

Pengenalan Permainan Tradisional di SDN Grujukan 1 Bondowoso sebagai Upaya Mengurangi Kecanduan *Gadget*

Rifki Adiansah¹, Ahmad Tajudin Farhan², Shetty Yuke Marchawwalia Nafisa³, Indriyana Rohmadani⁴, Muhammad Alvin Nur Hidayat Chabibullah^{5*}, Sinta Qomariyah Putri⁶, I Putu Ucca Pandya Widyadhana Primiardi⁷, Muhammad Ghufon Rosyady⁸, Dwi Erwin Kusbianto⁹, Agung Nugroho Puspito¹⁰

^{1,2,3,4,5*,6,7,8,9} Program Studi Ilmu Pertanian Perkebunan, Fakultas Pertanian, Universitas Jember, Kabupaten Bondowoso, Provinsi Jawa Timur, Indonesia.

¹⁰ Program Studi Bioteknologi, Program Pascasarjana, Universitas Jember, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur, Indonesia.

Corresponding Email: alvinnurhidayat8472@gmail.com^{5*}

Histori Artikel:

Dikirim 26 November 2025; *Diterima dalam bentuk revisi* 19 Desember 2025; *Diterima* 20 Februari 2026; *Diterbitkan* 10 Mei 2026. Semua hak dilindungi oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STMIK Indonesia Banda Aceh.

Abstrak

Penggunaan gawai pada era digital mengalami peningkatan pesat, khususnya di kalangan anak usia sekolah dasar. Penggunaan gawai secara berlebihan dapat memengaruhi perubahan perilaku, sikap, dan kondisi emosional anak. Proyek sosial bertujuan memberikan edukasi tentang dampak negatif dan positif penggunaan gawai serta memperkenalkan permainan tradisional sebagai alternatif aktivitas yang menyenangkan bagi peserta didik. Program dilaksanakan di SDN Grujukan 1 Bondowoso dengan melibatkan 46 peserta didik kelas I–VI melalui metode penyuluhan dan praktik langsung permainan tradisional, seperti gobak sodor, yang mendapat respons antusias selama pelaksanaan. Hasil pretes menunjukkan bahwa hanya 45% peserta didik memahami dampak penggunaan gawai secara tepat. Setelah pemberian materi dan praktik langsung, terjadi peningkatan signifikan pada hasil pascates, yakni 85% peserta didik telah memahami dampak penggunaan gawai dan mengenal permainan tradisional yang diperkenalkan. Program diharapkan dapat membantu peserta didik menyeimbangkan penggunaan gawai dengan aktivitas yang lebih sehat serta menumbuhkan kembali kecintaan terhadap budaya lokal melalui permainan tradisional.

Kata Kunci: Gawai; Permainan Tradisional; Edukasi Anak; SDN Grujukan 1 Bondowoso; Proyek Sosial.

Abstract

The use of digital devices has increased rapidly in the digital era, particularly among elementary school-age children. Excessive use of digital devices can influence changes in children's behavior, attitudes, and emotional conditions. The social project aims to provide education about the negative and positive impacts of digital device usage and introduce traditional games as an enjoyable alternative activity for students. The program was conducted at SDN Grujukan 1 Bondowoso, involving 46 students from grades I–VI through counseling methods and direct practice of traditional games, such as Gobak Sodor, which received enthusiastic responses during implementation. Pre-test results showed that only 45% of students understood the impacts of digital device usage correctly. After material delivery and direct practice, there was a significant increase in post-test results, with 85% of students demonstrating understanding of digital device usage impacts and familiarity with the introduced traditional games. The program is expected to help students balance digital device usage with healthier activities and rekindle their appreciation for local culture through traditional games.

Keyword: Digital Devices; Traditional Games; Child Education; SDN Grujukan 1 Bondowoso; Social Project.

1. Pendahuluan

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi pada era digital menyebabkan peningkatan penggunaan perangkat digital (gawai), terutama di kalangan anak-anak. Paparan layar yang tinggi pada anak berkaitan dengan risiko gangguan perkembangan kognitif, bahasa, dan aspek sosial-emosional, serta masalah kesehatan fisik seperti berkurangnya aktivitas fisik dan gangguan tidur (Muppalla *et al.*, 2023). Sejumlah studi juga menunjukkan bahwa penggunaan gawai yang tidak terkontrol dapat memengaruhi konsentrasi belajar, prestasi akademik, kualitas interaksi sosial anak, serta mengacaukan pola tidur. Tren peningkatan penggunaan gawai pada anak diperkirakan akan terus meningkat, sehingga intervensi dini untuk membentuk kebiasaan penggunaan layar yang sehat menjadi kebutuhan mendesak.

