

EDUKASI DAMPAK PENGGUNAAN GADGET PADA ANAK DI RUMAH BACA RANGKA PUSTAKA KABUPATEN ACEH UTARA

Dian Vita Sari^{1*}, Fatmawati², Junaedy³, Dedy Ahmady⁴

^{1,2,3,4}Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Lhokseumawe

*Korespondensi: dian2783@gmail.com

ABSTRACT

Background Recently, the development of technology is also becoming more advanced. Today's technology is able to bring about a new era where everything becomes fast-paced practicality. The negative impacts of excessive gadget use include gadget addiction, sleep disturbances, eye fatigue, poor posture, impaired close vision, and decreased cognitive abilities. The purpose of this community service is to provide counseling on the impact of gadget use on children at the reading house of the library framework in North Aceh district.

Method: The implementation of community service is face-to-face, using the counseling method. This activity was carried out on Tuesday, 31 October 2023 at the Rangkang Pustaka Reading House in Nisam village, North Aceh Regency. The counseling was conducted for children aged 7 to 11 years. who are at the elementary school, with a total of 37 participants.

Results showed that from a total of 37 children, it was found that 13 already had sufficient understanding of the impact of gadget use, while 24 still did not have knowledge and understanding of the adverse effects that arise from the use of gadgets. **Conclusion:** gadgets can reduce the ability to think and analyze things, and can have long-term and permanent consequences if not addressed early on. This activity is very helpful for children to become independent and reduce smartphone addiction.

Keywords: Impact, Gadgets, Children

ABSTRAK

Latar belakang Seiring dengan berkembangnya zaman, perkembangan teknologi juga menjadi semakin maju. Teknologi saat ini mampu memunculkan era baru dimana segala sesuatunya menjadi serba cepat dan praktis. Dampak negatif dari penggunaan gadget yang

berlebihan termasuk kecanduan gadget, gangguan tidur, kelelahan mata, postur tubuh yang buruk, gangguan penglihatan jarak dekat, dan penurunan kemampuan kognitif. **Tujuan** dari pengabdian kepada masyarakat ini untuk memberikan penyuluhan tentang edukasi dampak penggunaan gadget pada anak-anak di rumah baca rangka pustaka kabupaten aceh utara. **Metode** Pelaksanaan pengabdian masyarakat melalui tatap muka, menggunakan metode penyuluhan. Kegiatan ini dilakukan pada hari selasa, 31 Oktober 2023 di Rumah Baca Rangkang Pustaka di desa Nisam Kabupaten Aceh Utara. Penyuluhan ini dilakukan pada anak-anak usia 7 sampai 11 tahun. Anak-anak yang duduk di jenjang pendidikan sekolah dasar dengan jumlah 37 orang. **Hasil** Penelitian menunjukkan bahwa dari total 37 anak, didapatkan 13 anak sudah memiliki pemahaman yang cukup mengenai dampak penggunaan gadget, dan 24 anak masih tidak memiliki pengetahuan dan pemahaman mengenai dampak buruk yang muncul dari penggunaan gadget, dimana gadget dapat mengurangi kemampuan berfikir, dan menganalisa suatu hal, bisa berakibat jangka panjang dan permanen jika tidak segera di atasi sejak dini. Kegiatan ini sangat membantu anak untuk tidak bergantung dan dapat mengurangi adiksi smartphone pada proses pembelajaran. **Simpulan** Selama ini anak-anak tidak sepenuhnya memahami dan menyadari dampak yang akan di terima dari kebiasaan atau kecanduan dari penggunaan smartphone ketika sedang belajar dan respons siswa pun berkurang.

Kata kunci: Dampak, Gadget, Anak

PENDAHULUAN

Semakin berkembangnya zaman, kemajuan teknologi ini amat cepat dan bertambah canggih. Banyak teknologi yang telah dikembangkan dan dapat mengubah kehidupan masyarakat di beraneka bidang. Secara umum, gadget bisa memberikan suatu dampak yang signifikan terhadap suatu nilai-nilai budaya. Nyaris masing-masing individu menggunakan gadget dengan menghabiskan sebagian besar waktunya dengan menggunakan gadget. Penggunaan gadget merujuk pada penggunaan perangkat teknologi portabel yang dapat digunakan untuk melakukan berbagai kegiatan, seperti mengakses internet, bermain game, menonton

video, mengambil foto dan video, mengirim pesan, dan melakukan panggilan telepon (Hasanah, 2017).

