

## Edukasi pada Anak Terhadap Dampak Penggunaan Gadget di SD IT Fauziah Yarsi Mataram

Winda Nurmayani M<sup>1</sup>, Syamdarniati<sup>2</sup>, Elisa Oktaviana<sup>3</sup>

DOI: 10.37824/dbk.v3i2.73

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Ilmu Keperawatan Stikes Yarsi Mataram

### Koresponden

Winda Nurmayani  
Email:  
nurmayani.winda81@gmail.com

### Abstrak

Latar Belakang : Pada zaman modern saat ini, teknologi informasi dan komunikasi semakin mengalami kemajuan yang sangat pesat serta canggih. Teknologi yang sangat populer di era globalisasi ini adalah gadget. Gadget dapat memberikan dampak positif maupun negatif bagi penggunanya, baik pengguna di usia anak-anak ataupun dewasa. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pada anak tentang dampak penggunaan gadget dan perubahan perilaku anak setelah diberikan edukasi tentang gadget Metode : *menggunakan Quasi Eksperimen (eksperimen semu) dengan desain one group posttest design, untuk melihat perubahan perilaku anak dalam penggunaan gadget setelah dilakukan edukasi.* Dengan jumlah sampel 50 anak terdiri dari kelas 3 dan 4 di SD IT Fauziah Yarsi Mataram. Pengumpulan data dengan uji posttes yang diberikan pada orang tua siswa dengan tujuan melihat perubahan perilaku anak dalam penggunaan gadget setelah dilakukan edukasi. Analisis memakai uni variat. Hasil : dari 50 siswa, 32 siswa (64%) perubahan perilaku baik dan 18 siswa (36%) perubahan perilaku kurang. Kesimpulan : kegiatan ini bermanfaat karena memiliki dampak positif yaitu meningkatkan pengetahuan anak-anak SD IT Fauziah Yarsi Mataram tentang dampak positif dan negatif penggunaan gadget. Dalam penggunaan gadget anak-anak harus mendapatkan pengawasan yang ketat dari orang tua untuk mengantisipasi dan mencegah terjadinya masalah kesehatan pada anak-anak selanjutnya

**Keywords:** Dampak Negatif, dampak positif, Gadget, Anak



*This work is licensed under a Creative Commons Attribution*

*4.0 International License*

### Pendahuluan

Pada zaman modern saat ini, teknologi informasi dan komunikasi semakin mengalami kemajuan yang sangat pesat serta canggih. Teknologi yang sangat populer di era globalisasi ini adalah gadget. Gadget dahulunya digunakan oleh kalangan menengah ke atas, namun pemakaiannya

sekarang ini sudah digunakan berbagai kalangan, dan dari berbagai usia, mulai dari anak usia dini hingga orang dewasa (Anggraeni, 2019). Gadget adalah istilah yang digunakan dalam menyebut beberapa macam jenis alat teknologi dan memiliki fungsi khusus. Seperti smartphone, iphone, komputer, laptop dan tab dan lain-lain (Manumpil et al., 2015).

Gadget dapat memberikan dampak positif maupun negatif bagi penggunaannya, baik pengguna di usia anak-anak ataupun dewasa. Salah satu faktor yang berperandalam pemberian dampak gadget yaitu durasi penggunaannya. Menurut penelitian sebelumnya, yang dilakukan oleh (Salsabila, 2016) mengatakan bahwa lama atau durasi penggunaan gadget oleh anak-anak dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangannya. Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian (Novitasari & Khotimah, 2016) bahwa pengenalan gadget terlalu dini pada anak dapat mempengaruhi interaksi sosial anak.

Penggunaan gadget pada anak semakin meningkat. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rideout, (2013) diketahui bahwa terjadi peningkatan penggunaan gadget pada anak yaitu 38% pada tahun 2011 dan meningkat menjadi 72% pada tahun 2013. Salah satu faktor yang mendasari meningkatnya persentase anak yang menggunakan gadget yaitu karena semakin berkembangnya teknologi. Seiring berkembangnya teknologi, maka gadget tampil dengan sistem touchscreen yang membuat siapapun lebih mudah untuk menggunakannya, terutama anak kecil yang belum bisa membaca sekalipun, seperti penggunaan smartphone (Iswidharmanjaya, 2014).

