

**PERENCANAAN STRATEGIK PENCEGAHAN KECANDUAN GADGET PADA
SISWA SMP
(Studi Kasus di SMPN Satu Atap Pasirmunjul)**

(Tatang Permana¹), (Acep Supriatna²), (Dadan Dahtiar³), (Ina Nurmuminah⁴),
(⁵Sri Handayani)

(¹SDN 1 Nangewer), (²SDN 4 Depok), (³SMPN Satu Atap Pasirmunjul), (⁴SDN 1
Campakasari), (⁵Universitas Islam Nusantara)

([1tatangpermana45@guru.sd.belajar.id](mailto:tatangpermana45@guru.sd.belajar.id)), (acepsupriatna07@guru.sd.belajar.id),
(dadan.dahtiar@gmail.com), (inanurmuminah30@guru.sd.belajar.id),
(srihandayani@uninus.ac.id)

ABSTRACT

This study explores the strategic planning model implemented at SMPN Satu Atap Pasirmunjul to prevent gadget addiction among junior high school students. Using a qualitative descriptive approach with case study methods, data were collected through interviews, observations, and document analysis. The research found that the Digital Sehat Program was designed collaboratively between school leaders, teachers, students, and parents. The program includes vision formulation, team structuring, SOP development, student digital ambassadors, educational activities, counseling services, and extracurricular engagement. The strategic planning process is responsive to the local context and prioritizes preventive, educational, and character-building approaches. Although the evaluation system remains basic, the program demonstrates potential for sustainability and replication. The school succeeded in fostering a digital culture that promotes balanced and responsible gadget use among students.

Keywords: *Strategic Planning, Gadget Addiction, Digital Literacy, Junior High School, Student Character*

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji model perencanaan strategik yang diterapkan di SMPN Satu Atap Pasirmunjul untuk mencegah kecanduan gadget pada siswa SMP. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus, data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan analisis dokumen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Program Digital Sehat dirancang secara kolaboratif oleh kepala sekolah, guru, siswa, dan orang tua. Program ini mencakup perumusan visi, pembentukan tim pelaksana, penyusunan SOP, pengangkatan duta digital siswa, kegiatan edukatif, layanan konseling, dan pengembangan kegiatan ekstrakurikuler. Proses perencanaan strategik bersifat responsif terhadap konteks lokal dan menekankan pendekatan preventif, edukatif, serta pembentukan karakter. Meskipun sistem evaluasinya masih sederhana, program ini menunjukkan potensi

keberlanjutan dan replikasi di sekolah lain. Sekolah berhasil membangun budaya digital sehat yang mendorong penggunaan gadget secara seimbang dan bertanggung jawab.

Kata Kunci: Perencanaan Strategik, Kecanduan Gadget, Literasi Digital, Sekolah Menengah Pertama, Karakter Siswa

A. Pendahuluan

Revolusi digital telah membawa transformasi besar dalam hampir seluruh aspek kehidupan manusia, termasuk dunia pendidikan. Di era teknologi informasi saat ini, penggunaan gadget seperti smartphone, tablet, dan laptop bukan lagi hal yang asing bagi siswa, bahkan pada jenjang pendidikan dasar dan menengah. Idealnya, gadget dapat berperan sebagai alat bantu belajar yang mempercepat akses informasi, meningkatkan interaktivitas, dan mendukung pembelajaran berbasis teknologi (Kemendikbud Ristek, 2022). Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan justru menimbulkan gejala kecanduan yang mengkhawatirkan.

Fenomena kecanduan gadget kini menjadi tantangan serius dalam dunia pendidikan. Gejala seperti penurunan fokus belajar, gangguan tidur, ketergantungan psikologis terhadap smartphone, hingga

lemahnya interaksi sosial siswa menjadi bukti nyata bahwa penggunaan teknologi tanpa pengawasan dan literasi digital yang memadai dapat berdampak buruk terhadap perkembangan siswa. Young (1998), salah satu pelopor dalam studi kecanduan internet, menyebut kondisi ini sebagai Internet Addiction Disorder (IAD), yaitu perilaku penggunaan teknologi yang tidak terkendali dan bersifat kompulsif, yang mengarah pada disfungsi dalam kehidupan akademik, sosial, dan emosional.

Kondisi ini juga terjadi di SMPN Satu Atap Pasirmunjul, di mana hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa menggunakan gadget lebih dari tiga jam sehari untuk kegiatan non-akademik, seperti bermain game online dan berselancar di media sosial. Sementara guru dan kepala sekolah telah mulai memanfaatkan platform digital dalam pembelajaran seperti Google Classroom dan YouTube edukatif, di

sisi lain mereka juga menghadapi kenyataan bahwa siswa mengalami kelelahan digital, menurunnya motivasi belajar, dan bahkan menunjukkan perilaku adiktif terhadap teknologi.