Seiring dengan berkembangnya zaman, perkembangan teknologi juga menjadi semakin maju. Teknologi saat ini mampu memunculkan era baru dimana segala sesuatunya menjadi serba cepat dan praktis. Pekerjaan pun jugamenjadi lebih mudah dikerjakan hanya dengan satu alat berteknologi tinggi seperti gadget. Pengguna gadget bukan hanya dari kalangan pekerja, tetapihampir semua kalangan termasuk anak-anak. Banyak dampak negative yangmuncul dalam penggunaan gadget yang berlebih di kalangan remaja, anak,bahkan balita (Salemetal., 2021)

Dampak negatif dari penggunaan gadget yang berlebihan termasuk kecanduan gadget, gangguan tidur, kelelahan mata, postur tubuh yang buruk, gangguan penglihatan jarak dekat, dan penurunan kemampuan kognitif (Agustina & Priambodo, 2021). Selain itu, penggunaan gadget yang berlebihan juga dapat memengaruhi motivasi belajar dan prestasi akademik siswa di sekolah. Oleh karena itu, penting bagi pengguna gadget untuk mengatur waktu dan frekuensi penggunaannya agar tetap sehat secara fisik dan mental. Selain itu, pendidik dan orang tua juga harus memberikan pembatasan dan pengawasan pada penggunaan gadget oleh anak-anak dan remaja, serta memberikan alternatif kegiatan yang lebih bermanfaat seperti olahraga, membaca, atau berinteraksi langsung dengan orang lain (Cantika et al., 2022).

Menurut World Health Organization (WHO) Jumlah pengguna gadgetpada anak menunjukkan lebih 25 persen anak-anak di seluruh dunia mempunyai gadget sebelum menginjak usia genap 8 tahun, sehingga para anak yang cenderung menggunakan gadget secara berlebih akan terganggu perkembangan seperti keterlambatan motoric, bahasa, dan prilaku sosial (Destari, Elmanoraand Hamiyati,2022). Menurut Asosiasi Dokter Anak Amerika Serikat dan Canada menerangkan bahwa anak dengan usia 0-2 tahun sangat di anjurkan untuk samasekali tidak terpapar sinar gadget. Anak dengan usia 3-5 tahun di perbolehkan memaakai gadget akan tetapi harus dibatasi selama 1jam/hari. Untuk anakusia 6-18 tahun hanya di anjurkan juga memakai gadget selama 2 jam/hari (Hidayat, Hernisawati and Maba, 2021).

Penggunaan gadget oleh anak, dapat memberikan dampak positif maupun negative pada perilaku anak itu sendiri. Penggunaan gadget dapat memberikan dampak positif seperti memudahkan anak untuk mengasah kecerdasan dan kreativitas melalui aplikasi mewarnai, membaca dan menulis dengan tampilan fitur yang menarik. Namun penggunaan gadget dalam waktu lama menurut JYlan juga dapat memberikan dampak negative diantaranya kebiasaan buruk yang berimbas bagi kesehatan anak, pola hidup anak menjadi pasif lebih sering duduk dan makan makanan siap saji, menurunkan kualitas tidur, mengalami penurunan akademik, depresi dan kelebihan berat badan/obesitas (Ni Luh Made Asri Dewi, 2022).

Gadget apabila terlalu sering digunakan akan berdampak pada keterampilan interpersonal anak yang dimana akan berpengaruh terhadap proses pembelajaran anak sehingga anak lebih mengandalkan gadget daripada harus belajar. Penggunaan gadget akan mengganggu proses tumbuh kembang secara alami yang dialami oleh anak, sehingga anak usia dini sangat tidak disarankan untuk menggunakan gadget (Setianingsih, 2018). Penggunaan gadget yang berlebihan juga menyebabkan anak menghabiskan banyak waktu hanya untuk bermain gadget dan mereka menjadi anak yang emosi dan memberontak karena sering merasa terganggu saat menggunakan gadget, malas melakukan aktivitas harian, bahkan terlalu asik anak menggunakan gadget pada saat makan anak disuapi, (Chusna, 2017).

