

EDUKASI DAMPAK PENGGUNAAN GADGET PADA ANAK-ANAK DI DESA MEUNASAH KEUDE KECAMATAN MESJID RAYA KABUPATEN ACEH BESAR

Hafni Zahara^{1*}, Muhammad Haikal², T. Juanda Putra Utama³

¹⁻³Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama

E-mail: ¹⁾ hafni_fkm@abulyatama.ac.id

Abstract

The rapid evolution of technology has ushered in significant transformations across various facets of life, where gadgets have emerged as indispensable tools for individuals spanning all age groups, including parents, adults, and even the youngest members of society. However, akin to other technological innovations, gadgets bring with them a dual-edged sword, offering both advantages and disadvantages. Unrestricted and unsupervised gadget usage can potentially exert detrimental effects on the growth and development of children. The ubiquitous accessibility and enticing features often entrap many children in addictive cycles of gadget engagement. Failure to address this issue can cast a shadow on a child's holistic maturation and overall development. In this context, the role of parents assumes paramount importance as they navigate their children's interaction with gadgets. It is incumbent upon parents to adopt a vigilant stance, actively participating in, supervising, and delineating clear boundaries for gadget utilization. These strategies represent the arsenal available to parents as they undertake the vital task of educating their children and proactively combatting the specter of gadget addiction.

Keywords: Children, Gadgets, Health, Technology

Abstrak

Progres pesat dalam perkembangan teknologi telah membawa perubahan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan, di mana perangkat gadget telah muncul sebagai alat yang sangat penting bagi individu dari semua kelompok usia, termasuk orang tua, dewasa, dan bahkan anggota masyarakat yang paling muda. Meskipun demikian, seperti halnya inovasi teknologi lainnya, gadget memiliki dua sisi, yang memberikan manfaat sekaligus tantangan. Penggunaan gadget tanpa batasan dan pengawasan dapat berdampak merugikan pada pertumbuhan dan perkembangan anak-anak. Ketersediaan yang meluas dan fitur-fitur menarik seringkali menjebak banyak anak dalam pola penggunaan gadget yang membuat kecanduan. Gagal mengatasi masalah ini dapat berdampak negatif pada perkembangan holistik dan pertumbuhan secara keseluruhan anak. Dalam konteks ini, peran orang tua menjadi sangat penting saat mereka membimbing anak-anak dalam berinteraksi dengan gadget. Orang tua memiliki kewajiban untuk bersikap waspada, berpartisipasi aktif, mengawasi, dan menetapkan batasan yang jelas untuk penggunaan gadget. Ini adalah strategi-strategi yang dapat digunakan orang tua dalam menjalankan tanggung jawab penting mereka dalam mendidik anak-anak dan secara proaktif menghadapi potensi masalah adiksi terhadap gadget.

Kata kunci: Anak, Gadget, Kesehatan, Teknologi

¹Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Abulyatama

Hafni Zahara

*E-mail: hafni_fkm@abulyatama.ac.id

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi telah mencapai tingkat yang sangat tinggi di era modern ini. Perusahaan berbasis teknologi bersaing sengit untuk menghasilkan inovasi baru yang memenuhi kebutuhan konsumen. Perkembangan teknologi ini telah membawa banyak manfaat bagi masyarakat. Perangkat gadget atau gawai adalah salah satu komponen yang berkembang dengan cepat. Fenomena ini sangat menguntungkan banyak industri, terutama karena hampir semua aktivitas dilakukan secara online, yang menghemat waktu dan energi.

Namun, selain manfaatnya, penggunaan gadget juga memiliki dampak negatif, terutama pada anak-anak. Banyak anak yang menjadi kecanduan bermain game di perangkat seluler mereka, sehingga mengabaikan waktu untuk belajar dan beribadah. Selain itu, penggunaan gadget yang berlebihan juga dapat berdampak buruk pada kesehatan, khususnya kesehatan mata. Oleh karena itu, sangat penting bagi orang tua untuk mengambil peran dalam mengawasi dan menjadi contoh yang baik bagi anak-anak dalam menggunakan gadget (Suhardi & Utami, 2019).

Kemajuan teknologi telah mengubah berbagai aspek dalam kehidupan manusia. Gadget adalah salah satu teknologi yang digunakan oleh berbagai kalangan, termasuk orang dewasa, orang tua, dan anak-anak. Gadget memiliki beragam fungsi, seperti telepon, pesan singkat, akses internet, pengambilan foto/video momen penting, penyimpanan data, pengiriman/mengedit file, dan berpartisipasi dalam media sosial. Namun, perlu diingat bahwa selain manfaatnya, gadget juga memiliki efek negatif. Oleh karena itu, penting untuk memiliki pengetahuan yang cukup agar kita dapat mengelola penggunaan gadget sesuai kebutuhan (Yannuansa et al., 2020).