Meningkatnya jumlah penggunaan gadget akan meningkatkan angka kecanduan gadget. Kecanduan gadget akan meningkatkan prevalensi resiko gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas, karena kecanduan gadget mempengaruhi pelepasan hormon dopamin yang berlebihan sehingga menyebabkan penurunan kematangan PreFrontal Cortex (PFC) (Paturel, 2014). Anak-anak yang bermain game action menghasilkan gejala ketidakmampuan untuk mengontrol waktu dan meningkatkan

efisiensi pencarian visual dan impulsif. Apabila anak-anak bermain game online terus menerus selama 10 hari akan meningkatkan koordinasi motorik dan kemampuan deteksi obyek yang menyerupai gejala GPPH, seperti gelisah dan sering berkeliaran Internet dan bermain game online menyebabkan pelepasan neurotransmitter dopamin yang lebih mengarah ke GPPH. Selain itu, GPPH menyebabkan kerja memori menjadi lemah (Setianingsih, 2018).

Berdasarkan penelitian Anggraeni, (2019) bahwa responden dengan tidak kecanduan gadget yang normal sebanyak 81 responden (80,2%) dan yang memiliki GPPH sebanyak 1 responden (1,0%). Kecanduan gadget yang normal sebanyak 2 responden (2,0%), dan yang memiliki resiko GPPH sebanyak 17 responden (16,8%), artinya bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan gadget dengan resiko gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas pada anak usia prasekolah

Berdasarkan hasil penelitian Anggraeni, (2019) didapatkan data bahwa pada responden laki-laki lebih banyak yang berperilaku berisiko (60,7%) dibandingkan dengan perilaku tidak berisiko (39,3%) dalam penggunaan gadget. Sedangkan pada responden perempuan, lebih banyak yang berperilaku tidak berisiko (54,6%) dibandingkan dengan perilaku berisiko (45,4%) dalam penggunaan gadget. Jadi, perilaku penggunaan gadget yang berisiko lebih banyak terjadi pada responden laki-laki dibandingkan dengan responden perempuan.

Penggunaan gadget merugikan pada keterampilan interpersonal anak jika terlalu sering digunakan. Pengaruh gadget terhadap proses pembelajaran anak sangatlah signifikan, anak akan cenderung menjadi pemalas dan meurangi pergaulan serta bentuk permainan fisik lainnya. Selain itu

gadget juga memberikan dampak buruk yang dapat menimbulkan berbagai bentuk gangguan seperti gangguan pendengaran, penglihatan, dan membuat seseorang susah untuk tidur. Selain itu gadget juga dapat memicu penyakit serius seperti kanker karena adanya radiasi. Menurut hasil penelitian pemakaian gadget yang terlalu lama bisa mengakibatkan pada efek pada fisik yaitu sakit kepala, carpal tunnel syndrome dan stres akut.(Anggraeni, 2019).

## Metode

Jenis Pengabdian ini menggunakan Quasi Eksperimen (eksperimen semu) dengan desain one group posttest design, dengan melihat perubahan perilaku anak dalam penggunaan gadget setelah dilakukan edukasi. Variabel dalam pengabdian ini adalah perubahan perilaku anak setelah diberikan penyuluhan tentang dampak penggunaan gadget. Dengan jumlah sampel 50 anak terdiri dari kelas 3 dan 4 di SD IT Fauziah Yarsi Mataram. Pengumpulan data dengan uji posttest mengenai perubahan perilaku anak setelah menggunakan gadget. Posttest berupa kuis yang diberikan pada orang tua siswa dengan tujuan melihat perubahan perilaku anak dalam penggunaan gadget setelah dilakukan edukasi. Pengolahan data menggunakan editing, coding sampai entry data, Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling, dengan menggunakan analisis univariat untuk melihat proporsi gambaran perubahan perilaku anak setelah dilakukan edukasi.

## Hasil Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan dibagi menjadi dua sesi. Pada sesi pertama peserta (anak-anak) kegiatan diberi wawasan dan pengetahuan dari para pemateri. Materi yang disampaikan adalah Dampak penggunaan gadget pada anak. Sesi kedua peserta diberikan kesempatan untuk bertanya tentang materi yang sudah diberikan. *peserta siswa/i terlihat sangat antusias*, dimana para peserta dapat mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dan para peserta dapat menjawab quis yang moderator berikan.

