

PENDIDIKAN KESEHATAN DAMPAK PENGGUNAAN GADGET PADA ANAK ANAK DI SD NEGERI 200119 KOTA PADANGSIDIMPUAN TAHUN 2023

Nurhanifah Siregar¹, Norma Yanti Rambe²

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Darmais Padangsidimpuan

(nurhanifahsiregar90@gmail.com , normayantirambe89@gmail.com , 085275009745)

ABSTRAK

Penggunaan *gadget* pada zaman modren ini sudah menjadi kebutuhan bagi masyarakat karena banyak aktivitas yang bisa dilakukan dan diselesaikan. Penggunaan *gadget* pada anak usia sekolah mempunyai dampak positif dan dampak negatif . Dampak buruk yang muncul pada anak anak apabila menggunakan gadget secara berlebihan yaitu adanya gangguan pada kesehatan mata dapat menurunkan konsentrasi. Pendidikan kesehatan pendidikan kesehatan dampak penggunaan gadget pada anak anak Edukasi bertujuan untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan tentang dampak penggunaan *gadget* pada anak anak. Sasaran dalam kegiatan ini adalah Anak anak kelas V SD Negeri 200119 Kota padangsidimpuan. Edukasi dilakukan dengan cara ceramah tatap muka dan diskusi di dalam kelas. Hasil dari kegiatan tersebut adalah peserta lebih memahami dan mengerti tentang dampak penggunaan *gadget* terhadap kesehatan.

Kata kunci : *Gadget*, anak anak

ABSTRACT

The use of gadgets in this modern era has become a necessity for the community because many activities can be done and completed. The use of gadgets in school-age children has a positive impact and a negative impact. The adverse effects that arise in children when using gadgets excessively are eye health problems that can reduce concentration. Health education on the impact of gadget use on children Education aims to provide understanding and knowledge about the impact of gadget use on children. The target of this activity is fifth-grade children of SD Negeri 200119 Padangsidimpuan City. Education is carried out using face-to-face lectures and discussions in the classroom. The result of the activity was that the participants better understood and understood the impact of gadget use on health.

Keywords: *Gadgets, children*

1. PENDAHULUAN

Gadget merupakan salah satu kemajuan di bidang teknologi dan informasi yang diciptakan untuk mempermudah manusia dalam melakukan komunikasi. Penggunaan *gadget* pada zaman modren ini sudah menjadi kebutuhan bagi masyarakat karena banyak aktivitas yang bisa dilakukan dan diselesaikan. Dengan adanya *gadget* dapat mempermudah akses informasi jarak jauh menjadi dekat mengakses segala jaringan internet serta bisa berkomunikasi dengan seluruh dunia.

Saat ini Saat ini tidak hanya orang

dewasa tetapi juga remaja dan anak-anak sudah menggunakan gadget. Sekarang ini hampir seluruh anak anak sudah menggunakannya. Anak anak pada prinsipnya masih dilarang dan belum saatnya menggunakan *gadget* karena dapat menimbulkan perilaku konsumtif yang berlebihan, sehingga dalam penggunaannya sehari hari anak anak butuh pengawasan yang ketat oleh orang dewasa (Ariston and Frahasini 2018).

Masa kanak-kanak adalah masa emas yang tidak dapat terulang kembali, masa sensitif dan berkembangnya seluruh

aspek perkembangan anak, yang nantinya akan menjadi dasar bagi perkembangan selanjutnya (Setyarini 2019).

Penggunaan *gadget* pada anak usia sekolah mempunyai dampak positif dan dampak negatif. Dampak positifnya dapat meningkatkan kreatifitas anak karena dapat digunakan sebagai media pembelajaran audio visual untuk menambah pengetahuan. Namun penggunaan *gadget* pada anak usia sekolah sekarang ini pada kenyataannya lebih banyak digunakan untuk bermain game dan sosial media serta penggunaannya dalam jangka waktu lama dan secara terus menerus sehingga berdampak buruk pada anak-anak. Dampak buruk yang muncul pada anak-anak apabila menggunakan *gadget* secara berlebihan yaitu adanya gangguan pada kesehatan mata dapat menurunkan konsentrasi anak.