Penggunaan gadget juga memiliki dampak pada perkembangan psikologi anak-anak sekolah dasar. Dalam sebuah penelitian, ditemukan bahwa 10 anak di kelas V yang menggunakan gadget lebih dari 2 jam sehari mengalami perubahan perilaku. Dampak positifnya termasuk kemudahan dalam mencari informasi pembelajaran dan komunikasi dengan teman-teman. Namun, ada juga dampak negatifnya terhadap perkembangan psikologi anak, terutama dalam hal pertumbuhan emosi dan perkembangan moral. Anak-anak yang menggunakan gadget cenderung mudah marah, bersikap membangkang, menirukan perilaku yang mereka lihat di gadget, dan bahkan berbicara dengan diri sendiri saat berinteraksi dengan gadget. Selain itu, pengaruh gadget juga dapat memengaruhi perkembangan moral anak, seperti menyebabkan kurangnya disiplin, kecenderungan menjadi malas, mengabaikan kewajiban beribadah, dan mengurangi waktu yang seharusnya digunakan

untuk belajar karena terlalu sering bermain game dan menonton video di YouTube (Syifa et al., 2019).

Penggunaan gadget memiliki dampak yang beragam pada perkembangan anak. Dampak positifnya meliputi peningkatan kemampuan adaptasi anak, peningkatan pengetahuan, perluasan jaringan pertemanan, perkembangan komunikasi yang lebih baik, dan peningkatan kreativitas anak. Di sisi lain, dampak negatifnya mencakup ketergantungan anak pada gadget, penurunan daya konsentrasi, paparan informasi negatif, berkurangnya interaksi sosial, potensi radiasi, gangguan pada fungsi PFC (Pre-Frontal Cortex), dan kecenderungan menjadi introvert (Yannuansa et al., 2020).

Peran orang tua dalam mendidik anak adalah faktor kunci dalam keberhasilan masa depan mereka. Anak-anak sangat membutuhkan orang tua yang berperan aktif dalam mendampingi pertumbuhan mereka, baik ibu yang memberikan perhatian penuh saat mereka tumbuh, maupun ayah yang meluangkan waktu untuk bermain dan bercerita. Namun, di era modern yang penuh dengan kemajuan teknologi, orang tua dihadapkan pada tantangan yang lebih besar dalam mendidik anak-anak agar tidak terlalu terpaku pada dunia maya (Suhardi & Utami, 2019).

Orang tua memiliki peran yang penting dalam mengatur penggunaan gadget pada anak-anak. Mereka dapat menetapkan batasan waktu penggunaan gadget, memilih dengan selektif aplikasi yang cocok untuk anak, mendampingi anak saat menggunakan gadget, mengajarkan anak untuk bertanggung jawab atas penggunaan gadget mereka, dan mengawasi interaksi sosial anak dengan baik. Dengan pengawasan dan bimbingan yang diberikan oleh orang tua, anak-anak akan lebih menerima manfaat positif dari penggunaan gadget dan terhindar dari dampak negatifnya (Hidayatuladkia et al., 2021).

Adapun tujuan utama dari studi ini adalah untuk memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang bagaimana penggunaan gadget pada anak-anak berdampak pada perkembangan mereka dan bagaimana orang tua dapat mengelola penggunaan gadget anak-anak mereka dengan cara yang akan memaksimalkan manfaatnya sambil mengurangi efek negatifnya.

METODE PENELITIAN

Dalam pelaksanaan program pengabdian ini, metode yang digunakan mencakup dua aspek utama. Pertama, penulis melakukan observasi kunjungan dan survei di Desa Meunasah Keude, dengan tujuan untuk memahami lebih lanjut tempat pelaksanaan penyuluhan dan

menentukan target audiens yang merupakan anak-anak di desa tersebut. Kedua, penulis melaksanakan program pengabdian dengan cara memberikan edukasi kesehatan secara langsung kepada 26 anak peserta. Tema yang diangkat dalam penyuluhan adalah "Edukasi Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak-anak." Kegiatan penyuluhan ini berlangsung sekitar pukul 15.00 WIB dan berdurasi sekitar 30 menit, yang mencakup pemaparan materi dan sesi tanya jawab dengan peserta penyuluhan mengenai gadget. Anak-anak yang berhasil menjawab pertanyaan dengan benar diberikan door prize sebagai bentuk apresiasi. Kegiatan ini ditutup dengan sesi foto bersama peserta penyuluhan.

Selain itu, dalam artikel ilmiah ini, jenis analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif. Jenis analisis ini bertujuan untuk memberikan gambaran dan deskripsi yang jelas mengenai kondisi tertentu. Analisis deskriptif tidak berfokus pada angka-angka melainkan lebih menekankan pada proses dan makna yang disampaikan melalui kata-kata atau gambar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penggunaan berbagai fitur yang terdapat pada gadget dalam periode waktu tertentu dapat menghasilkan efek yang berdampak pada individu penggunanya. Dampak dari interaksi dengan gadget bisa mencakup pengaruh terhadap sifat peduli sosial individu, termasuk kemampuan mereka untuk memberikan bantuan kepada sesama serta tata krama mereka dalam berinteraksi dengan orang lain (Agustina et al., 2022).

