

WASPADA GADGET UNTUK TUMBUH KEMBANG ANAK

The Dangers of Gadgets for Children's Growth and Development

Umi Hanik Fetriyah¹, Indra Budi¹, M. Arief Wijaksono¹, Asmadiannor¹, Nadya Rosalina¹, Melda¹, Lorenza Cloudia¹, Mely Agustina¹, Munawarah¹, Ni Gusti Agung Ayu Sri Dewi¹, Nur Hakidah Habibi¹, Onevia Berlian Nataly¹, Sweetryani Virdasari¹

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia

*Korespondensi: rosalinanadya95@gmail.com

Diterima: 20 Agustus 2024

Dipublikasikan: 30 November 2024

ABSTRAK

Pendahuluan: Anak-anak tentunya sangat senang jika memperoleh gadget dari orang tuanya. Penggunaan gadget secara berlebihan oleh anak-anak dapat berdampak negatif pada pola perilaku dan perkembangan mereka. Anak-anak yang terus-menerus menggunakan gadget cenderung mengalami ketergantungan, mengurangi waktu untuk belajar dan berinteraksi sosial, serta menghadapi risiko kesehatan seperti kerusakan jaringan saraf akibat radiasi gadget. Meskipun gadget bisa merangsang kreativitas dan kecerdasan, dampak negatifnya, termasuk menurunnya daya aktif dan kepedulian sosial anak, lebih dominan. Oleh karena itu, penting untuk membatasi waktu penggunaan gadget sesuai usia—anak di bawah 18 bulan sebaiknya tidak menggunakan gadget kecuali untuk panggilan video, anak usia 2-5 tahun maksimal 1 jam per hari dengan pengawasan, dan anak usia 6 tahun ke atas maksimal 1-2 jam per hari dengan batasan ketat—untuk memastikan tumbuh kembang yang sehat.

Tujuan: Tujuan dari Pengabdian Kepada Masyarakat yaitu untuk memberikan Edukasi kepada siswa kemudian memberikan pengetahuan secara langsung tentang Waspada Gadget Untuk Tumbuh Kembang Anak di SDN Pengambangan 6 Banjarmasin.

Metode: Metode pengumpulan data pada kegiatan Pelatihan berupa pemberian pengetahuan dan keterampilan, serta memberikan Pre-Test dan Post-Test kepada siswa kelas 5 dan 6 SDN Pengambangan 6 Banjarmasin untuk mengukur tingkat pengetahuan.

Hasil: Hasil Pelatihan ini melibatkan 25 siswa dalam kegiatan satu hari yang mencakup pre-test, materi, sesi tanya jawab, dan post-test. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa tentang waspada gadget untuk tumbuh kembang anak, dengan persentase pemahaman kategori Tinggi meningkat dari 20% menjadi 92% dan kategori Rendah dari 20% menjadi 0%. Program ini berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang Waspada Gadget Untuk Tumbuh Kembang Anak.

Simpulan: Pada kegiatan Edukasi ini dapat disimpulkan bahwa para peserta memahami dan mampu menerapkan Waspada Gadget Untuk Tumbuh Kembang Anak.

Kata kunci: Anak, Gadget, Kembang, Tumbuh

ABSTRACT

Introduction: Children are certainly very happy if they get gadgets from their parents. Excessive use of gadgets by children can have a negative impact on their behavior patterns and development. Children who continuously use gadgets tend to become dependent, reduce time for learning and social interaction, and face health risks such as nerve tissue damage due to gadget radiation. Although gadgets can stimulate creativity and intelligence, the negative impacts, including decreasing children's active power and social awareness, are more dominant. Therefore, it is important to limit the time spent using gadgets according to age - children under 18 months should not use gadgets except for video calls, children aged 2-5 years a maximum of 1 hour per day with supervision, and children aged 6 years and above a maximum of 1-2 hours per day with strict limits - to ensure healthy growth and development.

Objectives: The purpose of Community Service is to provide education to students and then provide direct knowledge about Being Aware of Gadgets for Children's Growth and Development at SDN Pengambangan 6 Banjarmasin.

Methods: The data collection method in the training activities was in the form of providing knowledge and skills, as well as providing Pre-Tests and Post-Tests to students in grades 5 and 6 of SDN Pengambangan 6 Banjarmasin to measure their level of knowledge.

