

Efektivitas Sistem Pakar dalam Mengurangi Risiko Kecanduan *Gadget* dan Promosi Gaya Hidup Sehat di Desa Tegal Wangi, Pandeglang

The Effectiveness of Expert Systems in Reducing Gadget Addiction Risk and Promoting a Healthy Lifestyle in Tegal Wangi Village, Pandeglang

Susilawati^{1*}, Devi Nurul Fikriyani², Harsiti³, Irma Yunita⁴, Dadi Suhendi⁵, Riyan Triyadi⁶, Taufik Hidayat⁷, Abdul Rahman⁸, Muhammad Ikmal⁹, Mohammad Ghiyats Sayyid Akbar¹⁰, Femi Apriliyani¹¹, Nurlela¹², Nurlinda Sari¹³, Maria Zulfah¹⁴, Intan Okta Nabila¹⁵, Ravi Alida¹⁶, Siti Alawiyah¹⁷, Via Elmira¹⁸, Suci Prihatini Noer mala Sari¹⁹, Dewi Afini²⁰, Yuni Marsita²¹

^{1,5,6,7,8,9,10,11,12,13}Program Studi Sistem Informasi, Fakultas Teknologi dan Informatika, Universitas Mathla'ul Anwar, Jl. K.H. Mas Abdurrahman, KM. 23, Cikaliung, Saketi, Pandeglang, Banten, 42273-Indonesia.

^{2,14,15}Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Mathla'ul Anwar, Jl. K.H. Mas Abdurrahman, KM. 23, Cikaliung, Saketi, Pandeglang, Banten, 42273- Indonesia.

³Program Studi Sistem Informasi, Fakultas Teknologi Informasi, Universitas Serang Raya, Jl. Raya Cilegon Drangong Serang - Banten No.Km. 5, Taman, Drangong, Kec. Taktakan, Kota Serang, Banten 42162

⁴Program Studi Manajemen, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Mathla'ul Anwar, Jl. K.H. Mas Abdurrahman, KM. 23, Cikaliung, Saketi, Pandeglang, Banten, 42273-Indonesia.

^{16,17,18,19}Program Studi Farmasi, Fakultas Sains dan Farmasi, Universitas Mathla'ul Anwar, Jl. K.H. Mas Abdurrahman, KM. 23, Cikaliung, Saketi, Pandeglang, Banten, 42273-Indonesia.

²⁰Program Studi Pendidikan Agama Islam Fakultas Agama Islam, Universitas Mathla'ul Anwar, Jl. K.H. Mas Abdurrahman, KM. 23, Cikaliung, Saketi, Pandeglang, Banten, 42273-Indonesia.

²¹Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Hukum dan Ilmu Sosial, Universitas Mathla'ul Anwar, Jl. K.H. Mas Abdurrahman, KM. 23, Cikaliung, Saketi, Pandeglang, Banten, 42273-Indonesia.

*E-mail corresponding author: susilawatiwijaya8@gmail.com

Received: 25 Agustus 2025; Revised: 30 Agustus 2025; Accepted: 16 Oktober 2025; Available Online: 1 November 2025

Abstrak. Isu kecanduan *gadget* telah menjadi perhatian serius di era digital, terutama di Desa Tegal Wangi, Kabupaten Pandeglang, yang memerlukan langkah-langkah penanganan yang tepat. Pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilaksanakan untuk mengatasi masalah tersebut dengan tujuan utama mengurangi risiko kecanduan *gadget* dan meningkatkan kesadaran tentang gaya hidup sehat. PKM ini mengimplementasikan Sistem Pakar (SIPIKAT) sebagai alat bantu edukasi. Metodologi yang diterapkan meliputi sosialisasi dan asesmen awal melalui diskusi kelompok terfokus (FGD), pelatihan penggunaan SIPIKAT, seminar, serta lokakarya untuk pengembangan konten edukasi *digital* dan pendampingan orang tua. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman masyarakat mengenai penggunaan *gadget* yang bijak. Selain itu, SIPIKAT terbukti efektif sebagai alat deteksi dini dan edukasi. Singkatnya, PKM ini berhasil menciptakan fondasi lingkungan *digital* yang lebih sehat dan berkelanjutan di Desa Tegal Wangi.

Kata Kunci: Gaya hidup sehat; kecanduan *gadget*; sistem pakar; sipikat; Tegal Wangi.