Salah satu alternatif untuk mengurangi ketergantungan anak terhadap gawai adalah melalui pemanfaatan permainan tradisional. Permainan tradisional berperan penting dalam meningkatkan aktivitas fisik, keterampilan sosial, serta perkembangan sosial-emosional anak, sekaligus menanamkan nilai-nilai budaya lokal (Putra & Rahmawati, 2023; Sari *et al.*, 2024). Permainan *Gobak Sodor* memiliki potensi sebagai sarana edukatif yang mendorong interaksi sosial, kerja sama, dan keterlibatan fisik anak secara aktif. Aktivitas langsung dan motorik memberikan pengalaman belajar yang lebih bermakna dibandingkan aktivitas pasif di depan layar (Handayani *et al.*, 2022). Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa intervensi berbasis sekolah yang menggabungkan edukasi mengenai penggunaan gawai dan kegiatan alternatif seperti permainan tradisional, olahraga, atau aktivitas kelompok dapat menurunkan durasi penggunaan gawai secara signifikan (Žmavc *et al.*, 2025). Program yang melibatkan guru dan orang tua dalam pelaksanaan kegiatan juga terbukti lebih efektif dan berkelanjutan dalam membentuk kebiasaan digital yang sehat (Presta *et al.*, 2024).

Berdasarkan kondisi di lapangan, observasi awal di SDN Grujukan 1 Bondowoso menunjukkan tingginya minat peserta didik terhadap penggunaan gawai pada waktu luang dan minimnya kegiatan alternatif yang bersifat edukatif dan interaktif. Oleh karena itu, proyek sosial dilaksanakan untuk memberikan edukasi mengenai dampak penggunaan gawai serta memperkenalkan permainan tradisional sebagai alternatif kegiatan yang menyenangkan, menyehatkan, dan melestarikan budaya lokal. Program diharapkan dapat meningkatkan kesadaran peserta didik, guru, dan orang tua tentang pentingnya pembatasan penggunaan gawai serta mendorong aktivitas fisik dan sosial yang positif melalui permainan tradisional.

Kegiatan pengabdian di SDN Grujukan 1 Bondowoso bertujuan mengedukasi peserta didik tentang pengurangan penggunaan gawai, dampak negatif dan positif, serta bahaya penggunaan gawai secara berlebihan. Selain itu, program memperkenalkan permainan tradisional sebagai pengganti aktivitas dari kebiasaan bermain gawai yang bersifat pasif dan individual. Manfaat kegiatan pengabdian yang dilakukan di SDN Grujukan 1 Bondowoso meliputi peningkatan kesadaran peserta didik tentang bahaya penggunaan gawai secara berlebihan, peningkatan pemahaman tentang dampak positif dan negatif dari gawai, mendorong peserta didik untuk mengurangi dan membatasi waktu bermain gawai, serta menggantinya dengan aktivitas yang lebih aktif dan interaktif melalui permainan tradisional.

2. Metode

2.1. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Penelitian proyek sosial menggunakan pendekatan survei kuantitatif melalui pemberian prates dan pascates satu kelompok untuk mengetahui perubahan pengetahuan dan sikap peserta didik mengenai penggunaan gawai serta efektivitas permainan tradisional sebagai alternatif kegiatan. Pendekatan kuantitatif dipilih karena mampu menggambarkan perubahan secara objektif dan mendukung pengujian hipotesis terkait hubungan antarvariabel (Ma'ruf Abdullah, 2021). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*, karena seluruh peserta didik yang mengikuti kegiatan dilibatkan sebagai responden. Program dilaksanakan di SDN Grujukan 1

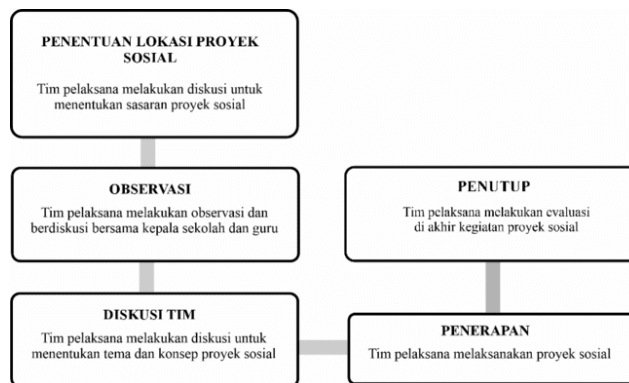
Bondowoso dengan melibatkan 46 peserta didik kelas I–VI, yang bertujuan meningkatkan pemahaman tentang dampak penggunaan gawai, membatasi durasi pemakaian, dan memperkenalkan permainan tradisional sebagai alternatif aktivitas yang lebih sehat. Pelaksanaan dilakukan secara bergiliran di tiga kelas, mulai dari kelas rendah hingga tinggi, agar setiap jenjang mendapat kesempatan setara dan menyesuaikan penyampaian materi dengan kemampuan motorik, sosial, dan emosional masing-masing kelompok usia.