Selain itu menggunakan gadget dengan waktu yang relatif lama bisa mempengaruhi kesehatan anak. Selain mempengaruhi tingkat agresi pada anak penggunaan gadget dengan durasi yang lama juga dapat menimbulkan paparan radiasi berbahaya pada anak. Anak-anak lebih banyak duduk atau berbaring sambil menikmati camilan dengan bermain gadget dan hanya sedikit bergerak yang dapat menyebabkan obesitas dan kelebihan berat badan. Selain itu, juga menyebabkan anak menjadi tidak peka dengan sekitarnya. Anak yang lebih senang dengan gadgetnya menjadi asik dengan dunianya sendiri dan lupa untuk berkomunikasi atau berinteraksi dengan keluarga dan teman-temannya dan akan berakibat sangat buruk jika dibiarkan terus berlangsung pada anak, karena masa anak atau biasa disebut dengan golden age adalah masa masih dalam proses berkembang dan dapat

mempengaruhi perkembangan anak selanjutnya (Suri et al., 2021). Adapun tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini ialah memberikan penyuluhan tentang dampak penggunaan gadget pada anak di rumah baca rangka pustaka kabupaten aceh utara.

METODE

Metode dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini melalui tatap muka dan menggunakan metode penyuluhan, menyampaikan materi dan memberi interaksi secara efektif. Pengabdian masyarakat ini telah dilakukan pada hari selasa, 31 Oktober 2023. Penyuluhan ini dilakukan pada anak-anak usia 7 sampai 11 tahun. Anak-anak yang duduk di jenjang pendidikan sekolah dasar dengan jumlah 37 orang.

Pengabdian ini merupakan menyampaikan informasi pendidikan kesehatan untuk memberikan/ meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktek masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya. Pendidikan kesehatan yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan metode persentasi, dimana saat pendidikan kesehatan peneliti menekankan informasi kepada responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian dampak penggunaan gadget ini sangatlah bervariasi baik secara positif maupun dampak negatif penggunaan gadget pada perilaku sikap dan karakter, bahwa gadget benar-benar sangat berpengaruh besar pada karakter anak yang terlihat dari pola tingkah laku yang membuat mereka kurang menghargai orang lain. Lingkungan keluarga dan tanggung jawab orang tua dalam mengontrol penggunaan gadget pada anak-anak dengan memberikan less tambahan seperti memberikan ekstra aktivitas, berolahraga, mengajarkan hal-hal diskusi dalam ilmu agama, memberikan latihan, musik, mengaji dan bermain bersama teman sebaya akan mampu menekan angka pencegahan dalam kecanduan gadget pada anak.

Berbagai kecanggihan teknologi akan memperlambat hubungan yang membuat orang tua menjauh dengan anak karena kesibukannya dengan dunia maya. Berbagai perangkat tersebut bisa dikendalikan dengan sebuah paradigma yaitu pendekatan secara persuasif

antara ilmu, adab dan tanggung jawab orang tua terhadap anak dan lingkungannya. Sebuah kesalahan yang sangat fatal hanya dengan kecanggihan teknologi anak-anak menghilangkan sebuah bentuk empati dalam diri dan lahir dari perilaku bahaya kecanduan gadget seperti malas merespon ataupun membantu orang lain.

Gadget di medsos (media sosial) seperti FB (facebook), IG (instagram), WA (watsApp), dan Game ML (mobile legend) untuk meningkatkan proses pembelajaran, layanan online dalam pendidikan pada dasarnya adalah memberikan pelayanan pendidikan bagi pengguna (siswa) dengan menggunakan internet sebagai media. Media sejatinya berfungsi sebagai salah satu sarana untuk menyampaikan informasi yang bermanfaat bagi anak, bukan malah merusak mental anak dengan berbagai tayangan yang tidak mendidik. Media hendaknya memberikan dukungan terhadap program-program untuk meningkatkan kualitas ilmu dan komunitas yang bermanfaat melalui berbagai program media literasi menjadi wahana yang menjanjikan saat ini agar dampak bahaya gadget pada anak usia dini terasati dalam berbagai layanan masyarakat.



Hasil dari penyuluhan di rumah baca rangka pustaka kabupaten aceh utara diperoleh bahwa anak-anak yang memiliki handphone pada awalnya tidak mengerti bagaimana efek handphone tersebut. Dari jumlah total 37 anak, didapatkan 13 anak sudah memiliki pemahaman yang cukup mengenai dampak penggunaan gadget, dan 24 anak masih tidak memiliki pengetahuan dan pemahaman mengenai dampak buruk yang muncul dari penggunaan gadget. Rata-rata anak menggunakan gadget tanpa ada pengawasan dan batas

waktu yang semestinya. Anak-anak lebih banyak menghabiskan waktu luang dengan bermain game atau menonton pada gadget daripada meluangkan waktu hal bermanfaat lainnya, seperti membaca buku.