Ironisnya, di tengah upaya pemerintah memperluas digitalisasi sekolah melalui program Merdeka Belajar dan digitalisasi konten, pengawasan terhadap dampak negatif gadget belum menjadi prioritas. Sementara itu, penguatan karakter dan literasi digital yang berimbang belum sepenuhnya terintegrasi dalam sistem manajemen sekolah. Padahal, seperti dikemukakan oleh Suyanto, M. (2006), manajemen strategik dalam pendidikan sangat penting untuk merespons perubahan lingkungan dan merancang intervensi sistematis terhadap persoalan kontekstual yang muncul di sekolah.

Oleh karena itu, dibutuhkan perencanaan strategik yang menyeluruh untuk menghadapi tantangan kecanduan gadget. Perencanaan ini tidak hanya menekankan aspek teknis pengaturan penggunaan perangkat, tetapi juga harus mencakup edukasi digital sehat, pembentukan kebijakan sekolah, pelibatan orang tua, pengembangan

budaya karakter, dan pengawasan berkelanjutan yang melibatkan semua pemangku kepentingan (Gürel & Tat, 2017; Saputra & Suparno, 2021).

Dalam konteks ini, SMPN Satu Atap Pasirmunjul dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan sekolah yang memiliki komitmen terhadap integrasi teknologi dalam pembelajaran, namun juga menghadapi dampak negatif penggunaan gadget yang intensif oleh siswa. Hal ini menjadikan sekolah tersebut sebagai studi kasus yang relevan untuk mengembangkan model perencanaan strategik pencegahan kecanduan gadget yang tidak hanya bersifat kuratif, tetapi juga preventif dan edukatif.

Penelitian ini mengusung pendekatan strategik melalui pengembangan Program Digital Sehat, yaitu sebuah model kolaboratif yang melibatkan sekolah, guru, siswa, dan orang tua dalam upaya membimbing penggunaan teknologi secara seimbang, bijak, dan bertanggung jawab. Tujuannya adalah membentuk generasi pelajar yang tidak hanya cakap digital, tetapi juga sehat secara sosial dan emosional. Strategi ini didasarkan pada teori manajemen pendidikan, teori

kecanduan teknologi, dan pendekatan literasi digital, yang bila diterapkan secara sistemik dapat menjadi solusi jangka panjang dalam pengelolaan tantangan teknologi di sekolah.

Dengan demikian, urgensi penelitian ini bukan hanya terletak pada penanganan kasus kecanduan gadget di satu sekolah, tetapi juga dalam mengembangkan kerangka strategik yang dapat diadaptasi oleh sekolah-sekolah lain dalam konteks serupa. Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi terhadap pengembangan kebijakan pendidikan berbasis karakter dan teknologi yang berimbang, serta memperkaya khasanah literatur mengenai manajemen strategik di bidang pendidikan.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi kasus, untuk mendeskripsikan secara mendalam proses perencanaan strategik yang dilakukan oleh sekolah dalam merespons tantangan kecanduan gadget pada siswa. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti memahami fenomena secara kontekstual dan menyeluruh dalam

lingkungan nyata, sebagaimana dikemukakan oleh Yin (2018), bahwa studi kasus kualitatif cocok digunakan untuk mengeksplorasi proses kebijakan, intervensi manajerial, dan perilaku organisasi dalam konteks spesifik.

Penelitian dilaksanakan di SMPN Satu Atap Pasirmunjul, sebuah sekolah negeri di wilayah Kabupaten Purwakarta, Jawa Barat yang telah menunjukkan pemanfaatan teknologi pembelajaran namun juga menghadapi dampak negatif berupa tingginya intensitas penggunaan gadget oleh siswa. Subjek penelitian terdiri dari kepala sekolah, wakil kepala sekolah bidang kurikulum dan kesiswaan, guru kelas, guru Bimbingan dan Konseling (BK), serta perwakilan siswa dan orang tua.

Informan dipilih dengan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan subjek berdasarkan peran strategis mereka dalam proses perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi program yang berkaitan dengan penggunaan gadget di sekolah.

Data dikumpulkan melalui beberapa teknik, yakni:

- Wawancara mendalam (in-depth interview) terhadap kepala sekolah dan guru untuk

menggalikan proses perumusan visi strategis, kebijakan internal sekolah terkait penggunaan gadget, dan strategi intervensi yang diterapkan.