Kegiatan di SDN Grujukan 1 Bondowoso diawali dengan sesi perkenalan antara peneliti dan peserta didik untuk menciptakan suasana belajar yang nyaman, membangun kedekatan, dan memotivasi peserta didik agar antusias mengikuti seluruh rangkaian kegiatan. Setelah perkenalan, peserta didik mengisi lembar kuesioner prates yang berisi 15 pertanyaan pilihan ganda mengenai manfaat gawai, bahaya penggunaan berlebihan, dan durasi penggunaan yang dianjurkan. Prates berfungsi untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta didik sehingga peneliti dapat mengukur peningkatan pemahaman setelah kegiatan selesai. Selanjutnya, peneliti menyampaikan materi edukatif mengenai penggunaan gawai yang mencakup dampak positif dan negatif penggunaan gawai, durasi penggunaan gawai yang dianjurkan sesuai usia, cara penggunaan gawai secara bijak, serta pengalihan aktivitas melalui permainan tradisional sebagai alternatif kegiatan. Penyampaian materi dilakukan secara sederhana dan interaktif agar seluruh peserta didik dapat memahami pesan yang diberikan.

Setelah menerima materi, peserta didik diajak mempraktikkan permainan tradisional *Gobak Sodor* sebagai bentuk aktivitas alternatif yang menyenangkan dan sehat. Peserta didik dibagi dalam beberapa kelompok untuk memahami aturan dan strategi permainan, sehingga kegiatan tidak hanya melatih kemampuan motorik dan kelincahan, tetapi juga mendorong kerja sama, komunikasi, dan interaksi sosial. Setelah kegiatan praktik, peserta didik kembali mengisi lembar kuesioner pascates yang sama dengan prates. Kuesioner diberikan dengan cara pilihan ganda berbasis kertas yang diberikan pada prates dan pascates. Evaluasi kuesioner terdiri dari 15 pertanyaan. Berikut beberapa contoh pertanyaan yang digunakan dalam kuesioner:

- 1) Apa manfaat gawai bagi anak-anak? a. Membantu belajar dan menemukan informasi baru b. Membuat anak malas belajar c. Membuat anak jarang berteman d. Membuat mata cepat lelah
- 2) Bahaya terlalu lama bermain gawai adalah a. Mata cepat lelah dan sulit tidur b. Tubuh menjadi kuat c. Mudah fokus belajar d. Cepat lapar
- 3) Waktu yang disarankan untuk bermain gawai bagi anak usia 6–12 tahun adalah a. 1 jam saja b. 2 jam sehari c. 5 jam sehari d. Sepanjang hari.

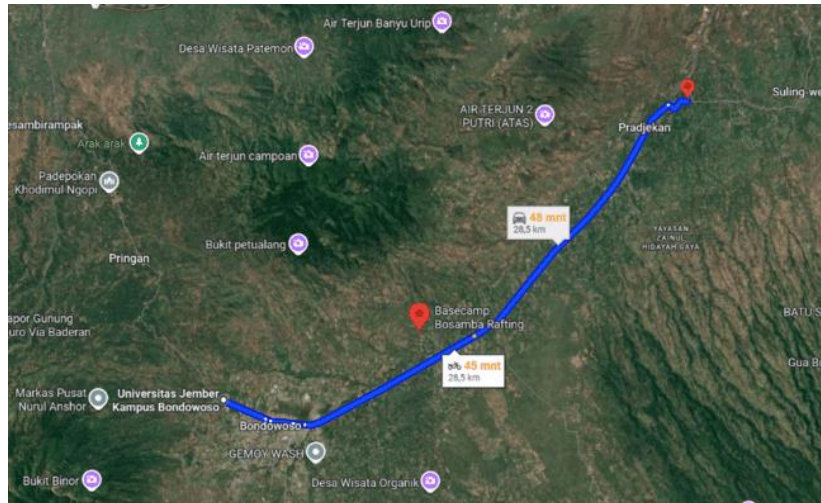
Data hasil prates dan pascates dianalisis menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Analisis dilakukan dengan menghitung rata-rata skor dan persentase peningkatan hasil belajar peserta didik sebelum dan sesudah intervensi. Keberhasilan kegiatan diukur dari peningkatan skor pascates dibanding prates serta partisipasi aktif peserta didik selama praktik permainan tradisional. Dengan pendekatan kuantitatif dan pengukuran prates–pascates, metode memberikan dasar empiris yang jelas dalam menilai dampak kegiatan terhadap pemahaman peserta didik.



Gambar 1. Perencanaan kegiatan proyek sosial mulai dari survei sampai penutup

2.2. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan pelaksanaan proyek sosial di SDN Grujukan 1 Bondowoso dilaksanakan pada tahun 2025, setiap hari Sabtu pada jam terakhir kegiatan belajar mengajar. Program dilaksanakan di SDN Grujukan 1 yang terletak di Jalan Cermee Krajan II, Grujukan, Kecamatan Cermee, Kabupaten Bondowoso, Jawa Timur 68286, dengan jarak tempuh 28,5 km dari Universitas Jember Kampus Bondowoso.