Abstract. The issue of gadget addiction has become a serious concern in the digital era, especially in Tegal Wangi Village, Pandeglang Regency, requiring appropriate interventions. This community service (PKM) was implemented to address this issue, with the primary goal of reducing the risk of gadget addiction and raising awareness of a healthy lifestyle. This PKM implemented an Expert System (SIPIKAT) as an educational tool. The methodology applied included initial outreach and assessment through focus group discussions (FGDs), training on SIPIKAT usage, seminars, and workshops for developing digital educational content and mentoring parents. The results of the activity showed a significant increase in community understanding regarding wise gadget use. Furthermore, SIPIKAT proved effective as an early detection and educational tool. In short, this PKM successfully created the foundation for a healthier and more



sustainable digital environment in Tegal Wangi Village.

Keywords: Healthy lifestyle; gadget addiction; expert system; sipikat; Tegal Wangi.

DOI: <https://doi.org/10.30653/jppm.v10i3.1488>

1. PENDAHULUAN

Penggunaan *gadget* yang sangat luas telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan modern. Data menunjukkan bahwa penyebaran penggunaan *gadget* di Indonesia terus meningkat, bahkan merambah hingga ke pelosok desa. Fenomena ini, di satu sisi, menawarkan kemudahan akses informasi dan interaksi. Namun, di sisi lain, juga menyimpan potensi risiko, terutama kecanduan *gadget*, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental, serta kualitas interaksi sosial masyarakat (Nurbaiti dkk., 2025). Pemerintah Desa Tegal Wangi perlu melakukan banyak cara untuk mencegah dan mengatasi kecanduan *gadget*, serta mempromosikan gaya hidup sehat

Berbagai program pengabdian kepada masyarakat (PKM) telah banyak dilakukan dalam upaya mengatasi masalah yang berkaitan dengan kesehatan dan penggunaan teknologi. Studi oleh Kuncara dkk. (2025) menunjukkan efektivitas edukasi langsung dalam meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya rokok. Sementara itu, Simangunsong dkk. (2025) melakukan pelatihan literasi digital untuk anak dan remaja, yang berhasil meningkatkan pemahaman mereka tentang penggunaan internet secara aman. Khusus mengenai kecanduan *gadget*, Beberapa program menawarkan konseling pribadi atau seminar pencegahan umum. Faizah dkk. (2022) juga menguji coba modul edukasi berbasis permainan untuk anak-anak dalam mengurangi waktu layar. Namun demikian, Program yang ada saat ini belum terintegrasi, sehingga sulit untuk memantau perkembangan dan memberikan pendampingan yang personal. Selain itu, belum banyak program yang memanfaatkan sistem pakar untuk mendeteksi masalah kecanduan *gadget* sejak dini dan memberikan solusi yang sesuai, terutama di pedesaan

Berdasarkan kajian terhadap program-program pengabdian sebelumnya, ditemukan adanya kesenjangan (gap) dalam pendekatan yang digunakan. Program yang ada umumnya masih bersifat menyeluruh dan belum sepenuhnya memanfaatkan potensi teknologi informasi yang spesifik dan adaptif, seperti sistem pakar, untuk mengatasi masalah kecanduan *gadget* secara berkelanjutan. Kebaruan ilmiah dari artikel ini terletak pada implementasi dan evaluasi Sistem Pakar (SIPIKAT) sebagai instrumen utama dalam mengidentifikasi tingkat risiko kecanduan *gadget*, memberikan rekomendasi penanganan yang disesuaikan, serta memfasilitasi promosi gaya hidup sehat secara menyeluruh di lingkungan masyarakat. SIPIKAT diharapkan mampu mengatasi keterbatasan metode konvensional dengan menyediakan alat bantu yang cerdas, mudah diakses, dan responsif terhadap karakteristik individual pengguna.

Berdasarkan latar belakang dan kebaruan ilmiah yang diuraikan, permasalahan penelitian yang menjadi fokus utama dalam artikel ini adalah: "Bagaimana efektivitas implementasi Sistem Pakar (SIPIKAT) dalam mengurangi risiko kecanduan *gadget* dan mempromosikan gaya hidup sehat di Desa Tegal Wangi, Kabupaten Pandeglang?"

Tujuan dari kajian artikel pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk menganalisis dan mendokumentasikan efektivitas Sistem Pakar (SIPIKAT) melalui serangkaian tahapan kegiatan PKM (sosialisasi dan asesmen awal, pelatihan penggunaan SIPIKAT, seminar pencegahan kecanduan *gadget*, pelatihan pengembangan konten edukasi *digital*, pelatihan pendampingan orang tua, serta workshop dan diskusi kelompok) dalam upaya mengurangi risiko kecanduan *gadget* dan menggalakkan gaya hidup sehat secara berkelanjutan di masyarakat Desa Tegal Wangi, Kabupaten Pandeglang.