Dampak buruk bagi anak sekolah yaitu menjadi malas belajar, sulit membagi waktu karena terlalu fokus dengan *gadget* yang dimilikinya. Apalagi anak-anak jaman sekarang yang lebih *up to date* dengan *gadget* yang dimilikinya, secara otomatis akan lebih banyak yang menggunakan *gadget*. Apabila sudah terlalu sering menggunakan *gadget* atau kecanduan *gadget*, maka akan sangat sulit untuk melepaskan kecanduannya. Akibatnya remaja-anak-anak sekarang lebih asik dengan *gadget*nya dibandingkan dengan orang tuanya atau temannya.

Fenomena yang sering terlihat sekarang ini anak-anak lebih senang atau tertarik untuk curhat atau mengeluarkan isi hatinya di jejaring sosial menggunakan *gadget* dibandingkan berbicara dengan orang tuanya. Tidak sedikit juga anak-anak yang menggunakan *gadget* tersebut sebagai alat untuk mencari informasi-informasi yang tidak seharusnya.

2. METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kesehatan masyarakat menggunakan metode ceramah dan diskusi. Ada tiga tahapan pelaksanaan kegiatan yang dilakukan yaitu:

1. Persiapan

Persiapan kegiatan pengabdian yang dilakukan yaitu

- 1) Melakukan survey lokasi pengabdian sekaligus meminta izin untuk melaksanakan kegiatan pengabdian ke lokasi pengabdian.
 - 2) Meyusun materi untuk digunakan pada saat memberikan pendidikan.
 - 3) Menyiapkan peralatan yang diperlukan.
- ### 2. Pelaksanaan

Kegiatan yang dilakukan pada saat pelaksanaan kegiatan pendidikan yaitu :

- 1) Memberikan pendidikan tentang dampak negatif tentang penggunaan *gadget* yang berlebihan
 - 2) Memberikan Sesi tanya kepada siswa tentang materi yang disampaikan.
- ### 3. Evaluasi
1. Evaluasi awal dilaksanakan dengan memberikan pretest kepada siswa untuk melihat sejauh mana pemahaman awal siswa terhadap dampak buruk yang terjadi apabila menggunakan *gadget* secara berlebihan
 2. Evaluasi akhir dilaksanakan dengan memberikan *posttest* untuk menilai apakah pemahaman siswa meningkat setelah diberikan pendidikan tentang dampak buruk yang terjadi apabila menggunakan *gadget* secara berlebihan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan selama satu hari pada tanggal 15 April tahun 2023 di SD Negeri No 200119 Kota Padangsidimpuan oleh 2 orang dosen dan 2 orang mahasiswa. Sasaran pada kegiatan pengabdian ini adalah kelas V SD sebanyak 57 orang.

Pengabdian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk memberikan pemahaman dan informasi kepada anak usia sekolah tentang bagaimana menggunakan *gadget* untuk anak sesuai dengan usianya serta dampak buruk dari penggunaan *gadget* dengan intensitas yang lama bagi kesehatan.

Rangkaian kegiatan pengabdian yang dilaksanakan yaitu dimulai dengan :

1. Pendahuluan.
2. Evaluasi awal dengan memberikan pretest untuk melihat sejauh mana pengetahuan siswa mengenai dampak

- kesehatan penggunaan gadget.
3. Penyampaian materi pendidikan kesehatan.
 4. Diskusi dan tanya jawab seputar materi edukasi yang disampaikan
 5. Evaluasi akhir dengan memeberikan *posttest* untuk melihat apakah pengetahuan siswa bertambah setelah diberikan edukasi.

Hasil dari kegiatan pengabdian ini berddasarkan hasil *pretest* dan *posttest* adalah pengetahuan siswa bertambah tentang penggunaan gadget dan dampak penggunaannya terhadap kesehatan apabila digunakan dengan instensitas yang lama.

Tabel 1

Distribusi Pengetahuan Siswa Sebelum Diberikan Edukasi

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	5	8,8
Cukup	9	15,8
Kurang	43	75,4
Jumlah	57	100

Pengetahuan siswa kelas V berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa tingkat pengetahuan siswa sebelum diberikan edukasi yairu sebanyak 75,4% masih memiliki pengetahuan yang kurang tentang penggunaan gadget dan dampaknya bagi kesehatan.

Berdasarkan hasil jawaban *pretest* diketahui bahwa siswa masih banyak yang menggunakan gadget lebih dari 4 jam dalam satu hari. Mereka juga belum mengetahui batasan penggunaan gadget untuk anak seusia mereka. Selain itu sebagian besar dari siswa juga belum mengetahui dampak penggunaan gadget terlalu lama bagi kesehatan tubuh mereka.