- Observasi partisipatif, dilakukan untuk mengamati interaksi siswa dengan gadget selama kegiatan belajar mengajar, serta kebijakan internal sekolah seperti pengawasan dan aturan penggunaan HP.
- Studi dokumentasi, dilakukan terhadap dokumen perencanaan seperti Rencana Kerja Sekolah (RKS), program tahunan sekolah, berita acara rapat, dan instrumen monitoring penggunaan teknologi.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña (2014) yang meliputi:

- Reduksi data, yaitu proses memilah, memfokuskan, dan menyederhanakan data lapangan agar sesuai dengan fokus penelitian.
- Penyajian data, berupa deskripsi naratif dan matriks tematik yang memperlihatkan

hubungan antar aspek manajerial seperti perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi.

- Penarikan kesimpulan dan verifikasi, dilakukan secara iteratif dengan melakukan triangulasi antar data dan sumber untuk memastikan validitas interpretasi.

Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber (membandingkan data dari kepala sekolah, guru, siswa, dan orang tua), triangulasi teknik (menggabungkan wawancara, observasi, dan dokumentasi), serta member check, yaitu konfirmasi hasil interpretasi kepada informan kunci untuk memastikan akurasi dan kesesuaian makna.

Dengan metode ini, penelitian diharapkan dapat memberikan gambaran menyeluruh mengenai bagaimana sekolah merancang dan mengimplementasikan strategi pencegahan kecanduan gadget yang terstruktur, kolaboratif, dan berorientasi jangka panjang.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan di SMPN Satu Atap Pasirmunjul dengan fokus pada pengembangan Program

Digital Sehat sebagai bagian dari strategi pencegahan kecanduan gadget. Program ini disusun secara kolaboratif antara peneliti, pihak sekolah, guru, siswa, dan orang tua, diawali dengan analisis SWOT. Kekuatan sekolah antara lain dukungan manajemen dan lingkungan sosial yang kondusif. Sementara kelemahan utamanya adalah belum adanya kebijakan tertulis dan kurangnya aktivitas alternatif yang menarik bagi siswa. Peluang muncul dari dukungan pemerintah dan kesadaran orang tua, sedangkan ancaman berasal dari akses mudah terhadap konten digital dan minimnya kontrol di rumah.

1. Perencanaan Strategik

Perencanaan dimulai dengan observasi dan wawancara yang mengungkap tingginya intensitas penggunaan gadget non-pembelajaran di kalangan siswa. Program Digital Sehat dirancang dengan visi "Mewujudkan generasi pelajar digital yang cerdas, sehat, dan bertanggung jawab". Tujuannya meliputi pengurangan durasi penggunaan gadget dan peningkatan literasi digital sehat. Indikator keberhasilan ditentukan berdasarkan

perilaku penggunaan gadget siswa dan kebijakan etika digital di sekolah.

2. Pengorganisasian

Tim Pelaksana Program Digital Sehat (TPPDS) dibentuk dengan ketua dari wakil kepala sekolah bidang kesiswaan. Tim menyusun SOP penggunaan gadget yang melarang penggunaan HP selama proses belajar di sekolah, di rumah, dan di lingkungan masyarakat. Peran pengawasan dibagi kepada guru piket dan wali kelas, serta dibentuk Duta Digital Sehat dari siswa untuk memperkuat internalisasi program di kalangan teman sebaya.

3. Pelaksanaan

Program dilaksanakan melalui sosialisasi kepada guru, siswa, dan orang tua. Edukasi dilakukan dengan menayangkan video, diskusi kelas, dan pengisian jurnal digital sehat. Bimbingan konseling diberikan kepada siswa yang menunjukkan tanda-tanda kecanduan gadget. Sekolah juga mengembangkan kegiatan ekstrakurikuler seperti olahraga, pramuka, dan TIK sebagai alternatif kegiatan positif yang mengalihkan ketergantungan pada gadget.

4. Evaluasi dan Tindak Lanjut

Evaluasi dilakukan satu bulan setelah program berjalan, dengan pemantauan guru terhadap perilaku siswa serta survei kepada siswa dan orang tua. Refleksi dan evaluasi rutin dilakukan oleh tim pelaksana, yang kemudian menyusun langkah tindak lanjut, seperti integrasi program ke dalam program tahunan sekolah, penguatan pengawasan kesiswaan, dan pengembangan kerja sama dengan orang tua melalui komunikasi rutin dan pelatihan pola asuh digital.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa implementasi Program Digital Sehat sebagai bagian dari perencanaan strategik di SMPN Satu Atap Pasirmunjul merupakan upaya sistematis dan partisipatif dalam mengatasi masalah kecanduan gadget pada siswa. Prosesnya dapat dikaji dari perspektif teori manajemen strategik pendidikan, teori perilaku kecanduan digital, serta konsep literasi digital dan keterlibatan orang tua dalam pendidikan.