Results: The training results involved 25 students in a one-day activity that included a pre-test, materials, Q&A session, and post-test. The results showed an increase in students' knowledge about being aware of gadgets for children's growth and development, with the percentage of understanding in the High category increasing from 20% to 92% and the Low category from 20% to 0%. This program succeeded in increasing students' understanding of Being Aware of Gadgets for Children's Growth and Development.

Conclusion: In this educational activity, it can be concluded that the participants understand and are able to apply Gadget Caution for Children's Growth and Development.

Keywords: Child, Gadget, Development, Growth

PENDAHULUAN

Perlu diketahui bahwa periode perkembangan anak yang sangat sensitif adalah masa anak usia dini (usia 0-6 tahun), masa yang paling baik untuk meletakkan dasar yang kokoh bagi perkembangan mental emosional, akhlak dan potensi otak anak. Dalam kerangka ini pendidikan anak usia dini menjadi sangat strategis menuju pembangunan sumber daya manusia yang unggul dimana pembentukan karakter bangsa dan keandalan sumber daya manusia ditentukan bagaimana penanaman sejak anak usia dini. Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Pasal 1 ayat 14 yang menyatakan "Pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut". Oleh sebab itu pendidikan anak usia dini merupakan pondasi yang amat menentukan perkembangan selanjutnya. "kalau tidak baik pondasi yang kita bangun di usia dini, bangunan tidak akan kokoh".

Penggunaan gadget yang berlebihan akan berdampak buruk bagi anak. Anak yang menghabiskan waktunya dengan gadget akan lebih emosional, pemberontak karena merasa sedang diganggu saat asyik bermain game. Malas mengerjakan rutinitas sehari-hari. Bahkan untuk makan pun harus disuap, karena sedang asyik menggunakan gadgetnya. Lebih mengkhawatirkan lagi, jika mereka sudah tidak tengok kanan kiri atau memedulikan orang disekitarnya, bahkan menyapa kepada orang yang lebih tua pun enggan.

Radiasi gelombang elektromagnetik dari gadget memang tidak terlihat. efeknya pun tidak terasa secara langsung. Untuk itu orang tua harus secara bijak mengawasi dan melakukan seleksi terhadap instrumen permainan yang digunakan anak-anak saat bermain. Kebiasaan anak-anak dalam bermain gadget saat ini memang tidak bisa dipungkiri. Namun ada baiknya tidak selalu bermain atau paling tidak membatasi waktu bermain gadget. Karena alasan radiasi diatas. Sebenarnya kegiatan bermain merupakan kegiatan utama anak yang tampak mulai sejak bayi. Kegiatan ini penting bagi perkembangan kognitif, sosial, dan kepribadian anak pada umumnya. Anak juga bisa mulai memahami hubungan antara dirinya dan lingkungan sosialnya melalui kegiatan bermain belajar bergaul dan memahami aturan ataupun tata cara pergaulan. Namun sekarang anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan bermain gadget daripada bermain dengan teman sebaya yang bisa menimbulkan sifat individualis dan egosentris serta tidak memiliki kepekaan terhadap lingkungan sekitar.

Dampak positif gadget terhadap tumbuh kembang anak yaitu meningkatkan kemampuan motorik halus, anak dapat mengembangkan kemampuan motorik halusnya dengan menggunakan gadget seperti touchscreen yang memerlukan gerakan jari yang

halus. Selain itu juga dapat menstimulasi kreativitas, anak dapat mengasah kreativitasnya dengan bermain game atau aplikasi yang memerlukan pemecahan masalah dan berpikir kreatif. Selain itu juga dapat meningkatkan kemampuan kognitif: Anak dapat meningkatkan kemampuan kognitifnya dengan bermain game edukatif yang menuntut pemikiran logis dan analitis.

Selain radiasi, dampak negatif gadget terhadap tumbuh kembang anak dapat menyebabkan gangguan tidur, penggunaan gadget sebelum tidur dapat mengganggu pola tidur anak dan menyebabkan gangguan tidur. Dapat meningkatkan risiko obesitas: Anak yang terlalu lama menggunakan gadget cenderung kurang bergerak dan lebih sering mengonsumsi makanan ringan, sehingga berisiko mengalami obesitas. serta menyebabkan gangguan sosial: Anak yang terlalu sering menggunakan gadget cenderung kurang berinteraksi dengan orang lain secara langsung, sehingga bisa mengalami gangguan sosial.