Peran orang tua sangatlah esensial ketika membicarakan dampak penggunaan gadget pada anak-anak. Orang tua seharusnya melaksanakan tindakan pencegahan dengan melakukan pengawasan dan pengendalian yang cermat terhadap aktivitas gadget yang dilakukan oleh anak-anak mereka. Tindakan-tindakan ini mencakup pembatasan waktu penggunaan gadget serta pemilihan aplikasi yang ada dalam gadget anak secara bijak. Orang tua juga diharapkan untuk selalu mendampingi anak-anak saat mereka menggunakan gadget (Imron, 2018). Lebih dari itu, orang tua juga sebaiknya mempertimbangkan konsekuensi jangka panjang sebelum memberikan gadget kepada anak, terutama pada usia 0-6 tahun, yang sering kali diidentifikasi sebagai masa emas (Golden Age). Selama periode kritis ini, sangatlah penting untuk mengarahkan anak-anak ke aktivitas yang merangsang perkembangan mereka tanpa terlalu bergantung pada gadget (Hidayat & Maesyaroh, 2020).

Selain peran yang dimainkan oleh orang tua, keluarga secara keseluruhan juga memiliki tanggung jawab untuk memantau dan mengelola penggunaan gadget anak-anak, terutama ketika mereka berada di dalam rumah. Strategi yang dapat diterapkan termasuk menetapkan batasan yang wajar pada waktu penggunaan gadget, mengalihkan perhatian anak dengan

berbagai kegiatan menarik seperti bermain di luar rumah, berolahraga, bermain musik, dan meningkatkan interaksi sosial dengan teman sebaya mereka (Setianingsih, 2018). Melalui tindakan-tindakan ini, kita dapat membantu anak-anak dalam mengembangkan kebiasaan yang seimbang dalam memanfaatkan gadget, yang pada akhirnya akan mendukung perkembangan aspek sosial dan emosional mereka secara positif.

KESIMPULAN

Perkembangan teknologi yang pesat sesuai dengan perkembangan zaman merupakan fakta yang tidak dapat disangkal. Di tengah kondisi ini, pendidikan kesehatan mengenai dampak penggunaan gadget pada anak-anak menjadi semakin penting. Hal ini disebabkan oleh kurangnya kesadaran dan pemahaman yang masih banyak dimiliki orang-orang terhadap kenyataan bahwa gadget memiliki dampak signifikan, baik positif maupun negatif, terhadap anak-anak. Penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengakibatkan anak-anak kehilangan konsentrasi akibat kurang tidur dan kelelahan, yang pada gilirannya dapat berdampak negatif pada kesehatan mata dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Dalam konteks ini, program pengabdian yang menyelenggarakan penyuluhan kepada anak-anak telah terbukti berhasil dalam memberikan pendidikan tentang dampak penggunaan gadget pada anak. Program ini membantu menyadarkan anak-anak akan pentingnya mengatur waktu penggunaan gadget dengan bijak dan memahami efek dari penggunaan yang berlebihan. Selain itu, program ini juga memberikan wawasan mengenai cara-cara menghindari dampak negatif yang mungkin timbul akibat penggunaan gadget yang tidak terkontrol. Melalui upaya ini, diharapkan anak-anak dapat tumbuh dengan pemahaman yang lebih baik tentang peran gadget dalam kehidupan mereka serta bagaimana cara menjaga kesehatan dan kesejahteraan mereka dalam era digital ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, N. I. M., Ismaya, E. A., & Pratiwi, I. A. (2022). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Karakter Peduli Sosial Anak. *Jurnal Basicedu*, 6(2), 2547–2555.
- Hidayat, A., & Maesyaroh, S. S. (2020). Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *JURNAL SYNTAX IMPERATIF: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 1(5), 356–368.
- Hidayatuladkia, S. T., Kanzunudin, M., & Ardianti, S. D. (2021). Peran orang tua dalam mengontrol penggunaan gadget pada anak usia 11 tahun. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 5(3), 363–372.
- Imron, R. (2018). Hubungan penggunaan gadget dengan perkembangan sosial dan emosional

- anak prasekolah di Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 148–154.
- Setianingsih, S. (2018). Dampak penggunaan gadget pada anak usia prasekolah dapat meningkatkan resiko gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas. *Gaster*, 16(2), 191–205.
- Suhardi, T., & Utami, E. (2019). Ayah & Bunda: Mengatasi Kecanduan Gadget Pada Anak, Peran Orang Tua, dan Cara Mendidik Anak di Era Digital. *Semarang: Syalmahat Publishing*.
- 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.
- Yannuansa, N., Kurniadi, H., Mutrofin, A., Ramadhani, R., & Samudra, A. (2020). Pengurangan Pengaruh Negatif Gadget pada Remaja dan Anak melalui Workshop. *ABIDUMASY Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 49–53.