untuk bermain *game online*. Penggunaan gawai saat ini menggantikan penggunaan komputer meja (*desktop*) yang banyak digunakan pada tahun 2010-an dalam mengakses *game online*, padahal, pada tahun 2010-an, di beberapa daerah, terdapat indikasi siswa cenderung bermain *game online* secara berlebihan (Jap *et al.*, 2013). Penggunaan *game online* yang berlebihan ini telah menimbulkan masalah, misalnya dalam

hubungan sosial (Jap *et al.* 2013).

Penelitian Lee, Chang, dan Cheng (2014) serta Karadag, Tosuntas, Erzen, Duru, *et al.* (2016) menjelaskan bahwa penggunaan gawai yang berlebihan berkorelasi secara positif dengan *locus of control* yang lebih eksternal, kecemasan dalam berinteraksi sosial, materialisme (kebutuhan akan materi). Penggunaan gawai yang berlebihan dapat berakibat pada ketergantungan terhadap internet, dan penggunaan kartu kredit yang terlewat batas. Individu juga cenderung menggunakan gawai yang mahal dan mewah karena gawai merupakan salah satu bentuk penampilan sosial, juga sebagai media untuk mengurangi perasaan tidak nyaman selama kontak sosial dengan orang lain. Individu yang mengalami ketergantungan pada gawai juga mengalami dampak negatif dari segi psikologis, yaitu kecemasan, khawatir, tidak bahagia, kecewa, depresi yang tinggi, perasaan ekspektasi dan penasaran ketika individu tersebut tidak aktif menggunakan gawai. Selain berdampak negatif dari segi psikologis, ketergantungan pada gawai juga berdampak negatif dari segi kepribadian, yaitu individu merasa terisolasi dari lingkungan sosial, dan tidak dapat melakukan *eye contact* dengan orang lain.

Berdasarkan permasalahan ini, diperlukan upaya pengurangan intensi penggunaan gawai pada siswa, terutama agar siswa dapat mengasah kemampuan dalam hubungan sosial mereka. Dalam upaya pengurangan intensi ini, dilaksanakan kajian-kajian teoretis. Kajian-kajian teoretis menunjukkan penting diperhatikannya interaksi antara faktor manusia, faktor lingkungan, dan faktor perilaku dalam menjelaskan fenomena tertentu (Bandura, 1971).

Mengacu pada penjelasan Bandura (1971), interaksi antara faktor manusia, lingkungan, dan perilaku juga perlu diperhatikan dalam memprediksi dan melakukan intervensi terhadap perilaku tertentu. Ketika perilaku menggunakan gawai yang berlebihan akan dikurangi, intervensi perlu memerhatikan faktor lingkungan dan faktor manusia, khususnya faktor kognitif. Dalam konteks SMK, ketika perilaku siswa dalam penggunaan gawai yang berlebihan bermaksud dikurangi, faktor lingkungan yang perlu diperhatikan adalah faktor kepala sekolah yang menetapkan arah dan kebijakan pendidikan, dan faktor guru yang mengimplementasikan arah dan kebijakan pendidikan tersebut. Sementara itu, faktor manusia atau diri yang perlu diperhatikan adalah faktor kognitif, lebih spesifiknya adalah cara pikir dan cara pandang manusia, dalam hal ini adalah siswa, terhadap perilaku penggunaan gawai.

Keyakinan, sikap, dan intensi berpengaruh pada perilaku (Fishbein, & Ajzen, 1975). Joo dan Sang (2013) memprediksi penggunaan gawai lebih dipengaruhi oleh persepsi kemudahan dalam penggunaan daripada keinginan menggunakan gawai itu sendiri. Melalui kajian terhadap berbagai metode perubahan intensi, pengabdian memilih diskusi sebagai metode untuk mengurangi intensi penggunaan gawai pada siswa saat di sekolah. Beberapa temuan penelitian terdahulu, seperti adanya faktor nilai, faktor sosio-ekonomi, faktor budaya *indigenous* Indonesia, turut memengaruhi perilaku penggunaan teknologi informasi, termasuk upaya pengembangan teori yang ada, salah satunya *Technology of Acceptance Model*.

Dalam konteks penelitian, diskusi kelompok terarah (*focus group research discussion*) menunjuk pada beragam aktivitas diskursif. Kisaran diskursif dalam diskusi kelompok terarah sangat luas, mulai dari yang dapat sangat teratur dan dapat ditulis dalam naskah sampai dialog yang “liar” atau bebas. Bagaimana cara diskusi dilakukan sangat beragam tergantung pada harapan terhadap partisipan (Kamberelis, Dimitriadis, & Welker, 2018).