Gambar 2. Lokasi dari Universitas Jember Kampus Bondowoso ke SDN 1 Grujukan Bondowoso berjarak 28,5 km.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil

Proyek sosial ini dilatarbelakangi oleh semakin maraknya penggunaan gawai di kalangan anak-anak. Perkembangan teknologi digital dan gawai yang masif telah mengubah pola bermain anak-anak, terutama di daerah perkotaan maupun semi-perkotaan (Ragil *et al.*, 2025). Anak-anak zaman sekarang lebih menyukai bermain *game online* secara berlebihan daripada bermain di luar bersama teman sebayanya. Situasi ini dapat memengaruhi perkembangan sosial, emosional, dan motorik mereka, serta dapat memengaruhi perubahan sikap, sifat, dan tingkah laku pada anak-anak. Kegiatan proyek sosial di SDN Grujukan 1 Bondowoso dilaksanakan sebagai upaya memberikan edukasi kepada peserta didik agar memahami dampak positif dan negatif penggunaan gawai serta pentingnya mengatur waktu dalam penggunaannya. Kegiatan dilaksanakan dalam tiga tahap, yaitu pemaparan materi, praktik permainan tradisional, dan evaluasi kegiatan.

Pada minggu pertama, sebelum penyampaian materi, peneliti melakukan tanya jawab kepada peserta didik apakah mereka sudah mengenal gawai dan seberapa lama mereka memainkan alat elektronik tersebut. Peserta didik terlihat antusias saat berdiskusi dan banyak yang menyampaikan pengalaman pribadi tentang kebiasaan mereka menggunakan gawai. Tampak bahwa sebagian besar peserta didik sudah akrab dengan penggunaan gawai, namun mereka belum memahami dampak positif maupun negatifnya. Hal ini menunjukkan bahwa topik penggunaan gawai sangat dekat dengan kehidupan sehari-hari mereka dan memicu keterlibatan emosional. Setelah itu, peneliti menyampaikan materi kepada peserta didik kelas 1–3 mengenai pengertian gawai, dampak negatif dan positif dari gawai, serta bagaimana cara memanfaatkan gawai dengan bijak. Materi disampaikan menggunakan metode ceramah interaktif dengan bantuan media visual berupa presentasi *PowerPoint* yang berisi teks, gambar, dan ilustrasi pendukung untuk memperjelas materi yang disampaikan.

Pada minggu kedua, peneliti menyampaikan materi kepada peserta didik kelas 4–6 dengan materi yang sama pada minggu sebelumnya. Sebelum menyampaikan materi, peneliti melakukan pretest terlebih dahulu untuk mengukur sejauh mana peserta didik memahami dampak negatif dan

positif gawai. Hasilnya, sebanyak 45% peserta didik masih banyak yang belum mengetahui dampak negatif dan positif dari gawai. Pada sesi ini, penyampaian materi dilakukan dengan pendekatan yang lebih interaktif agar peserta didik lebih aktif berpartisipasi. Selain itu, kegiatan diselingi dengan sesi tanya jawab dan diskusi singkat untuk mengukur pemahaman peserta didik setelah penyampaian materi. Hasilnya, peserta didik terlihat lebih aktif bertanya dan memberikan contoh situasi yang mereka alami sendiri. Perubahan perilaku yang tampak adalah meningkatnya kesadaran peserta didik terhadap risiko penggunaan gawai berlebihan. Dengan metode ini, suasana pembelajaran menjadi lebih hidup dan menarik, sehingga peserta didik tidak mudah bosan dan lebih antusias dalam mengikuti kegiatan.

Pada minggu ketiga, peneliti memaparkan materi kepada peserta didik kelas 1–3 dengan materi etika dan kebiasaan sehat dalam penggunaan gawai. Pemaparan dilakukan dengan menggunakan media *PowerPoint* dan penyampaian dilakukan secara komunikatif, serta dilakukan sesi tanya jawab agar materi yang diberikan dapat dipahami dan diimplementasikan di kehidupan sehari-hari oleh peserta didik. Setelah penyampaian materi, peneliti mengajak peserta didik untuk bermain permainan tradisional yaitu *Gobak Sodor* di luar kelas. Pada awalnya, sebagian peserta didik lebih tertarik membahas permainan di ponsel mereka, namun setelah permainan tradisional dimulai, mereka menunjukkan perubahan sikap yang signifikan. Peserta didik tampak lebih aktif bergerak, berinteraksi, bekerja sama dengan kelompoknya, dan tertawa bersama. Hal ini dilakukan untuk memberikan pengertian kepada peserta didik bahwa bermain di luar lebih menyenangkan daripada bermain gawai di dalam rumah.