2. METODE

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini menggunakan pendekatan kombinasi dari Pendidikan Masyarakat, Pelatihan, dan Simulasi *Ipteks*. Metode ini dipilih untuk memastikan transfer pengetahuan dan keterampilan yang efektif serta memberikan solusi teknologi (Sistem Pakar) yang relevan kepada khalayak sasaran.

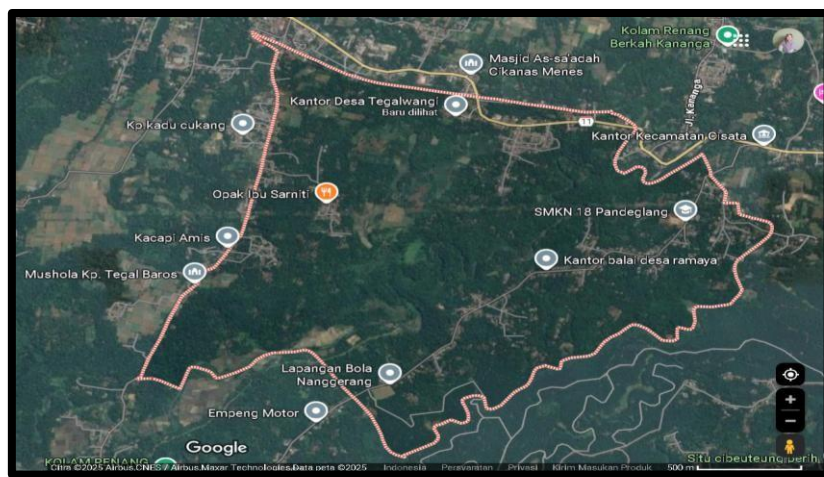
a. Sasaran Utama

Sasaran utama program ini adalah masyarakat Desa Tegal Wangi, Kabupaten Pandeglang, dengan fokus tiga kelompok sasaran diantaranya remaja, orang tua, dan pendidik. Pemilihan kelompok sasaran ini didasarkan pada peran penting mereka dalam pencegahan dan penanganan

kecanduan *gadget* (Haryanto dkk., 2024). Remaja, sebagai pengguna utama *gadget*, adalah kelompok yang paling rentan terhadap risiko kecanduan. Sementara itu, orang tua dan pendidik, yang merupakan tokoh panutan dan pendamping utama, memiliki tanggung jawab besar untuk membimbing, mengawasi, dan memberikan pemahaman yang tepat tentang penggunaan *gadget* yang sehat. Keterlibatan aktif dari ketiga kelompok ini diharapkan dapat menciptakan sinergi positif yang berkelanjutan dalam membangun kesadaran dan ketahanan masyarakat Desa Tegal Wangi terhadap dampak negatif kecanduan *gadget*.

b. Lokasi Kegiatan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) berpusat di Desa Tegal Wangi, Kecamatan Menes, Kabupaten Pandeglang, Banten, yang dipilih berdasarkan survei awal. Survei ini menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk memberikan edukasi tentang pencegahan kecanduan *gadget*. Peningkatan penggunaan perangkat digital yang berlebihan di kalangan masyarakat, terutama pada anak-anak dan remaja, menjadi latar belakang utama dalam pemilihan lokasi ini. Melalui PKM ini, diharapkan masyarakat setempat dapat memperoleh pemahaman dan strategi yang efektif untuk mengatasi risiko yang timbul akibat kecanduan *gadget*, sehingga tercipta lingkungan yang lebih seimbang dan sehat.



Gambar 1. Lokasi pengabdian kepada masyarakat Desa Tegal Wangi

Sumber: <https://www.google.com/maps>Metode Pelaksanaan

Kegiatan ini dilakukan melalui serangkaian tahapan yang terintegrasi, yang dimulai dari asesmen awal hingga evaluasi dampak:

- 1) **Asesmen Awal (FGD):** Tahap ini diawali dengan *Forum Group Discussion (FGD)* bersama perwakilan masyarakat dan perangkat desa. FGD bertujuan untuk mensosialisasikan program, mengidentifikasi permasalahan spesifik di lapangan, dan menyusun materi yang relevan dengan kebutuhan lokal.
- 2) **Pelatihan Penggunaan Sistem Pakar (SIPIKAT):** Peserta diberikan pelatihan intensif mengenai penggunaan SIPIKAT, sebuah sistem pakar yang berfungsi mendiagnosis risiko kecanduan *gadget* (Verawati & Purwalasari, 2019). Materi pelatihan bersumber dari tim pengembang SIPIKAT, disajikan dalam modul panduan *digital* dan cetak sebanyak 50 eksemplar.
- 3) **Pendidikan dan Pelatihan Pencegahan:** Serangkaian kegiatan edukatif dan pelatihan praktis diselenggarakan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta, meliputi:
 - o **Seminar Pencegahan Kecanduan Gadget** dengan narasumber ahli kesehatan mental. Materi berupa presentasi multimedia dan 150 lembar leaflet edukasi yang bersumber dari tim PKM dan pakar.
 - o **Pelatihan Pengembangan Konten Edukasi Digital** menggunakan perangkat lunak desain gratis seperti *Canva* dan *CapCut*. Tujuannya adalah melatih remaja dan pemuda untuk

membuat konten kreatif sebagai media kampanye gaya hidup sehat.