Metode diskusi kelompok terarah memiliki beberapa keuntungan. Dalam proses diskusi kelompok, partisipan dapat mengembangkan sikap dan persepsi melalui interaksi dengan orang lain dalam kelompok. Selain itu, diskusi kelompok yang terarah dapat digunakan untuk mendapatkan *insights* dari pengalaman seseorang dan menjelajahi sikap

dan kebutuhan seseorang. Metode ini juga dapat menstimulasi pemikiran dan diskusi yang dapat menghasilkan ide yang luas (Wong, 2008).

Metode diskusi telah digunakan secara luas (Nyumba, Wilson, Derrick, & Mukherjee, 2018). Berdasarkan segi pelaksanaan, metode ini mudah dilakukan karena semua peserta target dan peneliti sudah berada di satu lokasi pada waktu yang sama. Kegiatan ini juga dilakukan secara langsung dengan bertatap muka dengan kelompok sasaran. Metode ini juga dipilih karena pendekatan tatap muka dapat menawarkan kesempatan untuk studi terperinci tentang sudut pandang peserta dan alasan di balik pendapat mereka (Nyumba *et al.*, 2018).

Metode diskusi kelompok interaktif sering kali dipilih karena mempertimbangkan aspek kenyamanan peserta diskusi. Smith (dikutip dalam Nyumba *et al.*, 2018) menyarankan agar peneliti mempertimbangkan kenyamanan peserta, akses ke tempat pertemuan, dan tingkat gangguan (*distraction*). Selain itu, partisipan diskusi perlu berada dalam lingkungan kondusif dan familiar dengan ruang yang cukup untuk berbagai kegiatan dalam diskusi kelompok yang terarah. Dengan diadakan aktivitas diskusi di sekolah, siswa dan guru berada dalam lingkungan normal dan akrab. Lingkungan ini memfasilitasi jalannya diskusi sehingga dapat berjalan lancar.

Terdapat penelitian yang menunjukkan bahwa penggunaan metode diskusi kelompok interaktif cukup efektif dalam memengaruhi perilaku dan pembelajaran seseorang (Wu, Lin, Yeh, Huang, Chen, Liao, & Lee, 2014). Wu *et al.*, (2014) meneliti keefektifan diskusi kelompok interaktif dalam program pelatihan pencegahan upaya bunuh diri bagi perawat. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan bahwa setelah dilaksanakan diskusi kelompok interaktif, perawat mengalami perubahan yang signifikan dan konsisten dalam melakukan identifikasi risiko dan penilaian upaya bunuh diri. Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa pendekatan diskusi kelompok interaktif efektif untuk memfasilitasi pemikiran kritis dan belajar keterampilan penilaian risiko bunuh diri di kalangan perawat umum.

Metode diskusi kelompok interaktif juga lebih efektif dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan seseorang dibandingkan metode lainnya. Na, Lee, Kang, Shin, Sim, Jo, Song, dan Jeong (2014) membandingkan keberhasilan metode diskusi dalam kelompok kecil (*small group discussion*/SGD) dengan metode latihan sambil menonton (*practice-while-watching*/PWW) untuk meningkatkan pemahaman keterampilan *basic life support* (BLS). Hasil penelitian mereka menunjukkan bahwa kelompok yang menggunakan program diskusi dalam kelompok kecil (SGD) memberikan hasil yang lebih baik dalam hal pemahaman dan keterampilan BLS.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mengurangi intensi penggunaan gawai pada siswa SMK melalui diskusi interaktif. Melalui diskusi interaktif, siswa dapat mengalami perubahan cara berpikir dalam penggunaan gawai. Cara berpikir berbeda ini tercermin dalam intensi pengurangan waktu penggunaan gawai.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan dilaksanakan pada Juli 2019 di salah satu SMK di Belitung. Partisipan pada kegiatan ini adalah 1 kepala sekolah, 1 guru, dan 36 siswa SMK dari satu jurusan. Metode yang digunakan adalah diskusi interaktif dalam kelompok, disebut juga diskusi kelompok interaktif. Kegiatan ini dibagi menjadi dua bagian, yaitu (a) diskusi dengan kepala sekolah dan guru serta (b) diskusi dengan 36 siswa SMK

HASIL DAN DISKUSI

Berdasarkan hasil diskusi dengan kepala sekolah SMK Belitung, diketahui bahwa seiring dengan perkembangan teknologi dan diterapkannya Kurikulum 2013 dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, sekolah juga terdorong untuk meningkatkan penggunaan teknologi dalam kegiatan belajar siswa. Pihak sekolah sempat melibatkan penggunaan gawai dalam kegiatan akademik di sekolah.