Pada minggu keempat yang merupakan hari terakhir, peneliti melakukan beberapa kegiatan yaitu senam pagi, pascates, perlombaan permainan, dan penutup. Senam pagi dilaksanakan oleh peserta didik bersama para guru SDN Grujukan 1 Bondowoso. Setelah senam pagi, kegiatan dilanjutkan dengan mengaji surat-surat pendek di mushola sekolah sesuai dengan jadwal rutin yang telah ditetapkan pihak sekolah. Setelah kegiatan mengaji selesai, peneliti melakukan pascates kepada peserta didik kelas 4–6 dan mengadakan sesi tanya jawab yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu untuk kelas 1–3 dan kelas 4–6 untuk mengetahui sejauh mana pemahaman mereka terhadap materi yang telah disampaikan pada minggu sebelumnya. Pascates yang diberikan menunjukkan peningkatan signifikan, dengan 85% peserta didik sudah memahami pentingnya bijak dalam menggunakan gawai. Selain itu, sesi tanya jawab mengungkap bahwa peserta didik dapat menjelaskan kembali isi materi dan mampu memberikan contoh perilaku yang siap mereka terapkan, seperti mengatur durasi waktu bermain atau meminta izin sebelum menggunakan gawai.

Setelah sesi tanya jawab, kegiatan dilanjutkan dengan perlombaan permainan tradisional yaitu *Gobak Sodor* yang diikuti oleh peserta didik kelas 1–6 yang dibagi menjadi 4 kelompok. Suasana yang penuh keceriaan dan semangat memperlihatkan meningkatnya interaksi sosial, kerja sama, serta sportivitas peserta didik. Selesai lomba *Gobak Sodor*, kegiatan selanjutnya yaitu perlombaan makan biskuit yang berlangsung dengan penuh tawa. Peserta didik sangat antusias dan semangat dalam mengikuti perlombaan yang diadakan. Setelah seluruh perlombaan selesai, peneliti melakukan pembagian nasi dan minuman kepada peserta didik dan para guru SDN Grujukan 1 serta makan bersama. Kegiatan kemudian ditutup dengan ucapan terima kasih dan foto bersama sebagai kenangan dari seluruh rangkaian kegiatan yang telah dilaksanakan selama empat hari. Proyek sosial ini tidak hanya meningkatkan pemahaman peserta didik tentang penggunaan gawai yang bijak, tetapi juga menunjukkan perubahan perilaku yang teramati, termasuk meningkatnya minat terhadap aktivitas luar ruangan, keberanian berpendapat, serta kemampuan bekerja sama. Proyek ini terbukti memberikan dampak positif dalam membentuk perilaku peserta didik agar lebih seimbang dalam penggunaan gawai dan lebih aktif berinteraksi secara sosial.

3.2 Pembahasan

Proyek sosial ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya penggunaan gawai di kalangan anak-anak yang kini telah menjadi fenomena global. Transformasi digital yang terjadi secara masif telah mengubah pola bermain, cara berinteraksi, serta kebiasaan belajar anak-anak, baik di daerah perkotaan maupun semi-perkotaan (Ragil *et al.*, 2025). Di era digital saat ini, gawai menjadi bagian

dari kehidupan sehari-hari anak-anak, namun tanpa pengawasan dan pemahaman yang baik, penggunaannya dapat menimbulkan dampak negatif seperti menurunnya interaksi sosial, gangguan konsentrasi, serta berkurangnya aktivitas fisik. Menurut Lestari *et al.* (2023), intensitas penggunaan gawai yang tinggi pada anak sekolah dasar dapat menghambat perkembangan motorik halus dan kasar karena berkurangnya kegiatan fisik dan permainan aktif. Kegiatan proyek sosial yang dilaksanakan di SDN Grujukan 1 Bondowoso bertujuan untuk memberikan edukasi tentang penggunaan gawai secara bijak serta menumbuhkan kembali minat anak-anak terhadap aktivitas fisik dan permainan tradisional. Kegiatan ini tidak hanya berfokus pada aspek kognitif melalui penyampaian materi, tetapi juga menyentuh aspek sosial dan emosional melalui interaksi langsung dalam permainan. Pendekatan ini sejalan dengan hasil penelitian Dewi *et al.* (2025) yang menyatakan bahwa pembelajaran yang menggabungkan aspek pengetahuan digital dan aktivitas sosial dapat meningkatkan literasi digital serta memperkuat karakter anak dalam berinteraksi di dunia nyata.