Menurut Asosiasi dokter anak Amerika dalam dan Canada Intensitas penggunaan *gadget* pada anak usia 0-2 tahun tidak boleh terpapar *gadget*, anak usia 3-5 tahun dibatasi 1 jam perhari, dan 2 jam perhari untuk anak berusia 6-18 tahun (Antonius, 2016) dalam (Prasetyaningsih 2018).

Pemakaian gadget dikategorikan dengan intensitas tinggi jika menggunakan gadget dengan durasi lebih dari 120 menit /hari dan dalam sekali pemakaiannya

berkisar > 75 menit. Selain itu, dalam sehari bisa berkali – kali (lebih dari 3 kali pemakaian) pemakaian gadget dengan durasi 30 – 75 menit akan menimbulkan kecanduan dalam pemakaian gadget. Selanjutnya, penggunaan gadget dengan intensitas sedang jika menggunakan gadget dengan durasi lebih dari 40-60 menit /hari dan intensitas penggunaan dalam sekali penggunaan 2 – 3 kali/hari setiap penggunaan (Setyarini 2019).

Tabel 2

Distribusi Pengetahuan Siswa Sesudah Diberikan Edukasi

Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	35	61,4
Cukup	14	24,6
Kurang	8	14,0
Jumlah	57	100

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa pengetahuan dan pemahaman siswa meningkat setelah diberikan edukasi tentang penggunaan gadget dan dampaknya bagi kesehatan.

Pemahaman siswa semakin meningkat setelah diberikan edukasi dibuktikan dengan siswa sangat antusias dalam memberikan pertanyaan ketika diberikan sesi tanya jawab.

Pada saat acara berlangsung siswa yang hadir di dalam kelas antusias dengan a materi edukasi yang disampaikan. Hal ini dibuktikan pada saat sesi tanya jawab banyak siswa yang bertanya tentang materi yang disampikan. Sehingga mereka lebih memahami dan mengerti tentang bagaimana penggunaan *gadget* dengan yang benar untuk anak usia mereka.

Yang membuat para siswa lebih paham dan mengerti lagi tentang penggunaan gadget ini dan bagaiman cara mengatasi agar tidak ada hal yang tidak diinginkan. Hal ini diharapkan dapat memberikan pengaruh positif bagi para siswa, mengingat akan bahayanya gadget saat digunakan secara berlebihan

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan dengan cara

memberikan pendidikan kesehatan kepada siswa sekolah dasar .

Saran

- Diharapkan peran orangtua di rumah untuk memantau penggunaan gadget pada anak.
- Diharapkan terjadinya perubahan perilaku pada anak-anak dalam intensitas penggunaan *gadget*.

5. REFERENSI

- Ariston, Yummi, and Frahasini Frahasini. 2018. "Dampak Penggunaan Gadget Bagi Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar." *Journal of Educational Review and Research* 1(2): 86.
- Prasetyaningsih, Novia. 2018. "Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Pendidikan Dasar Di Jorong Laras Minang Nagari Kurnia Selatan Kecamatan Sungai Rumbai Kabupaten Dharmasraya." *Advanced Drug Delivery Reviews*. <https://doi.org/10.1016/j.addr.2018.07.012>[http://www.capsulae.com/media/Microencapsulation - Capsulae.pdf](http://www.capsulae.com/media/Microencapsulation-Capsulae.pdf)<https://doi.org/10.1016/j.jaerosci.2019.05.001>.
- Prasetyaningsih, Novia. 2018. "Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Pendidikan Dasar Di Jorong Laras Minang Nagari Kurnia Selatan Kecamatan Sungai Rumbai Kabupaten Dharmasraya." *Advanced Drug Delivery Reviews*. <https://doi.org/10.1016/j.addr.2018.07.012><http://www.capsulae.com/media/Microencapsulation - Capsulae.pdf><https://doi.org/10.1016/j.jaerosci.2019.05.001>.
- Setyarini, Angraini Dyah. 2019. "Journal of Community Engagement and Negative Effect Counseling of Using Gadget on Children." *Journal of Community Engagement and Employment* 01(01): 1-5.

6. DOKUMENTASI KEGIATAN