1. Perencanaan Strategik: Pendekatan Responsif terhadap Masalah Kontekstual

Perencanaan yang dilakukan sekolah telah mencerminkan

pendekatan strategik berbasis data dan partisipasi. Hal ini sesuai dengan pendapat Bryson (2018) bahwa perencanaan strategik dalam sektor publik harus dimulai dengan analisis lingkungan (SWOT), identifikasi tujuan, serta pelibatan seluruh pemangku kepentingan. Dengan melibatkan kepala sekolah, guru, siswa, dan orang tua, SMPN Satu Atap Pasirmunjul telah menerapkan prinsip *collaborative strategic planning*, yang penting dalam menghadapi isu kontekstual seperti kecanduan gadget.

Visi program “Mewujudkan generasi pelajar digital yang cerdas, sehat, dan bertanggung jawab” menunjukkan keselarasan antara tujuan pendidikan dan kebutuhan aktual siswa. Hal ini sesuai dengan pendekatan *transformative planning* (Ornstein & Hunkins, 2018), di mana perencanaan berorientasi pada perubahan budaya sekolah secara menyeluruh, bukan sekadar program sesaat.

2. Pengorganisasian: Kolaborasi dan Peran Struktural yang Jelas

Pembentukan Tim Pelaksana Program Digital Sehat (TPPDS) yang melibatkan berbagai unsur sekolah menunjukkan upaya sekolah dalam

mendesain organisasi pelaksana yang fungsional. Menurut Terry (dalam Budiman & Barlian, 2020), pengorganisasian yang baik dalam manajemen pendidikan menuntut adanya kejelasan struktur, pembagian tugas, dan sistem komunikasi yang efektif. Penunjukan pemimpin tim berdasarkan pengalaman dan kedekatan dengan siswa menunjukkan penerapan prinsip *situational leadership* (Hersey & Blanchard, 2014), yang dapat meningkatkan efektivitas pengorganisasian program berbasis kebutuhan psikososial siswa.

Selain itu, pelibatan Duta Digital Sehat dari siswa menunjukkan bahwa sekolah memahami pentingnya pendekatan *peer influence* dalam perubahan perilaku remaja. Ini memperkuat teori Bandura (2001) tentang *social learning*, bahwa perilaku anak dan remaja banyak dibentuk melalui observasi terhadap figur sebaya.

3. Pelaksanaan: Internalitas Nilai Digital Sehat melalui Literasi dan Alternatif Kegiatan

Tahap pelaksanaan program yang mengedepankan edukasi, refleksi, dan penguatan karakter melalui jurnal digital sehat merupakan

contoh penerapan pendekatan *experiential learning* (Kolb, 1984). Kegiatan ini tidak hanya memberikan pemahaman kognitif, tetapi juga melatih kesadaran diri dan kontrol perilaku melalui praktik langsung.

Selain itu, pengembangan kegiatan ekstrakurikuler sebagai pengalihan perhatian dari gadget merupakan implementasi prinsip *replacement behavior* dalam teori perilaku (Skinner, dalam Santrock, 2020), di mana perilaku negatif tidak dihilangkan secara paksa tetapi diganti dengan aktivitas yang lebih positif dan bermakna.

Layanan bimbingan konseling terhadap siswa dengan gejala adiktif menunjukkan penerapan teori *student well-being* (OECD, 2021), yang menekankan pentingnya keseimbangan antara kebutuhan akademik dan psikososial siswa. Guru BK berperan strategis sebagai fasilitator pemulihan perilaku digital siswa, memperkuat fungsi sekolah sebagai ruang pemulihan sosial dan pembinaan karakter.

4. Evaluasi dan Tindak Lanjut: Pilar Keberlanjutan Strategi

Evaluasi melalui observasi, survei, dan refleksi tim telah mencerminkan prinsip *formative*

evaluation (Scriven, 1991), yang menekankan pentingnya evaluasi berkelanjutan dalam proses perbaikan program. Meskipun masih sederhana, proses ini memungkinkan sekolah untuk menyesuaikan strategi dan memperbaiki pelaksanaan berdasarkan hasil nyata di lapangan.

Integrasi program ke dalam rencana tahunan sekolah serta kolaborasi berkelanjutan dengan orang tua menunjukkan bahwa sekolah telah memulai proses *institutionalization of innovation* (Fullan, 2007), yaitu menjadikan inovasi bukan hanya sebagai proyek sementara, tetapi bagian dari budaya organisasi sekolah.