Kegiatan-kegiatan yang menggunakan gawai adalah mencatat kehadiran, mengakses nilai secara daring, dan mencari informasi. Pihak sekolah juga sempat mengadakan kerja sama dengan aplikasi pembelajaran, yaitu Rumah Belajar dan Aplikasi Ruang Guru untuk mendorong kegiatan belajar siswa. Kegiatan ini dilakukan dengan pengawasan dari pihak sekolah. Siswa dilarang menggunakan gawai tanpa seizin guru. Meskipun pihak sekolah bekerja sama dengan aplikasi pembelajaran, hal ini diragukan oleh guru, karena siswa cenderung tergoda membuka internet untuk aktivitas yang lain, selain belajar. Selain itu, kegiatan ini dipandang tidak efektif karena dengan layar gawai yang kecil, siswa menjadi lebih sulit mempelajari suatu informasi.

Namun, sejak menggunakan gawai, tampak beberapa dampak negatif terjadi di sekolah. Siswa belum mampu mengendalikan diri dalam menggunakan gawai secara bijak, sehingga pihak sekolah sempat membuat aturan untuk melarang penggunaan gawai. Dengan adanya gawai, siswa sering tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar. Selain itu, gawai lebih banyak digunakan untuk bermain *game* sehingga siswa kurang bersosialisasi dengan teman sebayanya. Penggunaan gawai yang berlebihan ini sempat membuat permasalahan hingga ke kepolisian. Terdapat salah satu siswa yang merekam video tanpa izin dan mengunggah video tersebut. Siswa yang diambil videonya merasa tersinggung dan melaporkan permasalahan ini ke polisi.

Selain masalah tersebut, banyak siswa SMK membawa gawai di saku seragam. Mereka takut kehilangan gawainya. Hal ini bertentangan dengan peraturan sekolah, sehingga guru menyita gawai siswa tersebut. Namun, tindakan ini mengundang protes dari pihak orang tua, sehingga akhirnya pihak sekolah melarang sama sekali penggunaan gawai di lingkungan sekolah. Aturan ini memberikan dampak baik kepada siswa. Dampak positif ini ditunjukkan dengan fenomena meningkatnya tingkat kunjungan siswa ke perpustakaan sejak adanya peraturan yang melarang penggunaan gawai di sekolah. Siswa menjadi lebih sering mengunjungi perpustakaan dibandingkan sebelumnya; ketika siswa diperbolehkan menggunakan gawai di sekolah, pengunjung perpustakaan sangat sepi.

Data di atas diperoleh selama proses diskusi interaktif terjadi antara pengabdian, kepala sekolah, dan guru. Dalam konteks penelitian dan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan pengabdian ini, telah dilaksanakan penyebaran kuesioner kepada 36 siswa di satu kelas. Berdasarkan data kuesioner yang diambil sebelum proses diskusi interaktif dilaksanakan, 51% siswa menyatakan bahwa orang tua mengizinkan mereka bermain gawai dan 49% siswa menyatakan bahwa sekolah dan orang tua memberikan aturan dalam menggunakan gawai. Dalam hal ini, kurang dari 50% siswa merasa adanya batasan atau aturan yang ditetapkan lingkungan. Dengan demikian, lebih dari 50% siswa menganggap lingkungan tidak mengatur dirinya. Kemungkinan, siswa ini lebih menganggap bahwa perilaku penggunaan gawai ditentukan oleh dirinya, bukan oleh lingkungannya.

Ketika dikaji lebih lanjut mengenai waktu penggunaan gawai, 23,4% siswa menyatakan bahwa waktu mereka untuk penggunaan gawai 2--4 jam, 16,3% siswa menghabiskan waktu sebanyak 4--8 jam untuk menggunakan gawai. Dengan demikian, 39,7% atau kurang dari 50% siswa menggunakan gawai selama 2--8 jam per hari. Waktu lainnya digunakan siswa untuk bermain bersama teman tanpa gawai dan mengerjakan tugas. Selama diskusi interaktif dengan kepala sekolah dan guru telah terjadi perubahan gradual yang tampak melalui keyakinan guru dan kepala sekolah mengenai pentingnya

upaya pengurangan penggunaan gawai. Secara keseluruhan, dalam diskusi interaktif, kepala sekolah dan guru setuju dengan pengabdian untuk mengurangi waktu penggunaan gawai yang masih lebih dari dua jam per hari. Kepala sekolah selanjutnya bersedia melaksanakan pengurangan intensi penggunaan gawai kepada siswa saat di sekolah. Kepala sekolah dan guru membuat kebijakan-kebijakan yang dapat mengurangi intensi penggunaan gawai. Misalnya, melanjutkan kebijakan larangan penggunaan gawai di sekolah dan menyediakan komputer di perpustakaan untuk mengakses internet.

