

## BAB V PENUTUP

Sebagaimana yang disebutkan dalam pedoman karya ilmiah UIN Antasari Banjarmasin, bagian ini adalah bagian yang mengemukakan tentang dua hal, yakni simpulan dan rekomendasi. Kesimpulan berisikan tentang jawaban ringkas terhadap rumusan masalah penelitian, sedangkan rekomendasi berisikan tentang saran-saran bagi peneliti dalam bidang sejenis yang ingin melakukan penelitian lanjutan atau berupa usulan perbaikan bagi pihak terkait yang ingin memperbaiki suatu kebijakan tertentu.<sup>340</sup> Adapun sajian lengkapnya adalah sebagai berikut.

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan yang telah dilakukan, *novelty* dan distingsi utama penelitian ini terletak pada pengembangan model intervensi psikologis BERIMAN (*Behavioral Contract* Berbasis Keislaman) yang mengintegrasikan prinsip modifikasi perilaku melalui *behavioral contract* dengan nilai-nilai Islam sebagai landasan pembentukan perilaku peserta didik. Berbeda dengan *behavioral contract* konvensional pada umumnya yang berorientasi pada perubahan perilaku melalui penetapan target, kesepakatan, penguatan (*reinforcement*), dan konsekuensi, model BERIMAN memperluas orientasi tersebut dengan memasukkan dimensi nilai dan pembentukan karakter islami. Integrasi nilai *tawassuʿ*, *sabar*, *mujāhadatu an-nafsi*, *ukhuwwah*, *hifzu al-waqtī*, dan *qanāʿah*, menjadikan perilaku yang dikontraskan tidak hanya diarahkan untuk mengurangi kecanduan gawai, tetapi juga untuk membangun kesadaran dan kebiasaan perilaku yang selaras dengan nilai-nilai Islam.

Keunikan tersebut didukung oleh hasil penelitian yang menunjukkan bahwa model BERIMAN tidak hanya mampu menurunkan tingkat kecanduan gawai peserta didik sekolah dasar di kota Banjarmasin secara signifikan, tetapi juga diarahkan pada pembentukan perilaku islami dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam penggunaan gawai. Nilai *tawassuʿ* tercermin dalam perilaku mampu menggunakan gawai secara seimbang dan tidak berlebihan, *sabar* tercermin dalam perilaku mampu menahan diri untuk tidak memainkan gawai saat sedang mengerjakan tugas/kewajiban yang seharusnya dikerjakan, *mujāhadatu an-nafsi* tercermin dalam perilaku mampu mengontrol diri untuk tidak menggunakan gawai saat offline, *ukhuwwah* tercermin dalam perilaku menjaga kepedulian dan interaksi sosial, *hifzu al-waqtī* tercermin dalam perilaku bertanggung jawab terhadap penggunaan waktu, dan *qanāʿah* tercermin dalam perilaku membatasi diri dari penggunaan gawai secara berlebihan dari hari ke hari. Dengan demikian, perubahan yang dihasilkan model yang dikembangkan tidak semata-mata bersifat behavioral dan eksternal, tetapi diarahkan pada pembentukan perilaku yang memiliki dasar nilai, kesadaran, dan penghayatan keislaman.

Secara empiris, model BERIMAN telah melalui tahapan pengembangan yang sistematis dan memperoleh tingkat validitas yang tinggi berdasarkan penilaian

---

340 Hamdan et al., PEDOMAN KARYA ILMIAH (Makalah, Artikel Jurnal, Penelitian, Skripsi, Tesis, dan Disertasi), 30.

ahli dan praktisi, tingkat kepraktisan yang sangat tinggi berdasarkan respons para guru, serta efektivitas yang ditunjukkan melalui perbedaan signifikan antara skor *pretest* dan *posttest*. Oleh karena itu, kontribusi baru penelitian ini tidak hanya terletak pada penggunaan teknik *behavioral contract* untuk menangani kecanduan gawai, tetapi terutama pada transformasi *behavioral contract* menjadi model intervensi yang mengintegrasikan perubahan perilaku dengan internalisasi nilai-nilai Islam dan pembentukan karakter islami. Distingui inilah yang menempatkan model BERIMAN sebagai model intervensi psikologis integratif yang tidak hanya berorientasi pada pengendalian kecanduan gawai, tetapi juga pada pembentukan pola perilaku peserta didik yang lebih seimbang, terkendali, bertanggung jawab, peduli sosial, dan berlandaskan nilai-nilai Islam.