Tahap pertama kegiatan difokuskan pada pemahaman dasar mengenai pengertian gawai, dampak positif dan negatifnya, serta cara penggunaannya secara sehat. Metode ceramah interaktif yang digunakan dengan bantuan media *PowerPoint* dinilai efektif untuk anak usia sekolah dasar karena dapat menarik perhatian melalui kombinasi teks, gambar, dan ilustrasi yang mudah dipahami. Sebagaimana diungkapkan Sari *et al.* (2024) dan Putra & Rahmawati (2023) bahwa pembelajaran berbasis komunikasi dua arah mampu meningkatkan pemahaman serta keterlibatan peserta didik dalam proses belajar. Peserta didik terlihat aktif berdiskusi dan menceritakan pengalaman pribadi terkait penggunaan gawai. Hal ini menunjukkan bahwa topik yang disampaikan relevan dengan keseharian mereka dan mampu mendorong proses refleksi diri.

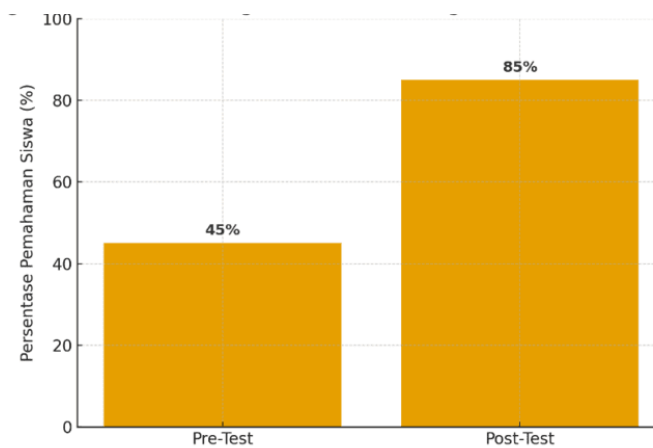


Gambar 3. Pemaparan materi tentang dampak positif dan negatif gawai

Pada tahap kedua, kegiatan difokuskan pada peserta didik kelas 4–6 dengan metode yang lebih interaktif melalui diskusi, tanya jawab, dan studi kasus sederhana tentang penggunaan gawai. Sebelum penyampaian materi, dilakukan prates untuk mengetahui tingkat pemahaman awal peserta didik terhadap dampak penggunaan gawai. Hasil prates menunjukkan bahwa sebanyak 45% peserta didik masih belum memahami secara mendalam mengenai dampak negatif dan positif dari penggunaan gawai dalam kehidupan sehari-hari. Setelah itu, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi menggunakan pendekatan yang memungkinkan peserta didik untuk berpikir kritis dan menilai perilaku mereka sendiri dalam menggunakan perangkat digital. Berdasarkan penelitian Presta *et al.* (2024), model pembelajaran yang melibatkan partisipasi aktif peserta didik terbukti meningkatkan kesadaran kritis terhadap dampak sosial dan psikologis dari penggunaan teknologi. Hasil observasi di lapangan memperlihatkan bahwa setelah diberikan materi dan dilakukan diskusi interaktif, peserta didik mulai memahami pentingnya mengatur waktu bermain gawai dan mulai menyadari bahwa penggunaan gawai secara berlebihan dapat mengganggu aktivitas belajar dan hubungan sosial mereka.

Tahap ketiga kegiatan difokuskan pada penanaman nilai-nilai etika dan kebiasaan sehat dalam penggunaan gawai. Materi ini diberikan kepada peserta didik kelas 1–3 dengan cara penyampaian yang komunikatif dan diselingi sesi tanya jawab. Selain itu, peserta didik diajak untuk mempraktikkan permainan tradisional *Gobak Sodor* di luar kelas. Kegiatan ini memiliki makna penting karena tidak hanya memberikan hiburan, tetapi juga menjadi sarana pembelajaran sosial, kerja sama tim, dan sportivitas. Melalui permainan tersebut, peserta didik memahami bahwa kebahagiaan dan kebersamaan tidak hanya dapat ditemukan dalam dunia digital, tetapi juga melalui interaksi langsung dengan teman sebaya. Temuan ini selaras dengan Widodo & Amelia (2024) yang menjelaskan bahwa permainan tradisional dapat meningkatkan kemampuan sosial, emosional, dan motorik anak.

Hari terakhir kegiatan diisi dengan evaluasi berupa pascates, sesi tanya jawab, serta berbagai perlombaan seperti *Gobak Sodor* dan makan biskuit. Hasil pascates menunjukkan adanya peningkatan pemahaman peserta didik sebanyak 85% terhadap materi yang telah disampaikan pada minggu sebelumnya. Sebagian besar peserta didik mampu menjelaskan kembali dampak negatif dan positif penggunaan gawai, cara mengontrol waktu bermain, serta pentingnya menjaga keseimbangan antara kegiatan digital dan aktivitas fisik. Hasil ini mengonfirmasi temuan Rahman *et al.* (2023) bahwa metode pembelajaran yang disertai aktivitas fisik dan kompetisi positif dapat meningkatkan motivasi belajar dan memperkuat daya ingat peserta didik terhadap materi yang dipelajari.



