

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Studi kasus ini telah dilaksanakan pada tanggal 4 Mei 2026 sampai 8 Mei 2026 pada dua responden anak prasekolah dengan kecanduan *gadget* di TK Ngesti Rini, Karangharjo-Daerah Istimewa Yogyakarta. Berdasarkan hasil studi kasus mengenai penerapan terapi bermain Lego untuk menurunkan tingkat kecanduan *gadget* pada anak prasekolah, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa kedua klien, yaitu An. A dan An. B, anak usia prasekolah di TK Ngesti Rini Yogyakarta, sama-sama mengalami kecanduan *gadget* yang ditandai dengan penggunaan *gadget* melebihi batas penggunaan yang direkomendasikan pada anak usia prasekolah. An. A menggunakan *gadget* ± 4 jam per hari, tetap mencari *gadget* meskipun telah disembunyikan, sulit menghentikan penggunaan *gadget*, serta mengalami gangguan pola tidur akibat penggunaan *gadget* pada malam hari. Sedangkan An. B menggunakan *gadget* ± 3 jam per hari, sulit dipisahkan dari *gadget*, serta menunjukkan perilaku menangis dan tantrum saat *gadget* dibatasi. Diagnosis keperawatan yang ditegakkan adalah *Perilaku Kesehatan Cenderung Berisiko* berhubungan dengan ketidakadekuatan pengawasan penggunaan *gadget* (SDKI D.0099) pada kedua klien, serta *Gangguan Pola Tidur* (SDKI D.0055) pada An. A. Skor tingkat kecanduan *gadget* awal berdasarkan

Smartphone Addiction Scale–Short Version (SAS-SV) menunjukkan An. A berada pada angka 34 dan An. B pada angka 33. Intervensi mengacu pada *SIKI Edukasi Kesehatan (I.12383)* dengan target *SLKI Perilaku Kesehatan (L.12107)* serta *SIKI Dukungan Tidur (I.05174)* dengan target *SLKI Pola Tidur (L.05045)* pada An. A.

2. Terdapat penurunan tingkat kecanduan *gadget* yang konsisten pada kedua klien setelah dilakukan terapi bermain Lego selama 5 kali kunjungan. Kedua responden menunjukkan perubahan perilaku berupa berkurangnya intensitas penggunaan *gadget*, menurunnya perilaku tantrum saat pembatasan *gadget*, meningkatnya ketertarikan terhadap aktivitas bermain non-digital, serta adanya penurunan skor kecanduan *gadget* berdasarkan hasil pengukuran menggunakan *Smartphone Addiction Scale–Short Version (SAS-SV)*. Pada An. A juga ditemukan adanya perbaikan pola tidur setelah dilakukan pembatasan penggunaan *gadget* sebelum tidur. Hal tersebut menunjukkan bahwa terapi bermain Lego dapat membantu mengurangi ketergantungan *gadget* pada anak usia prasekolah melalui aktivitas bermain konstruktif yang sesuai dengan tahap perkembangan anak.
3. Faktor pendukung keberhasilan terapi meliputi keterlibatan orang tua dalam mendampingi anak selama terapi, pembatasan penggunaan *gadget* di rumah, ketertarikan anak terhadap permainan Lego, serta adanya lingkungan bermain yang mendukung. Faktor penghambat yang ditemukan meliputi kebiasaan penggunaan *gadget* yang telah

berlangsung sebelumnya, ketertarikan anak yang masih tinggi terhadap *gadget* yang berbeda, perubahan suasana hati anak, serta keterbatasan fokus anak selama pelaksanaan terapi bermain Lego.

B. Saran

1. Bagi Orang Tua/Wali Murid di TK Ngesti Rini

Orang tua diharapkan mampu menerapkan pembatasan penggunaan *gadget* (*screen time*) secara konsisten sesuai usia perkembangan anak, memberikan pendampingan selama penggunaan *gadget*, serta menyediakan aktivitas bermain edukatif seperti Lego agar anak lebih aktif melakukan permainan non-digital. Orang tua juga diharapkan dapat meningkatkan *quality time* bersama anak untuk mendukung perkembangan sosial dan emosional anak secara optimal.

2. Bagi Perawat dan Tenaga Kesehatan

Perawat dan tenaga kesehatan diharapkan dapat menjadikan terapi bermain Lego sebagai salah satu alternatif intervensi keperawatan nonfarmakologis pada anak prasekolah yang mengalami kecanduan *gadget* atau masalah perilaku akibat penggunaan *gadget* berlebihan. Selain itu, tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya pembatasan *screen time*, stimulasi bermain aktif, serta pencegahan dampak negatif penggunaan *gadget* pada tumbuh kembang anak.

3. Bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan

Mahasiswa keperawatan diharapkan dapat mengembangkan inovasi intervensi keperawatan anak berbasis terapi bermain sebagai upaya promotif dan preventif terhadap kecanduan *gadget* pada anak prasekolah. Hasil studi kasus ini juga diharapkan dapat menjadi referensi dalam penyusunan asuhan keperawatan anak terkait masalah penggunaan *gadget* berlebihan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan jumlah responden yang lebih banyak, waktu intervensi yang lebih panjang, serta menggunakan instrumen pengukuran yang lebih spesifik untuk menilai perubahan perilaku, kualitas tidur, dan perkembangan anak secara lebih objektif. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat membandingkan terapi bermain Lego dengan bentuk terapi bermain lain, seperti puzzle, menggambar, atau permainan motorik aktif dalam menangani kecanduan *gadget* pada anak prasekolah.