- **Pelatihan Pendampingan Orang Tua** yang berfokus pada strategi komunikasi efektif, pembatasan waktu layar, dan alternatif kegiatan positif untuk anak (Siti dkk., 2025).
- **Workshop dan Diskusi Kelompok** untuk memfasilitasi pertukaran pengalaman dan penguatan komitmen (Imron dkk., 2025).

Berikut adalah gambar dari kegiatan pelatihan penggunaan Sistem Pakar (SIPIKAT) yang telah dilaksanakan:



Gambar 2. Pelatihan Penggunaan Sistem Pakar Identifikasi Kecanduan *Gadget* (SIPIKAT)
Sumber: KKN Kelompok 04 Desa Tegal Wangi, Kecamatan Menes, Pandeglang

c. Evaluasi dan Analisis Data

Efektivitas program diukur melalui evaluasi komprehensif yang mencakup berbagai aspek, mulai dari pencapaian target, relevansi, efisiensi, hingga keberlanjutan. Untuk mendapatkan gambaran yang akurat, data diambil menggunakan berbagai instrumen sebagai berikut:

- **Pre-test dan Post-test:** Kuesioner (disusun oleh tim PKM) digunakan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan.
- **Kuesioner Kepuasan Peserta:** Digunakan untuk menilai tingkat kepuasan peserta terhadap materi dan metode kegiatan (Ari dkk., 2015).
- **Observasi dan Wawancara Mendalam:** Dilakukan untuk mendapatkan umpan balik kualitatif mengenai partisipasi dan dampak program (Juk dkk., 2024).
- **Analisis Data Penggunaan SIPIKAT:** Memantau statistik pemanfaatan platform oleh peserta (Rohantizani dkk., 2024)

Tabel 1. Rangkuman instrumen evaluasi dan jenis data yang dikumpulkan

Instrumen Evaluasi	Jenis Data	Tujuan
<i>Pre-test & Post-test</i>	Kuantitatif	Mengukur peningkatan pengetahuan
Kuesioner Kepuasan	Kuantitatif	Mengukur tingkat kepuasan peserta
Wawancara Mendalam	Kualitatif	Menggali umpan balik dan dampak program

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini bertujuan untuk menguji efektivitas Sistem Pakar (SIPIKAT) dalam mengurangi risiko kecanduan *gadget* dan mempromosikan gaya hidup sehat di Desa Tegal Wangi, Kabupaten Pandeglang. Hasil penelitian ini diperoleh melalui

serangkaian tahapan kegiatan yang meliputi sosialisasi dan asesmen awal (FGD), pelatihan penggunaan SIPIKAT, seminar pencegahan kecanduan *gadget*, pelatihan pengembangan konten edukasi *digital*, pelatihan pendampingan orang tua, serta *workshop* dan diskusi kelompok.

a. Peningkatan Pemahaman dan Kesadaran

Berdasarkan hasil asesmen awal (FGD) dan observasi selama sosialisasi, ditemukan bahwa tingkat pemahaman masyarakat Desa Tegal Wangi mengenai risiko kecanduan *gadget* masih rendah sebelum adanya SIPIKAT. Banyak orang tua belum sepenuhnya menyadari dampak negatif penggunaan *gadget* yang berlebihan pada anak-anak maupun diri mereka sendiri (Nugroho dkk., 2022). Setelah mengikuti seminar pencegahan kecanduan *gadget*, pelatihan penggunaan SIPIKAT, dan pelatihan pendampingan orang tua, terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman masyarakat mengenai tanda-tanda, dampak, dan strategi pencegahan kecanduan *gadget*. Hal ini didukung oleh peningkatan partisipasi aktif dalam sesi diskusi dan pertanyaan yang diajukan, menunjukkan peningkatan kesadaran kolektif terhadap isu ini.