Dalam diskusi dengan siswa, ditemukan bahwa secara umum, siswa cenderung setuju adanya pengurangan intensi penggunaan gawai. Akan tetapi, berapa lama waktu maksimal per hari yang dapat digunakan untuk menggunakan gawai masih perlu didiskusikan kembali karena siswa cenderung tidak setuju pada usulan pembatasan penggunaan gawai selama tiga jam per hari. Siswa membutuhkan waktu lebih dari tiga jam untuk menggunakan gawai.

Hasil pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa metode diskusi interaktif dapat mengurangi pengurangan intensi penggunaan gawai. Keberhasilan metode diskusi kelompok interaktif ini sejalan dengan Wu *et al.* (2014) yang menemukan bahwa diskusi kelompok interaktif efektif dalam memengaruhi perilaku dan pembelajaran seseorang. Suasana pelaksanaan diskusi kelompok interaktif bersama kepala sekolah dan guru serta dengan siswa di dalam kelas berlangsung tertib dan informal (Gambar 1, Gambar 2).

Suatu catatan lain adalah mengenai gender. Kegiatan ini dilaksanakan pada siswa SMK yang terdiri atas siswa laki-laki dan perempuan dengan rentang usia hampir setara. Hasil pengabdian kepada masyarakat ini mendukung penelitian yang telah dilakukan Freitas, Oliveira, Jenkins, dan Popjoy (dikutip dalam Nyumba *et al.*, 2018) bahwa kelompok gender campuran pria dan wanita cenderung meningkatkan kualitas diskusi dan hasilnya.



Gambar 1. Diskusi bersama kepala sekolah dan guru



Gambar 2. Diskusi bersama siswa

Perubahan cara berpikir yang dialami orang-orang yang terlibat dalam diskusi telah memperkuat bukti bahwa diskusi yang dilaksanakan dalam proses pengambilan data yang awalnya bertujuan mendeskripsikan fenomena dalam konteks tertentu, pada kenyataannya memiliki fungsi tambahan. Fungsi ini dianggap sebagai intervensi yang dapat mengubah cara berpikir.

Dalam pelaksanaan penelitian selama dua belas tahun di berbagai daerah di Indonesia, khususnya di Jawa Tengah dan Yogyakarta, pengabdian menemukan perubahan gradual dalam cara berpikir kepala sekolah, guru, dan siswa yang senantiasa diajak berdiskusi mengenai fenomena yang terjadi di dalam konteks sekolah. Hasil observasi pengabdian menunjukkan bahwa penggunaan diskusi kelompok terarah atau diskusi interaktif ternyata dapat menghasilkan peningkatan pengetahuan dan mengubah cara berpikir peserta diskusi. Dengan demikian, diskusi dapat berperan sebagai sarana untuk mencapai persamaan persepsi dan sikap terhadap suatu fenomena yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari.

SIMPULAN DAN SARAN

Diskusi kelompok interaktif dapat menjadi salah satu upaya yang efektif untuk mendapatkan persetujuan kepala sekolah, guru, dan siswa mengenai pengurangan penggunaan gawai pada siswa. Dalam diskusi yang berlangsung, diperoleh persamaan persepsi dan persetujuan bahwa penggunaan gawai membawa dampak negatif bagi siswa.

Dalam kenyataan di sekolah sering kali siswa belum dapat menggunakan gawai secara bijak. Siswa menggunakan gawai untuk bermain *game*. Hal ini membuat siswa kurang bersosialisasi dengan teman sebayanya. Selain itu, gawai menyebabkan siswa SMK tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar.

Dalam diskusi interaktif, kepala sekolah dan guru setuju untuk melaksanakan pengurangan intensi penggunaan gawai kepada siswa saat di sekolah melalui kebijakan dan peraturan. Kepala sekolah dan guru semakin yakin pada tindakan-tindakan pengurangan intensi penggunaan gawai yang telah diuji coba dan dibuktikan keberhasilannya.

Setelah berdiskusi, siswa juga cenderung setuju pada pengurangan intensi penggunaan gawai. Namun, berapa lama waktu maksimal per hari yang dapat digunakan untuk menggunakan gawai masih perlu didiskusikan kembali karena siswa cenderung tidak setuju pada usulan pembatasan penggunaan gawai selama tiga jam per hari.