Gambar 4. Hasil prates dan hasil keberhasilan pascates

Selain itu, kegiatan senam pagi dan makan bersama di akhir kegiatan memperkuat nilai kebersamaan dan kedisiplinan. Kegiatan seperti ini memberikan pengalaman emosional positif yang dapat menumbuhkan rasa solidaritas dan empati di kalangan peserta didik (Utami *et al.*, 2024). Secara keseluruhan, seluruh rangkaian kegiatan dalam proyek sosial ini menunjukkan bahwa edukasi tentang penggunaan gawai dapat dikemas dengan pendekatan menyenangkan dan interaktif tanpa mengurangi nilai pembelajaran yang ingin disampaikan.



Gambar 5. Bermain permainan *Gobak Sodor* bersama peserta didik SDN 1 Grujukan Bondowoso

Namun demikian, pelaksanaan proyek sosial ini tidak terlepas dari beberapa kendala teknis maupun sosial. Kendala waktu menjadi tantangan utama karena pelaksana kegiatan harus menyesuaikan jadwal dengan perkuliahan sehingga kegiatan terkadang dilakukan pada waktu-waktu terakhir jam sekolah. Selain itu, perbedaan karakter di setiap kelas menyebabkan dinamika pembelajaran berbeda-beda. Beberapa kelas sangat cepat merespons materi, sementara yang lain membutuhkan pendekatan yang lebih sabar dan komunikatif. Peserta didik juga cenderung sulit dikondisikan pada awal kegiatan, terutama karena kebiasaan mereka yang lebih menyukai permainan gawai dibanding aktivitas fisik. Kebiasaan tersebut kerap bertentangan dengan tujuan kegiatan, sehingga fasilitator perlu menggunakan strategi komunikasi, permainan, dan pendekatan yang menarik untuk mengembalikan fokus peserta didik. Hal ini sejalan dengan penelitian Hasanah & Wulandari (2022) yang menekankan bahwa keberhasilan program literasi digital sangat dipengaruhi oleh kesiapan peserta didik, lingkungan sosial, serta kemampuan fasilitator dalam mengelola dinamika kelas. Proyek sosial ini berhasil mencapai tujuannya, yaitu meningkatkan pemahaman dan kesadaran peserta didik mengenai penggunaan gawai secara bijak serta menumbuhkan kembali minat mereka terhadap aktivitas sosial dan permainan tradisional. Pendekatan edukatif berbasis interaksi langsung dan praktik nyata terbukti efektif dalam menanamkan pemahaman jangka panjang pada anak-anak usia sekolah dasar. Hasil ini sejalan dengan penelitian Fathurrahman & Nuraini (2023) yang menyatakan bahwa pendidikan karakter melalui permainan tradisional dan kegiatan kolaboratif di sekolah dasar dapat membentuk perilaku sosial positif, meningkatkan empati, serta mengurangi ketergantungan terhadap gawai. Oleh karena itu, kegiatan semacam ini sangat relevan untuk diterapkan secara berkelanjutan di sekolah-sekolah lain guna mendukung tumbuh kembang anak yang seimbang antara kemampuan digital dan sosialnya.

4. Kesimpulan

Proyek sosial yang dilaksanakan di SDN Grujukan 1 Bondowoso menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan kesadaran peserta didik mengenai penggunaan gawai secara bijak serta pentingnya menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dan interaksi sosial di dunia nyata. Melalui rangkaian kegiatan seperti penyampaian materi edukatif, sesi tanya jawab, dan praktik permainan tradisional *Gobak Sodor*, peserta didik tidak hanya memahami dampak positif dan negatif dari penggunaan gawai, tetapi juga merasakan secara langsung keseruan bermain di luar ruangan bersama teman sebayanya. Kegiatan ini turut membantu mengembangkan kemampuan sosial, emosional, serta motorik anak, sekaligus memperkuat nilai kebersamaan dan kerja sama. Hasil pretes dan pascates menunjukkan peningkatan pemahaman yang signifikan, dari 45% menjadi 85%,

yang mengindikasikan bahwa metode edukatif berbasis interaksi langsung dan praktik nyata terbukti efektif dalam menanamkan pemahaman jangka panjang pada anak-anak usia sekolah dasar.

Secara keseluruhan, proyek ini berhasil menjadi sarana edukatif yang efektif dalam menanamkan perilaku bijak berteknologi sejak dini serta mengajak anak-anak untuk lebih aktif, sehat, dan berinteraksi secara langsung di lingkungan sosialnya. Agar pembiasaan positif ini dapat terus berlanjut, pihak sekolah direkomendasikan untuk menjadwalkan permainan tradisional sebagai kegiatan rutin, mengintegrasikannya ke dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) atau kegiatan ekstrakurikuler, serta menyediakan ruang dan fasilitas bermain yang memadai. Selain itu, guru dapat memberikan pendampingan berkelanjutan mengenai penggunaan gawai secara sehat melalui penyuluhan singkat atau program "hari tanpa gawai". Keterlibatan orang tua juga sangat penting dalam mengawasi dan membatasi durasi penggunaan gawai di rumah serta mendorong anak untuk lebih banyak beraktivitas fisik. Dengan langkah-langkah tersebut, sekolah dapat menjaga keberlanjutan budaya bermain tradisional sekaligus memperkuat karakter dan kesehatan sosial anak-anak secara jangka panjang.