Kolaborasi orang tua juga menjadi bentuk implementasi teori *school-family partnership* (Epstein, 2011), yang menyatakan bahwa pendidikan karakter digital yang efektif hanya dapat berlangsung jika terdapat sinergi antara lingkungan sekolah dan rumah.

D. Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa perencanaan strategik yang dirancang melalui Program Digital Sehat di SMPN Satu Atap Pasirgunung telah menjadi pendekatan inovatif,

responsif, dan partisipatif dalam mencegah kecanduan gadget pada siswa. Program ini tidak hanya sekadar membatasi penggunaan teknologi, tetapi juga membangun literasi digital sehat melalui edukasi, penguatan karakter, dan pelibatan aktif seluruh unsur sekolah serta orang tua.

Dari aspek perencanaan, sekolah telah mampu menyusun strategi berdasarkan analisis SWOT dan merumuskan visi serta misi program yang sesuai dengan konteks lokal. Hal ini mencerminkan perencanaan berbasis masalah dan berbasis kolaborasi.

Dalam pengorganisasian, pembentukan Tim Pelaksana Program Digital Sehat (TPPDS) yang melibatkan guru, siswa, dan tenaga kependidikan lainnya menunjukkan bahwa sekolah telah menerapkan manajemen partisipatif dan berbasis fungsi. Penunjukan Duta Digital Sehat menjadi inovasi yang memperkuat internalisasi nilai melalui pengaruh sebaya.

Pada aspek pelaksanaan, sekolah telah menunjukkan keterpaduan antara kegiatan preventif dan kuratif. Edukasi, jurnal reflektif, dan kegiatan ekstrakurikuler menjadi

media utama pengalihan dan penguatan karakter digital siswa. Layanan bimbingan konseling menjadi pelengkap yang menjawab kebutuhan individual siswa yang menunjukkan gejala adiksi.

Sementara itu, proses evaluasi dan tindak lanjut dilakukan melalui observasi, survei, serta pertemuan reflektif. Meskipun evaluasi masih sederhana, sekolah telah menunjukkan komitmen terhadap keberlanjutan program dengan mengintegrasikan Digital Sehat ke dalam program tahunan dan menjalin komunikasi aktif dengan orang tua.

Secara keseluruhan, model perencanaan strategik yang diterapkan di sekolah ini berhasil menjadikan tantangan kecanduan gadget sebagai momentum untuk transformasi budaya digital yang sehat. Model ini berpotensi direplikasi di sekolah lain dengan penyesuaian konteks, terutama dalam membangun sinergi antara sekolah, rumah, dan komunitas digital.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (2001). *Social cognitive theory of mass communication*. In *Media Psychology*, 3(3), 265–299.
- Bryson, J. M. (2018). *Strategic Planning for Public and Nonprofit Organizations* (5th ed.). Jossey-Bass.
- Budiman, A., & Barlian, U. C. (2020). *Manajemen Strategik*. Bandung: Putrana Jaya Mandiri.
- Epstein, J. L. (2011). *School, Family, and Community Partnerships: Preparing Educators and Improving Schools* (2nd ed.). Routledge.
- Fullan, M. (2007). *The New Meaning of Educational Change* (4th ed.). Teachers College Press.
- Gürel, E., & Tat, M. (2017). SWOT Analysis: A Theoretical Review. *The Journal of International Social Research*, 10(51), 994–1006.
- Hersey, P., & Blanchard, K. H. (2014). *Management of Organizational Behavior* (10th ed.). Pearson Education.
- Kemendikbud Ristek. (2022). *Panduan Pembelajaran Digital Sehat di Sekolah*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as the*

- Source of Learning and Development*. Prentice Hall.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (3rd ed.). Sage Publications.
- OECD. (2021). *Student Well-being: PISA 2021 Assessment and Analytical Framework*. OECD Publishing.
- Ornstein, A. C., & Hunkins, F. P. (2018). *Curriculum: Foundations, Principles, and Issues* (7th ed.). Pearson Education.
- Santrock, J. W. (2020). *Educational Psychology* (6th ed.). McGraw-Hill Education.
- Saputra, R., & Suparno, S. (2021). Perencanaan Strategik Berbasis SWOT dalam Pengembangan Sekolah. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 12(1), 45–56.
- Scriven, M. (1991). *Evaluation Thesaurus* (4th ed.). Sage Publications
- Suyanto, M. (2006). *Manajemen Strategik dalam Pendidikan*. Yogyakarta: Andi.
- Yin, R. K. (2018). *Case Study Research and Applications: Design and Methods* (6th ed.). Sage Publications.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237–244.