## **B. Rekomendasi**

Berdasarkan kesimpulan hasil penelitian di atas, dapat diajukan beberapa rekomendasi yang uraiannya adalah sebagai berikut.

1. Bagi praktisi pendidikan (guru wali kelas)  
Model *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam yang peneliti kembangkan dapat dijadikan sebagai metode intervensi alternatif keislaman dalam menangani permasalahan kecanduan gawai pada peserta didik sekolah dasar secara berkelanjutan.
2. Bagi pihak sekolah atau pemangku kebijakan  
Implementasi model yang peneliti kembangkan dapat didukung melalui penyusunan program pembinaan karakter peserta didik berbasis nilai-nilai Islam serta memberikan pelatihan kepada guru agar dapat menerapkan model tersebut secara optimal.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
  - a. Saran Pengembangan Produk Berbasis Digital  
Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan cakupan yang lebih luas, terutama terkait sistem implementasi berbasis digital, agar model yang dikembangkan berikutnya tak hanya efektif menangani kecanduan gawai peserta didik sekolah dasar secara *offline*, namun juga dapat menjadi model yang mutakhir yang dapat diterapkan secara *online* atau berbasis digital.
  - b. Saran Studi Komparatif Implementasi Regulasi Berbagai Negara  
Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan kajian komparatif mengenai implementasi regulasi penggunaan layanan elektronik, seperti media sosial, game online, dan platform digital lainnya pada anak di berbagai negara. Penelitian tersebut dapat mengkaji bagaimana perbedaan kebijakan, mekanisme verifikasi usia, pembatasan fitur, pengawasan, serta penegakan regulasi digital diterapkan dalam melindungi anak sebagai pengguna teknologi. Selain itu, penelitian lanjutan dapat menganalisis keterkaitan antara penerapan regulasi tersebut dengan berbagai indikator perkembangan anak, seperti tingkat kecanduan gawai, intensitas penggunaan media digital, kualitas interaksi sosial, dan kesehatan mental peserta didik. Studi komparatif

antar negara diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai strategi regulasi yang lebih efektif dan menjadi bahan pengembangan kebijakan maupun model intervensi penggunaan gawai yang sesuai dengan konteks pendidikan dan perkembangan anak.

- c. **Penekanan keberlanjutan pembiasaan perilaku positif pasca intervensi**  
Disarankan untuk mengkaji efektivitas pendampingan orang tua dalam membiasakan dan menguatkan perilaku positif yang tercantum dalam *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam setelah intervensi. Pendampingan yang dilakukan secara berkelanjutan diharapkan dapat membantuk perilaku tersebut terinternalisasi dan menjadi kebiasaan positif yang menetap pada anak.
- d. **Internalisasi Nilai Islam Sebelum Penerapan *Behavioral Contract***  
Disarankan untuk memberikan penekanan pada proses internalisasi nilai-nilai Islam sebelum penerapan pendekatan *behavioral contract* berbasis nilai-nilai Islam. Pemahaman kognitif terhadap makna nilai yang mendasari setiap perilaku perlu dibangun terlebih dahulu, sehingga perubahan perilaku yang terjadi tidak hanya bersifat mekanis, tetapi juga didasarkan pada kesadaran dan penghayatan terhadap nilai-nilai Islam.
- e. **Integrasi Model BERIMAN dengan Teknologi *Parental Control***  
Disarankan untuk mengembangkan dan menguji integrasi model BERIMAN (*Behavioral Contract* Berbasis Keislaman) dengan aplikasi *parental control* yang tersedia pada perangkat digital. Integrasi tersebut berpotensi memperkuat pelaksanaan *behavioral contract* melalui pengaturan waktu penggunaan gawai, pembatasan akses aplikasi, serta keterlibatan orang tua dalam memantau kepatuhan anak terhadap kesepakatan yang telah dibuat. Dengan demikian, penelitian lanjutan dapat mengkaji efektivitas sinergi antara pendekatan intervensi psikologis berbasis nilai-nilai Islam dan teknologi digital dalam meningkatkan kepatuhan terhadap kontrak perilaku serta mengurangi kecanduan gawai pada peserta didik.