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat selanjutnya, perlu dilaksanakan diskusi dengan lebih banyak guru. Setelah guru memiliki kesetujuan, guru dapat diminta untuk berdiskusi dengan para siswa di kelas sebagai upaya untuk mengurangi intensi penggunaan gawai. Lebih jauh lagi, dapat dibentuk diskusi kelompok interaktif antarsiswa untuk mencapai kesetujuan yang lebih luas mengenai intensi pengurangan penggunaan gawai di sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Kemenristekdikti dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Tarumanagara yang telah memberikan dukungan dana untuk pelaksanaan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan ini. Terima kasih juga kepada kolega yang telah membantu dalam pemikiran dan pelaksanaan riset dan publikasi serta kepada para asisten peneliti yang telah membantu proses pengambilan data di lapangan.

DAFTAR REFERENSI

- Adams, D. A., Nelson, R. R., & Todd, P. A. (1992). Perceived usefulness, ease of use, and usage of information technology: A replication. *MIS Quarterly*, 16(2), 227-247. <https://doi.org/10.2307/249577>.
- Bandura, A. (1971). *Social learning theory*. New York, NY: General Learning Press.
- Davis, F. D. (1989). Perceived usefulness, perceived ease of use, and user acceptance of information technology. *MIS Quarterly*, 13(3), 319-340. <https://doi.org/10.2307/249008>.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Beliefs, attitude, intention, and behavior: An introduction to theory and research*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Jap, T., Tiatri, S., Jaya, E.S., & Suteja, M.S. (2013). The development of Indonesian online game addiction questionnaire. *Plos One*, 8(4), 1-6. Diunduh dari <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0061098>.
- Jap, T. (2017). The technology acceptance model of online game in Indonesian adolescents. *Makara Hubs-Asia*, 21(1), 24-31, doi: 10.7454/mssh.v21i1.3497.
- Joo, J., Sang, Y. (2013). Exploring Koreans' smartphone usage: An integrated model of the technology acceptance model and uses and gratifications theory, *Elsevier*, 2512-2518. Diunduh dari <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2013.06.002>.
- Kamberelis, G., Dimitriadis, G., Welker, A. (2018). Focus group research and/in figured worlds. In Denzin, N. K. & Lincoln, Y.S (Eds.) *The Sage handbook of qualitative research* (5th ed.). Singapore: Sage.
- Karadag, E., Tosuntas, S. B., Erzen, E., Duru, P., et al. (2016). The virtual world's current addiction: Phubbing. *The Turkish Journal on Addictions*, 3(2), 250-269. [10.15805/addicta.2016.3.0013](https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013).
- Lee, Y., Chang, C., Lin, Y., & Cheng, Z. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Elsevier*, 31, 373– 383. doi:10.1016/j.chb.2013.10.047.
- Na, J.U., Lee, T.R., Kang, M.J., Shin, T.G., Sim, M.S., Jo, I.J., Song, K.J., & Jeong, Y.K. (2014). Basic life support skill improvement with newly designed renewal programme: cluster randomised study of small-group-discussion method versus practice-while-watching method. *Emergency Medicine Journal*, 31(12), 964-969. <https://emj.bmj.com/content/31/12/964>.
- Nyumba, T. O., Wilson, K., Derrick, C. J., & Mukherjee, N. (2018). The use of focus group discussion methodology: Insights from two decades of application in conservation. *Methods in Ecology and Evolution*, 9(1),20–32. <https://doi.org/10.1111/2041-210X.12860>.
- Rosen, C. (2004). Our cell phones, ourselves. *The New Atlantis - A Journal of Technology and Society*, 6, 26-45.
- Venkatesh, V. & Davis, F. D. (2000). A theoretical extension of the technology acceptance model: four longitudinal field studies. *Management Science*, 46(2), 186-204, Diunduh dari <https://www.jstor.org/stable/2634758>.
- Wong, L. P. (2008). Focus group discussion: A tool for health and medical research. *Singapore Medical Journal*, 49(3), 256–261.
- Wu, C.-Y., Lin, Y.-Y., Yeh, M. C., Huang, L.-H., Chen, S.-J., Liao, S.-C., & Lee, M.-B. (2014). Effectiveness of interactive discussion group in suicide risk assessment among general nurses in Taiwan: A randomized controlled trial. *Nurse Education Today*, 34(11), 1388–1394. doi:10.1016/j.nedt.2014.03.015 .