Batasan waktu maksimal penggunaan gadget untuk anak-anak, anak di bawah usia 18 bulan sebaiknya tidak diperkenankan menggunakan gadget sama sekali, kecuali untuk panggilan video, anak usia 2-5 tahun sebaiknya hanya diperbolehkan menggunakan gadget selama 1 jam setiap hari, dengan pengawasan orangtua, serta anak usia 6 tahun ke atas dapat menggunakan gadget selama 1-2 jam setiap hari, dengan batasan waktu yang ketat dan pengawasan orangtua.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PkM) ini dilakukan di sekolah SDN Pengambangan 6 Banjarmasin dengan waktu pelaksanaan selama 1 hari yaitu pada tanggal 25 Juli 2024. Kegiatan PkM ini dilakukan melalui beberapa tahapan yaitu tahap perencanaan (rencana jadwal kegiatan PkM), pembagian kerja tim, penyusunan Satuan Acara Penyuluhan (SAP), pembuatan power point, pembuatan poster dan pembuatan spanduk. Tahap persiapan (briefing menentukan hal-hal yang berkenaan dengan pelaksanaan PkM. Tahap pelaksanaan (melaksanakan kegiatan PkM) dan Tahap evaluasi.

HASIL

Analisis masalah yang dilakukan terdiri dari mengkaji permasalahan yang terjadi di sekolah SDN pengambangan 6, pada hasil masalah yang ada, didapatkan bahwa berdasarkan hasil dari pre test dan post test yang kami lakukan kepada anak SDN pengambangan 6, yang rata-rata sering memainkan gadgetnya sepanjang hari kurang sehat untuk tumbuh kembang. Untuk mengetahui pengetahuan anak SDN pengambangan 6 setelah dilakukan edukasi mengenai waspada gadget untuk tumbuh kembang anak yaitu dengan cara mengisi kuesioner pre test dan post test yang dimana isi dari pre test dan post test dari 25 orang di dapatkan peningkatan pengetahuan.

Dengan demikian program yang dijalankan sesuai dengan harapan. Berikut dibawah ini rata-rata hasil dari waspada gadget untuk tumbuh kembang anak. Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan nilai rata-rata Pre-Test 64 dan nilai rata-rata Post-Test 86, yang dimana setelah materi diberikan terdapat perubahan sebesar 22 point yang berarti pemberian edukasi ini meningkatkan pemahaman para siswa SDN Pengambangan 6 mengenai Waspada Bahaya Gadget Untuk Tumbuh Kembang Anak. Hasil selisih Pre-Post dan Post-Test sebanyak 22 point.

Tabel 1. Pre Test & Post Test kuesioner waspada gadget untuk tumbuh kembang anak

No.	Nama	Jenis Kelamin	Nilai Pre Test	Nilai Post Test
1.	R	L	60	90
2.	A	L	50	70
3.	N	P	70	80
4.	A	L	70	90
5.	J	P	80	90
6.	G	L	70	90
7.	S	P	70	80
8.	G	L	60	80
9.	D	P	60	80
10.	R	L	40	80
11.	I	L	60	90
12.	B	L	40	80
13.	Z	L	60	80
14.	W	L	90	100
15.	N	L	50	80
16.	Z	L	70	90
17.	M	P	60	80
18.	A	L	70	90
19.	F	L	90	100
20.	D	L	30	70
21.	A	P	80	90
22.	G	P	80	100
23.	R	L	70	90
24.	A	P	60	90
25.	N	P	60	90
Rata-rata			64	86
Selisih Pre-Post dan Post-Test				22

Tabel 2. Tingkat Pre-Test

Kategori Pengetahuan	Jumlah siswa	Presentase
Tinggi (80-100)	5	20%
Sedang (60-79)	15	60%
Rendah <60	5	20%



Gambar 1. Grafik hasil pretes

Tabel 3. Tingkat Post-Test

Kategori Pengetahuan	Jumlah siswa	Presentase
Tinggi (80-100)	23	92%
Sedang (60-79)	2	8%
Rendah <60	0	0%