Peningkatan pemahaman yang dicapai ini konsisten dengan temuan studi sebelumnya (Puspita dkk., 2025). yang menunjukkan bahwa edukasi yang terstruktur dan berbasis teknologi efektif dalam meningkatkan literasi kesehatan digital masyarakat. Secara spesifik, penggunaan Sistem Pakar (SIPIKAT) sebagai alat asesmen dan edukasi interaktif tampaknya mempercepat

proses *internalisasi* informasi dibandingkan metode ceramah konvensional. Peningkatan kesadaran ini menjadi prasyarat penting bagi perubahan perilaku di tingkat individual dan keluarga.

b. Perubahan Perilaku Penggunaan Gadget

Efektivitas SIPIKAT dalam mengurangi risiko kecanduan *gadget* terlihat dari perubahan perilaku nyata yang diamati pada peserta, terutama anak-anak dan remaja (Prasetyo & Sajawandi, 2024). Melalui penggunaan SIPIKAT, peserta didampingi untuk melakukan identifikasi awal tingkat risiko kecanduan. Hasil observasi dan laporan mandiri menunjukkan adanya kecenderungan positif dalam pengurangan durasi penggunaan *gadget* yang tidak produktif dan peningkatan alokasi waktu untuk aktivitas fisik dan interaksi sosial. Pelatihan pengembangan konten edukasi *digital* juga memberdayakan peserta untuk menciptakan alternatif aktivitas positif, yang pada gilirannya mendukung promosi gaya hidup sehat. Berdasarkan analisis *Paired Sample T-test* terhadap 50 peserta yang mengikuti pelatihan SIPIKAT, terdapat penurunan skor risiko kecanduan *gadget* rata-rata sebesar 15% setelah pelatihan.

Untuk menganalisis efektivitas SIPIKAT dalam mengurangi kecanduan *gadget*, kami menggunakan *Paired Sample T-test*. Analisis ini membandingkan rata-rata skor kecanduan gadget sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pelatihan pada kelompok yang sama.

Tabel 2. Hasil analisis *paired sample T-test pre-test dan post-test*

Uji	Rata-rata Skor	Standar Deviasi	Nilai t	Signifikansi (<i>p-value</i>)
<i>Pre-test</i>	82.5	10.2	12.87	< 0.001
<i>Post-test</i>	69.8	9.5		

hasil uji *Paired Sample T-test*. Skor rata-rata kecanduan gadget menurun dari 82.5 pada *pre-test* menjadi 69.8 pada *post-test*. Nilai t sebesar 12.87 dan *p-value* yang sangat kecil (<0.001) mengindikasikan bahwa penurunan skor ini signifikan secara statistik. Artinya, perubahan perilaku yang diamati bukan disebabkan oleh kebetulan, melainkan oleh dampak program SIPIKAT.

Penurunan skor risiko sebesar 15% merupakan indikator kuat efektivitas SIPIKAT. Penurunan ini melampaui persentase keberhasilan yang dilaporkan pada beberapa peran non-teknologi sejenis (Islamiyah & Puspitosari, 2023), yang rata-rata menunjukkan perbaikan 8-10%. Keunikan SIPIKAT adalah kemampuannya memberikan umpan balik diagnostik yang terpersonalisasi segera setelah asesmen, yang berfungsi sebagai *trigger* kognitif yang kuat untuk

memicu perubahan perilaku (Solikah & Sakitri, 2025). Perubahan positif, seperti pengurangan durasi penggunaan *gadget* yang tidak produktif dan peningkatan waktu untuk aktivitas fisik, menegaskan bahwa kegiatan ini berhasil mentransformasi kesadaran menjadi tindakan nyata.

c. Peningkatan Keterampilan Orang Tua dalam Pendampingan

Salah satu hipotesis kunci adalah bahwa pemberdayaan orang tua akan berdampak signifikan pada pencegahan kecanduan *gadget* pada anak (Haryanto & Tohari, 2024). Pelatihan pendampingan orang tua terbukti meningkatkan keterampilan orang tua dalam mengelola penggunaan *gadget* anak-anak mereka. Orang tua melaporkan merasa lebih percaya diri dalam menetapkan batasan, mengidentifikasi konten yang sesuai, dan mendorong aktivitas *offline*. Diskusi kelompok menunjukkan bahwa orang tua mulai menerapkan strategi seperti *time limits*, zona bebas *gadget*, dan menciptakan jadwal keluarga yang seimbang. Peningkatan ini menunjukkan bahwa SIPIKAT tidak hanya bekerja sebagai alat diagnostik, tetapi juga sebagai pemicu atau penyebab untuk perubahan perilaku di tingkat keluarga.