Setelah dilakukan penyuluhan anak-anak di rumah baca rangkang pustaka sangat antusias dalam berpartisipasi aktif dalam tanya jawab. Anak-anak mulai tertarik untuk membaca buku yang telah tersedia pada Rumah Baca Rangka Pustaka dan saling bercerita satu sama lain dan saling berinteraksi.

SIMPULAN

Dari hasil pengabdian kepada ana-anak dapat disimpulkan bahwa dampak negatif gadget mengakibatkan sulitnya untuk berkonsentrasi di dunia nyata, terganggunya fungsi PFC, introvert, waktu terbuang sia-sia, perkembangan otak dan kesehatan pun akan terganggu. Sehingga berpengaruh terhadap pembelajaran yang menunjukkan bahwa siswa tidak maksimal dalam kegiatan belajar. Stimulus-respon yang didapatkan dari kegiatan pembelajaran sangat terganggu ketika siswa banyak memainkan smartphone daripada mendengarkan atau menyimak guru yang sedang menjelaskan suatu materi. Dengan demikian, proses penyerapan kognitif lebih rendah. Dampak positif smartphone yaitu mempermudah berkomunikasi, menambah pengetahuan, munculnya metode pembelajaran baru dan berinovatif. Upaya atau solusi yaitu guru memberikan pengarahan, membatasi penggunaan smartphone saat jam pembelajaran berlangsung, mengadakan sosialisasi dan membudayakan gerakan ini seperti kegiatan membaca, menulis, dan stop-pakai smartphone. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa menyadari dampak yang terjadi dari smartphone ketika sedang belajar dan respons anaka-anak pun berkurang. Dan dengan kegiatan ini dapat mengurangi adiksi smartphone pada proses pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

Agustina, N., & Priambodo, A. (2021). Pengaruh penggunaan gadget terhadap motivasi belajar siswa mengikuti pembelajaran pjok selama covid-19. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(01), 365–371

- Cantika, H. A. K., Hertina, Y. N., & Pramana, C. (2022). Dampak Pembelajaran Online di Masa Pandemi COVID-19 terhadap Kesehatan Mental Siswa PAUD di Indonesia. *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini*, 4(2), 318–328.
- Chusna, P. A., (2017). Pengaruh Media Gadget Pada Perkembangan Karakter Anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 17(2), 318. <https://ejournal.uinsatu.ac.id/index.php/dinamika/article/view/842>
- Destari, M.R., Elmanora and Hamiyati (2022) 'Internet Parenting Sebagai Kontrol Dalam Penggunaan Internet Pada Remaja', *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan)*, 9(01), pp.31–42. Available at: <https://doi.org/10.21009/jkkp.091.03>.
- Hasanah, M. (2017). Pengaruh gadget terhadap kesehatan mental anak. *Indonesian Journal Of Islamic Early Childhood Education*, 2(2), 207–214
- Hidayat, F., Hernisawati, H. and Maba, A.P. (2021) 'Dampak penggunaan gadget terhadap kepribadian anak sekolah dasar: studi kasus pada siswa "X"', *Jurnal Humaniora dan Ilmu Pendidikan*, 1(1), pp.1–13. Available at: <https://doi.org/10.35912/jahidik.v1i1.226>.
- Ni Luh Made Asri Dewi, I.B.C.W.M. (2022) 'Pengetahuan Orang Tua tentang Penggunaan Gadget pada Anak Prasekolah di Desa Mambal Kabupaten
- Salem, V.E.T. et al. (2021) 'sosialisasi Dampak Penggunaan Gadget Anak Usia Dini Pada Ibu-Ibu Di JemaSat Nafiri Malalayang 1 (Tinjauan Sosiologi Keluarga)', *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 7(3), pp.561–566. Available at: <https://doi.org/10.36312/jime.v7i3.2305>.
- Setianingsih, A. Ardani. (2018). Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah Dapat Meningkatkan Resiko Gangguan Pemusatan Perhatian Dan Hiperaktivitas. *Gaster*, 16(2), 191
- Suri, O. I., Anggraini, D., & Fitriani, W. (2021). Durasi Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Anak Pra Sekolah. *Jurnal Kesehatan*, 14(1), 6–12. <http://ejournal.poltekkesternate.ac.id/ojs/index.php/juke/article/view/276>