Saat pembicara menjelaskan mengenai definisi, dampak positif, dampak negative dan solusi untuk mengurangi dampak penggunaan gadget mayoritas peserta telah faham dengan apa yang dijelaskan dibuktikan dengan tidak ada pertanyaan yang diajukan oleh siswa/i. Peningkatan pengetahuan siswa/i dilakukan dengan memberikan 10 kuis yang berisi pertanyaan mengenai definisi hingga solusi bagaimana mengurangi dampak penggunaan gadget. Bagi siswa yang bisa menjawab kuis yang diberikan dengan benar, siswa mendapatkan parcel dari pelaksana pengabdian.

Tabel 1. Perubahan perilaku anak setelah mendapatkan edukasi tentang dampak penggunaan gadget

Perubahan Perilaku	Frekuensi	Persentase
Baik	32	64
Kurang	18	36
Total	50	100

Berdasarkan table terlihat bahwa sebagian besar perilaku anak setelah mendapatkan edukasi dampak penggunaan gadget yaitu baik sejumlah 32 anak (64%) dan perilaku kurang sebanyak 18 (36%). Salah satu faktor

yang mempengaruhi penggunaan gadget adalah kurangnya pemahaman tentang dampak penggunaan gadget yang menjadikan anak-anak berperilaku menggunakan gadget secara berlebihan. Untuk itu perlu adanya peningkatan pemahaman tentang dampak negatif gadget dan batasan dalam penggunaan gadget pada anak. Hal ini sesuai dengan penelitian Tamsuri & Prakoso (2017) menyatakan bahwa Ada hubungan antara pengetahuan remaja tentang dampak penggunaan handphone dengan perilaku penggunaan handphone dengan hasil korelasi 0,269 dengan uji signifikansi( $p=0,000$ ).

Hasil yang didapatkan setelah pengabdian adalah adanya perubahan perilaku anak-anak dalam penggunaan gadget yaitu anak-anak mulai melakukan pengaturan penggunaan jam penggunaan gadget, pada waktu belajar mereka melepaskan gadget, orang tua memantau anak-anaknya dalam penggunaan gadget, selama di sekolah anak-anak tidak membawa gadget lagi.

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan sangat penting di dalam seseorang mengambil keputusan karenatindakan yang didasarkan atas pengetahuan memberikan konsekuensi yang lebih baik bagi pengambil keputusan. Pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang menentukan perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2012).

Membentuk atau mengubah perilaku tidaklah mudah dan secara teoritis akan melalui beberapa tahap. Sebelum perilaku berubah, harus ada unsur kognitif yang mengawalinya yaitu pengetahuan. Teori psikologi kognitif meyakini bahwa pengetahuan itu diperoleh dari hasil

pembelajaran dan perubahan dalam pengetahuan menyebabkan adanya perubahan perilaku. Dengan adanya peningkatan pemahaman yang benar, diharapkan terjadi perubahan perilaku penggunaan gadget secara bijak, siswa dan siswi menggunakan gadget dengan batasan (Anggraeni et al., 2020)

Adapun cara untuk menyebarkan pengetahuan dengan melakukan promosi kesehatan. Promosi kesehatan merupakan upaya memengaruhi masyarakat agar menghentikan perilaku berisiko tinggi dan menggantikannya dengan perilaku yang aman atau paling tidak berisiko rendah. Promosi kesehatan dapat dilakukan dengan menggunakan suatu media yang dikenal dengan media promosi kesehatan. Media untuk promosi kesehatan dapat diartikan sebagai alat bantu untuk promosi kesehatan yang dapat dilihat, didengar, diraba, dirasa, atau dicium, untuk memperlancar komunikasi dan penyebarluasan informasi. Media promosi kesehatan dapat berupa media visual (grafik, diagram chart, bagan, poster, dan sejenisnya), media auditif (radio, tape recorder, laboratorium bahasa, dan sejenisnya), projected still media (slide, OHP, in focus, dan sejenisnya), dan projected motion media (film, televisi, video, komputer, dan sebagainya) (Kholid, 2012).