5. Ucapan Terima Kasih

Proyek sosial ini merupakan bagian dari tugas Pendidikan Pancasila Program Studi Ilmu Pertanian Perkebunan Fakultas Pertanian Universitas Jember. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada peserta didik SDN Grujukan 1 Bondowoso mengenai dampak positif dan negatif penggunaan gawai serta pengalihan agar tidak ketergantungan gawai dengan melakukan aktivitas di luar seperti bermain permainan tradisional yaitu *Gobak Sodor*. Kami menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak SDN Grujukan 1 Bondowoso yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan kegiatan, Kepala Sekolah serta dewan guru SDN Grujukan 1 Bondowoso atas dukungan selama kegiatan berlangsung, dosen pengampu mata kuliah Pendidikan Pancasila yang telah memberikan arahan, motivasi, dan bimbingan dalam proses penyusunan serta pelaksanaan kegiatan, serta seluruh anggota Kelompok 1 Kelas Q2 Program Studi Ilmu Pertanian Perkebunan Fakultas Pertanian Universitas Jember yang telah berpartisipasi aktif dan bekerja sama dengan baik dalam menyelesaikan proyek sosial ini.

6. Daftar Pustaka

- Dewi, R., Hasanah, N., & Prasetyo, A. (2025). Integrasi literasi digital dan aktivitas sosial dalam pembentukan karakter anak sekolah dasar di era modern. *Jurnal Pendidikan Karakter Anak Indonesia*, 10(1), 55–68.
- Fathurrahman, M., & Nuraini, S. (2023). Pendidikan karakter melalui permainan tradisional untuk mengurangi ketergantungan gadget pada anak sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 9(2), 112–124.
- Handayani, R., Nugroho, D., & Lestari, W. (2022). Nilai-nilai edukatif dalam permainan tradisional anak sebagai media pembelajaran karakter. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 8(2), 134–142.
- Hasanah, N., & Wulandari, S. (2022). *Literasi digital anak usia sekolah dasar: Tantangan dan strategi pembelajaran*. Remaja Rosdakarya.
- Lestari, R., Handoko, A., & Pramudia, D. (2023). Dampak intensitas penggunaan gadget terhadap perkembangan motorik anak usia sekolah dasar. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan Anak*, 7(3), 189–198.

- Li, X., Zhang, Y., & Chen, L. (2025). Digital screen exposure and its effects on cognitive and social-emotional development among school-age children: A systematic review. *Journal of Child Development and Technology*, *14*(1), 45–60.
- Muppalla, R., Singh, K., & Dey, A. (2023). Impact of excessive screen time on children's cognitive and physical health: An integrative review. *International Journal of Child and Adolescent Health*, *16*(3), 221–232.
- Presta, M., Ricci, F., & Lombardi, S. (2024). Parental and teacher involvement in digital literacy education: Building sustainable healthy screen habits in children. *Journal of Educational Interventions*, *12*(4), 302–317.
- Putra, A. D., & Rahmawati, N. (2023). Permainan tradisional sebagai sarana peningkatan keterampilan sosial dan aktivitas fisik anak sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, *11*(1), 25–34.
- Ragil, D. P., Handayani, S., & Lestari, R. (2025). Pengaruh perkembangan teknologi digital terhadap pola bermain anak di era modern. *Jurnal Pendidikan Anak Indonesia*, *14*(1), 45–55.
- Rahman, T., Wibowo, A., & Cahyani, M. (2023). Pengaruh kegiatan fisik dan kompetisi positif terhadap motivasi dan daya ingat siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar dan Pembelajaran Aktif*, *8*(2), 97–109.
- Sari, P. D., Wulandari, E., & Hidayat, M. (2024). Revitalisasi permainan tradisional dalam pendidikan karakter anak di era digital. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, *9*(1), 77–86.
- Utami, D., Rahayu, E., & Setiono, A. (2024). Membangun solidaritas dan empati siswa melalui kegiatan kolaboratif di sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Humaniora*, *6*(1), 41–50.
- Widodo, B., & Amelia, R. (2024). Peran permainan tradisional dalam pengembangan sosial dan emosional anak usia sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Anak dan Budaya*, *5*(2), 88–99.
- Žmavc, T., Kranjc, M., & Vidmar, T. (2025). School-based interventions to reduce screen time and promote active play among elementary students: A meta-analysis. *European Journal of Educational Research*, *14*(2), 101–118.