Gambar 2. Grafik hasil postest

Berdasarkan data pada tabel 1, 2, dan 3 di atas didapatkan hasil Pre-Test tingkat pengetahuan mengenai waspada bahaya gadget untuk tumbuh kembang anak pada siswa kelas 5 dan 6 SDN Pengambangan 6 Banjarmasin memiliki presentase nilai dimana nilai terendah 30 dan nilai tertinggi 90, serta pada hasil Post-Test Tingkat pengetahuan siswa didapatkan presentase rata-rata dimana nilai terendah 70 dan nilai tertinggi 100. Berdasarkan hasil dari rata-rata Pre-Test dan Post-Test didapatkan perubahan sebanyak 22, selain itu juga didapatkan presentase peningkatan pengetahuan sebanyak 72%.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil Pre-Test 20% siswa yang sudah memahami bahaya gadget untuk tumbuh kembang dan 60% siswa yang cukup memahami mengenai bahaya gadget serta 20% siswa yang belum tahu bahaya gadget untuk tumbuh kembang sebelum pemaparan materi. Berdasarkan hasil Post-Test terdapat 92% siswa sudah memahami bahaya gadget untuk tumbuh kembang dan 8% siswa cukup memahami bahaya gadget serta tidak ada siswa yang masih belum mengerti tentang bahaya gadget untuk tumbuh kembang setelah diberikan materi tentang bahaya gadget untuk tumbuh kembang anak.

Perilaku anak dalam menggunakan gadget memiliki dampak positif maupun negatif. Dampak positif dari penggunaan gadget antara lain untuk memudahkan seorang anak dalam mengasah kreativitas dan kecerdasan anak. Seperti adanya aplikasi mewarnai, belajar membaca, dan menulis huruf tentunya memberikan dampak positif bagi perkembangan otak anak. Anak-anak tidak memerlukan waktu dan tenaga yang lebih untuk belajar membaca dan menulis di buku atau kertas (Novitasari & Khotimah, 2019).

Akan tetapi dibalik kelebihan tersebut lebih dominan pada dampak negatif yang berpengaruh terhadap perkembangan anak. Salah satunya adalah radiasi dalam gadget yang dapat merusak jaringan syaraf dan otak anak bila anak sering menggunakan gadget. Selain itu, juga dapat menurunkan daya aktif anak dan kemampuan anak untuk berinteraksi dengan orang lain. Anak menjadi lebih individual dengan zona nyamannya bersama gadget sehingga kurang memiliki sikap peduli terhadap teman bahkan orang lain. (Chusna, 2019).

Analisis yang di dapatkan yaitu, SDN Pengambangan 6 Banjarmasin merupakan sekolah yang letaknya di perkotaan sehingga mereka agak sedikit susah untuk menerapkannya, karena seiring berkembangnya zaman. Siswa di SDN tersebut pun berkeinginan untuk manajemen waktu untuk penggunaan gadget. Analisis kegiatan yang sudah di laksanakan didapatkan peserta antusias mengikuti kegiatan edukasi dari awal sampai selesai sebanyak 25 peserta dibuktikan saat tanya jawab terdapat 5 peserta

yang bertanya dan saat evaluasi mereka bisa menjawab secara verbal dari pemateri serta saat mengisi kuesioner mereka bisa menjawab dengan benar.



Gambar 3. Penyampaian Materi

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada siswa di SDN Pengambangan 6 Banjarmasin mengenai Waspada Gadget Untuk Tumbuh Kembang Anak berjalan dengan baik. Hasilnya menunjukkan bahwa peserta dapat memahami materi yang diajarkan, seperti dibuktikan oleh perbedaan skor kuesioner sebelum dan sesudah pelatihan. Interaksi aktif antara mahasiswa dan siswa juga terjadi, terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh siswa. Saran dari kegiatan ini adalah untuk menyebarluaskan pengetahuan tentang Waspada Gadget Untuk Tumbuh Kembang Anak di sekolah-sekolah agar lebih banyak pihak yang mendapatkan manfaat dari pelatihan ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Universitas Sari Mulia dan kepada Dosen Pembimbing yang telah mendukung terlaksananya kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tentang Waspada Gadget Untuk Tumbuh Kembang Anak.

REFERENSI

- Chusna, P. A. (2019). Pengaruh media gadget pada perkembangan karakter anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Penelitian Sosial Keagamaan*, 17(2), 315–330.
- Novitasari, W., & Khotimah, N. (2019). Dampak penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak usia 5-6 tahun. *Jurnal PAUD Teratai*, 5(3), 182–186.



This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) 4.0 license.