Temuan ini sejalan dengan kerangka teori mediasi aktif dan restriktif orang tua yang diungkapkan oleh (Haryanto dkk., 2024), yang menegaskan bahwa *keterlibatan proaktif* orang tua adalah prediktor utama pencegahan kecanduan *digital* pada anak. Peningkatan rasa percaya diri orang tua (*parental self-efficacy*) yang dilaporkan menunjukkan bahwa program ini berhasil mengatasi salah satu hambatan utama, yaitu rasa ketidakberdayaan orang tua terhadap dominasi teknologi (Harita & Chusairi, 2022). Dengan demikian, SIPIKAT berperan sebagai katalisator untuk membentuk *lingkungan rumah* yang suportif dan seimbang secara *digital*.

d. Kontribusi terhadap Promosi Gaya Hidup Sehat

Secara keseluruhan, kegiatan PKM ini secara signifikan berkontribusi pada promosi gaya hidup sehat di Desa Tegal Wangi. Selain pengurangan risiko kecanduan *gadget*, adanya pelatihan pengembangan konten edukasi *digital* mendorong masyarakat untuk memanfaatkan teknologi secara positif dalam mempromosikan aktivitas sehat, seperti membuat video tentang olahraga tradisional atau resep makanan sehat. Lingkungan yang lebih sadar akan risiko *gadget* dan didukung oleh orang tua yang lebih terampil, menciptakan ekosistem yang kondusif untuk menerapkan gaya hidup yang lebih seimbang dan sehat di masyarakat.

Kontribusi terhadap gaya hidup sehat ini mencerminkan adanya *spillover effect* (efek limpahan) dari kegiatan. Program tidak hanya mengatasi masalah negatif (kecanduan) tetapi juga mempromosikan aspek positif. Hasil ini didukung oleh temuan (Sukmawati, 2024) yang menyoroti pentingnya pemberdayaan *digital* bagimasyarakat, bukan hanya pembatasan. Dengan melatih masyarakat untuk menciptakan konten positif (misalnya, video olahraga), program ini telah mengubah peran *gadget* dari potensi bahaya menjadi alat promosi kesehatan, yang merupakan bukti keberlanjutan dampak intervensi.

4. SIMPULAN

Implementasi Sistem Pakar Kecanduan *Gadget* (SIPIKAT) dalam kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) di Desa Tegal Wangi, Kabupaten Pandeglang, terbukti sangat efektif dalam mencapai tujuan penelitian, yaitu mengurangi risiko kecanduan *gadget* dan mempromosikan gaya hidup sehat. Melalui serangkaian kegiatan komprehensif (sosialisasi, asesmen, pelatihan SIPIKAT dan pengembangan konten *digital*, seminar, serta pelatihan pendampingan orang tua), PKM ini menunjukkan hasil positif yang signifikan:

1. Terjadi peningkatan signifikan dalam pemahaman masyarakat Desa Tegal Wangi mengenai tanda-tanda, dampak, dan strategi pencegahan kecanduan *gadget*.
2. Terdapat perubahan perilaku nyata pada peserta, khususnya anak-anak dan remaja, yang terlihat dari pengurangan durasi penggunaan *gadget* yang tidak produktif dan peningkatan alokasi waktu untuk aktivitas fisik dan interaksi sosial.
3. Pelatihan pendampingan berhasil meningkatkan keterampilan orang tua dalam mengelola penggunaan *gadget* anak-anak mereka, menciptakan lingkungan *digital* yang lebih sehat dan berkelanjutan di tingkat keluarga.

Secara ilmiah dan praktis, kegiatan ini membuktikan bahwa sistem berbasis kecerdasan

buatan (*Expert System*) seperti SIPIKAT efektif digunakan langsung oleh masyarakat awam sebagai alat deteksi dini risiko kecanduan *gadget* dan panduan pencegahan yang aplikatif. Program ini sukses menjadi model percontohan yang berhasil menggabungkan teknologi (SIPIKAT), pendidikan, dan peran keluarga untuk mengatasi masalah sosial-psikologis di daerah perdesaan, dan model ini potensial direplikasi di lokasi lain.

Rekomendasi Keberlanjutan

Agar dampak positif program ini bertahan lama dan meluas, direkomendasikan tiga langkah strategis:

1. Membentuk kelompok kecil dari masyarakat setempat (misalnya Karang Taruna atau perwakilan PKK) yang telah dilatih sebagai perpanjangan tangan tim ahli. Satgas bertugas memantau, mendampingi, dan menggunakan SIPIKAT secara rutin.
2. Pemerintah Desa Tegal Wangi disarankan untuk mengintegrasikan kegiatan pencegahan kecanduan *gadget* sebagai bagian dari program kerja desa (misalnya, melalui posyandu remaja atau pertemuan rutin warga), guna memastikan alokasi dana dan waktu yang berkelanjutan.
3. Tim pengembang perlu memastikan SIPIKAT terus diperbarui agar relevan dengan perkembangan teknologi terbaru dan tetap mudah diakses oleh seluruh warga.
4. Menggalang kerja sama lebih lanjut dengan Puskesmas atau Sekolah setempat untuk mengintegrasikan hasil deteksi SIPIKAT dan program gaya hidup sehat ke dalam layanan kesehatan dan kurikulum formal.