Memberikan gadget pada anak harus mendapatkan pengawasan dari orang tua. Gadget merupakan alat elektronik yang digunakan sebagai media informasi, media belajar dan sebagai hiburan. Manfaat gadget lainnya yaitu dapat tersambung dengan internet. Siswa sekolah dasar sudah mengenal fungsi internet, sehingga banyak siswa sekolah dasar yang menyalahgunakan penggunaan internet untuk hal negatif. Sehingga siswa harus selalu dalam pengawasan orang tua. Orang tua

memberikan gadget pada anaknya dengan tujuan untuk mengenalkan games pada anaknya. Dibandingkan dengan orang dewasa yang baru mengenal gadget, anak lebih cepat menguasai gadget dari pada orang dewasa. Bahkan orang tua mereka belum tentu dapat mengoperasikan gadget yang mereka miliki. Gadget memiliki banyak manfaat apalagi digunakan dengan cara yang benar dan semestinya, diperbolehkan orang tua mengenalkan gadget pada anak memang perlu tetapi harus diingat terdapat dampak positif dan dampak negatif pada gadget tersebut. Jika tidak diawasi dalam penggunaannya malahan akan lebih banyak dampak negative daripada dampak positifnya. Anak-anak bisa saja mengakses situs-situs yang tidak sesuai umurnya (Syifa et al., 2019).

Anak-anak sangat menikmati keasikan dalam menggunakan smartphone dalam kegiatan anak sehari-hari baik itu di rumah, lingkungan sekolah dan juga lingkungan bermain anak, sehingga sebagian anak cenderung merasa asik menikmati gadget yang dimilikinya. Bahkan anak-anak lebih asik dengan gadget daripada mendengarkan perintah orang tua. Selain itu seringkali ada yang marah jika diperintah oleh orang tua. Itulah salah satu bentuk kecanduan anak-anak terhadap gadget yang dimiliki. Memberikan gadget pada anak tanpa adanya pengawasan orang dewasa atau orang yang lebih tua memang akan cenderung menimbulkan beberapa dampak negatif. Kasus diatas telah memberikan sedikit dampak gadget pada kesehatan fisik bahkan mental anak. Mulai dari merusak penglihatan hingga anak mengalami gangguan kejiwaan yang parah. Jika anak tidak di dampingi orang tua saat bermain gadget maka akan semakin memperparah keadaan anak, bermain boleh namun jangan biarkan anak berlarut-larut

dalam permainan sampai berdampak pada diri anak itu sendiri

Hal ini sesuai dengan penelitian (Lestari et al., 2015), Penggunaan gadget pada era teknologi seperti sekarang dapat mempengaruhi aspek kehidupan lainnya. Dimana seperti yang dikatakan oleh McLuhan bahwa media dapat mengubah pola komunikasi seseorang. Gadget sebagai media secara umum memiliki fungsi positif bagi penggunaannya. Namun penggunaan gadget yang kurang cerdas baik secara kuantitas atau kualitas dapat memberikan dampak yang lain, termasuk pada keluarga sebagai lingkungan sosial terdekat bagi suatu individu. Keluarga sebagai kelompok primer bagi suatu individu memiliki peran dalam hal sosial. Penggunaan gadget yang tidak cerdas pada anggota keluarga berpotensi untuk mengubah peran-peran dari keluarga tersebut dan mempengaruhi fungsi keluarga secara keseluruhan bagi setiap anggota keluarga. Fenomena penggunaan gadget pada anggota keluarga yang pada akhirnya berpotensi mengubah suatu pola interaksi sosial di dalam keluarga ini dapat diminimaisir dengan pemberian intervensi dari pekerja sosial keluarga sesuai fungsinya. Pekerja sosial keluarga dapat berupaya melakukan family therapy yang disesuaikan dengan kebutuhan keluarga guna menyadari akan perubahan pola interaksi yang berpotensi mempengaruhi peran dan fungsi keluarga secara keseluruhan. Sehingga keluarga dapat memperbaiki pola penggunaan gadget minimal dalam keadaan berinteraksi dengan keluarga. Intensitas penggunaan gadget memiliki hubungan yang dapat mempengaruhi pola interaksi sosial didalam keluarga. Dimana hakikatnya gadget dibuat dengan fungsi untuk mempermudah kegiatan seseorang, dalam artian fungsi

gadget disini adalah baik. Namun dapat mengalami perubahan fungsi bila penggunaan gadget tersebut tidak dibarengi dengan ilmu yang cukup, dalam artian harus adanya pengelolaan dan pengendalian penggunaan gadget mulai dari kuantitas waktu pengguna sampai pada kualitas isi dari pengguna yang dilakukan.