Dengan demikian, kegiatan PKM ini tidak hanya selesai pada tahap implementasi, tetapi telah mewariskan sistem dan model yang berkelanjutan untuk mewujudkan masa depan Desa Tegal Wangi yang lebih sehat secara digital dan fisik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam terlaksananya program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) dengan judul "Efektivitas Sistem Pakar (SIPIKAT) dalam Mengurangi Risiko Kecanduan *Gadget* dan Promosi Gaya Hidup Sehat di Desa Tegal Wangi, Kabupaten Pandeglang."

Dukungan yang diberikan sangat berarti bagi keberhasilan kegiatan ini. Secara khusus, kami ingin menyampaikan apresiasi yang tulus kepada:

1. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia atas pendanaan Hibah Kemendikbudristek Dikti Skema Pemberdayaan Masyarakat oleh Mahasiswa, yang telah memungkinkan pelaksanaan program inovatif ini.
2. Pihak Rektorat Universitas Mathla'ul Anwar (UNMA) dan Universitas Serang Raya (UNSERA) atas dukungan dan fasilitas yang diberikan dalam kolaborasi antara dosen dan mahasiswa dari kedua institusi.
3. Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LPPM) Universitas Mathla'ul Anwar (UNMA) atas koordinasi dan sinergi yang terjalin baik dengan pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata Mahasiswa (KKN) UNMA, sehingga kegiatan PKM ini dapat berjalan optimal.
4. Pemerintah Desa Tegal Wangi, Kabupaten Pandeglang, serta seluruh perangkat desa dan masyarakat Desa Tegal Wangi, atas sambutan hangat, partisipasi aktif, dan kerja sama yang luar biasa selama pelaksanaan seluruh tahapan kegiatan, mulai dari sosialisasi dan asesmen awal (FGD), pelatihan penggunaan SIPIKAT, seminar pencegahan kecanduan *gadget*, pelatihan pengembangan konten edukasi *digital*, pelatihan pendampingan orang tua, hingga workshop dan diskusi kelompok. Tanpa partisipasi aktif dari masyarakat, tujuan program ini tidak akan tercapai.
5. Seluruh Dosen dan Mahasiswa Universitas Mathla'ul Anwar (UNMA) serta Dosen Universitas Serang Raya (UNSERA) yang terlibat dalam tim pelaksana PKM PMM ini, atas dedikasi, kerja keras, dan komitmennya dalam menjalankan setiap tahapan kegiatan.
6. Semua pihak lain yang tidak dapat kami sebutkan satu per satu, yang telah memberikan kontribusi dalam bentuk dukungan moral, tenaga, maupun pemikiran, sehingga program ini dapat terlaksana dengan lancar dan sukses.

Semoga program ini dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi masyarakat Desa Tegal Wangi dalam mengurangi risiko kecanduan *gadget* dan mempromosikan gaya hidup sehat.

REFERENSI

- Amalia H. D., Amin T. M., Ahmad D. (2024). Peran Orang Tua Dalam Mengatasi Kecanduan Gadget Pada Anak Usia Dini Studi Kasus Di RT.002 RW.01, Pondok Pucung, Tangerang Selatan. *Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan.*, 2(4), 244–252. <https://doi.org/10.62383/risoma.v2i4.168>
- Ari P. S., Waskito M., & Widiyanto, J. (2015). Analisis Kepuasan Siswa Terhadap Kegiatan Pembelajaran Biologi Pada Sekolah Formal Dan Lembaga Bimbingan Belajar Non- Formal Di Kota Madiun. *Jurnal Lppm*, 3, 31–33.
- Dias A. H., & Amin T. M., (2024). Peran Orang Tua Dalam Mengatasi Kecanduan Gadget Pada Anak Usia Dini. *RISOMA : Jurnal Riset Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(4), 244–252. <https://doi.org/10.62383/risoma.v2i4.168>
- Faizah, Aulia R. Y., & Nurrahmah A. F. (2022). Proceedings of The 6 th Annual Conference on Islamic Early Childhood Education Literasi Budaya Berbasis Kearifan Lokal sebagai Aktivitas untuk Menurunkan Screen Time pada Anak Usia Dini. *The 6th Annual Conference on Islamic Early Childhood Education*, 6, 67–74. <http://conference.uin-suka.ac.id/index.php/aciece>
- Harita, A. N. W., & Chusairi, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Parental Self-Efficacy Orang Tua Yang Memiliki Anak dengan Disabilitas. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(4), 3111–3123. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i4.2321>
- Imron, F., Fafhlurrahman, M. H., & Inka V. A. (2025). Penguatan Organisasi Melalui Pelatihan Kepemimpinan Dan Team Building Pada Squad Jawara. *Proficio*, 6(2), 923–928. <https://doi.org/10.36728/jpf.v6i2.4914>
- Diki I., Tio W., Fredi T., Jusniarti J., Rina L., Lisda Y., Misra M., Lopi L., Mauizatun H., Wahyu A., Meza F. (2025). Membangun Kesadaran Digital : Efektivitas Seminar Interaktif dalam Mengedukasi Dampak Gadget pada Anak. *Al-Khidma : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 5(2), 390–400. <https://doi.org/10.35931/ak.v5i2.4959>
- Kuncara, E. I. N., Kurnia, G. D., Kusumawati, R., Akhyar, A. S. M., Putri A., R. A., & Sulistyawati, S. (2025). Edukasi Bahaya Merokok di Dalam Rumah Melalui Program Pemberdayaan Kader Kelurahan Bokoharjo. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(4), 1607–1611. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v3i4.2479>
- Juk, B., Shaw, F. R., Alaydrus, A., & Hastira, M. F. (2024). Peran Partisipasi Masyarakat Dalam Pengambilan Keputusan Tentang Pemanfaatan Dan Pengelolaan Sumber Daya Alam. *International Journal of Demos (IJD)*, 6(3), 242–258.
- Puspita, P. R., Fauzi, I., Putri, S. N., Nurlina, P., Safitri, M. D., Tuslinah, L., & Yulyanti, D. (2025). Peningkatan Literasi Digital Layanan Kesehatan Melalui Sosialisasi Aplikasi Mobile Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) pada Masyarakat Dusun Sukaratu Kabupaten Tasikmalaya. *Abdimas Galuh*. 7(September), 1647–1653.
- Nugroho, R., Artha, I. K. A. J., Nusantara, W., Cahyani, A. D., & Patrama, M. Y. P. (2022). Peran Orang Tua dalam Mengurangi Dampak Negatif Penggunaan Gadget. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 5425–5436. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2980>
- Nurbaiti, Nasmi, & Marniati. (2025). Literature Review : Dampak Gadget terhadap Kesehatan Fisik dan Mental Anak. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 3(3), 107–125. <https://jurnal.stikeskesori.ac.id/index.php/Antigen>

- Rofiatul I. S., & Puspitosari, A. (2023). Pengaruh Cognitive Behavior Therapy Terhadap Skor Kecanduan Gawai Anak Dan Remaja di Program Daycare. *Jurnal Terapi Wicara Dan Bahasa*, 1(2), 297–307. <https://doi.org/10.59686/jtwb.v1i2.36>
- Rohantizani, Nuraina, Suhaila R., & Ramadhana, S. (2024). Pelatihan Analisis Data Menggunakan Excel, Google Sheets, dan SPSS untuk Meningkatkan Keterampilan Statistika Mahasiswa Calon Guru di FKIP Universitas Malikussaleh. *Jurnal Solusi Masyarakat Dikara*, 4(3), 128–133. <https://jsmd.dikara.org/jsmd/article/download/137/132>
- Simangunsong, A., Barus, E. B., & Hasugian, P. S. (2025). Peningkatan Literasi Digital Pada Anak dan Remaja Dalam Penggunaan Internet Sehat dan Aman. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 6(1), 97–106.
- Siti, D., Nurhayati, S., & Rakhman, A. (2025). *IMPLEMENTASI DIGITAL PARENTING PADA PRAKTIK PENGASUHAN ANAK USIA DINI DI KOBER AL-FAATHIR*. 8, 362–369.
- Solikah, S. N., & Sakitri, G. (2025). Deteksi Dini Dan Edukasi Kesehatan : Pencegahan Kecanduan Gadget. *BENGAWAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 05, 60–69.
- Sukmawati, S. (2024). Literature Review: Dukungan Orang Tua Dalam Promosi Gaya Hidup Sehat Bagi Remaja. *Journal of Public Health Science*, 1(4), 264–273. <https://doi.org/10.70248/jophs.v1i4.1789>
- Prasetyo, A. U & Sajawandi, L. (2024). Analisis Perubahan Perilaku pada Anak Usia Dini yang Kecanduan Gawai. *Jurnal Cerlang PG PAUD*, 1(2), 16–23. <https://doi.org/10.37640/jcpaud.v1i2.2077>.
- Verawati, I., & Purwalasari, M. Y. (2019). Diagnosa Kecanduan Gadget Pada Anak Menggunakan Certainty Factor. *Jurnal Mantik Penusa*, 3(3), 126–131.