Untuk itulah diperlukan pengawasan orang tua dalam penggunaan gadget. Untuk memaksimalkan pengawasan anak saat bermain dengan gadget nya, ada beberapa hal penting yang perlu diperhatikan, yaitu: 1) menjadikan akun email pribadi orang tua sebagai akun utama anak-anak, sehingga semua kegiatan internet anak langsung terintegrasi dan terpantau di akun email orang tua, 2) untuk aplikasi sosial media, hanya iijinkan anak berteman dan mem-follow teman yang sebaya, 3) membuat peraturan No Gadget mulai bakda maghrib sampai jam sembilan malam. Ini adalah prime-time efektif anak untuk belajar, 4) untuk anak usia SD atau TK sebaiknya dibatasi anak bermain gadget tidak lebih dari dua jam per hari, 5) orang tua harus menjadi teladan dengan tidak menunjukkan intensitas tinggi dalam memakai gadget, 6) Jangan memarahi anak-anak membabi buta saat mengetahui mereka terpapar konten negatif di dunia maya. Sebaiknya beri pendampingan, pengarahan, dan penjelasan yang sesuai dan mudah dipahami oleh bahasa anak(Syifa et al., 2019).



Gambar 1 dan 2. Pelaksanaan Kegiatan Pendidikan Kesehatan Mengenai Dampak Negatif Gadget Pada Anak-Anak (membaca leaflet yang dibagikan).

## Kesimpulan dan Rekomendasi

Kegiatan Pengabdian ini merupakan kegiatan yang bermanfaat karena memiliki dampak positif yaitu meningkatkan pengetahuan anak-anak SD IT Fauziah Yarsi Mataram tentang dampak positif dan negatif penggunaan gadget. Dalam penggunaan gadget khususnya pada anak-anak harus mendapatkan pengawasan yang ketat dari orang tua untuk mengantisipasi dan mencegah terjadinya masalah kesehatan pada anak-anak selanjutnya.

## Referensi

Anggraeni, S. (2019). Pengaruh Pengetahuan Tentang Dampak Gadget Pada Kesehatan Terhadap Perilaku Penggunaan Gadget Pada Siswa SDN

- Kebun Bunga 6 Banjarmasin. *Failetehan Health Journal*, 6(2), 64–68.
- Anggraeni, S., Dhewi, S., & Anwary, A. Z. (2020). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Dampak Gadget Bagi Kesehatan Melalui Promosi Kesehatan Dengan Media Alat Permainan Edukatif. *Prosiding Pengabdian Kepada Masyarakat Dosen UNISKA MAB*.
- Iswidharmanjaya, D. (2014). Bila Si Kecil Bermain Gadget: Panduan bagi orang tua untuk memahami factor-faktor penyebab anak kecanduan gadget (Vol. 1). Bisakimia.
- Kholid, A. (2012). Promosi Kesehatan dengan Pendekatan Perilaku, Media dan Aplikasinya. Raja Grafindo Persada.
- Lestari, I., Riana, A. W., & Taftazani, B. M. (2015). Pengaruh gadget pada interaksi sosial dalam keluarga. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2).
- Manumpil, B., Ismanto, A. Y., & Onibala, F. (2015). Hubungan penggunaan gadget dengan tingkat prestasi siswa di SMA Negeri 9 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 3(2).
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Rineka cipta.
- Novitasari, W., & Khotimah, N. (2016). Dampak penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak usia 5-6 tahun. *Jurnal PAUD Teratai*, 5(3), 182–186.
- Paturel, A. (2014). Game Theory: How do video games affect the developing brains of children and teens? *Neurology Now*, 10(3), 32–36.
- Rideout, V. (2013). Zero to eight: electronic media inthe lives of infants, toddlers and preschoolers. *Common Sense Media Research Study*.
- Salsabila, S. (2016). Pengaruh lama penggunaan gadget terhadap perkembangan anak di TK Al-Azhar Banda Aceh. Banda Aceh.
- Setianingsih, S. (2018). Dampak penggunaan gadget pada anak usia prasekolah dapat meningkatkan resiko gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas. *Gaster*, 16(2), 191–205.
- Syifa, L., Setianingsih, E. S., & Sulianto, J. (2019). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Psikologi pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 3(4), 527–533.
- Tamsuri, A., & Prakoso, B. (2017). Hubungan pengetahuan tentang dampak penggunaan handphone pada kesehatan dengan perilaku penggunaan handphone pada remaja. *Jurnal AKP*, 2(2).