

Penyuluhan Bahaya Penggunaan Gadget Pada Anak-Anak Pada Acara Ramadhan di Lingkungan Maleer, Kecamatan Batununggal Bandung

Neneng Yuniarty^{1✉}, Cahyadi Agustin², Rina Kurniawati³, Rini Suwartika⁴, Candra Mecca Sufyana⁵, Eva Nur Ardiani⁶

Manajemen Informasi Kesehatan, Politeknik Piksi Ganesha, Bandung, Indonesia, 40274

E-mail : ne2ngyuniarty@gmail.com ✉

Info Artikel:

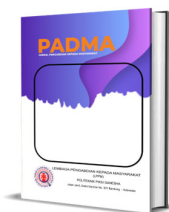
Diterima : 16 Mei 2023

Diperbaiki : 26 Mei 2023

Disetujui : 31 Mei 2023

Keywords: Training, Gadget, Children, Education

Abstract: In today's digital age, it is important to educate children about the dangers of using gadgets. Children are increasingly exposed to technology and using gadgets has become an integral part of their daily lives. While gadgets can offer benefits, excessive and uncontrolled use at a very young age carries a number of risks and harms. The purpose of this non-profit activity is to provide a better understanding of the dangers of using devices among children and the importance of controlling their use during Ramadan events in the Maleer area of Bandung's Batununggal district. Through the advice, it is hoped that parents, educators and the general public can understand the risks associated with excessive device use among children. This summary provides an overview of the various dangers that overuse of devices can pose to children. The most common adverse effects include sleep disturbances, reduced quality of social interaction, addiction, physical health problems, and reduced academic performance. These dangers can affect children's cognitive, emotional, and social development. Reducing the negative impact of gadget use on children requires collaboration between parents, educators and the community. Counseling can be a powerful tool to raise awareness and knowledge about the dangers of device use among children. With a better understanding, there is hope that a healthy and balanced environment can be created for children as they navigate this digital age. Consultation participants' understanding of the dangers of using gadgets increased by 27%.

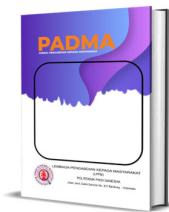


Kata Kunci : Pelatihan,
Gadget, Anak-Anak,
Pendidikan

Abstrak : Penyuluhan mengenai bahaya penggunaan gadget pada anak-anak menjadi hal yang penting dalam era digital saat ini. Anak-anak semakin terpapar dengan teknologi, dan penggunaan gadget telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari mereka. Meskipun gadget dapat memberikan manfaat, terdapat sejumlah risiko dan bahaya yang terkait dengan penggunaan yang berlebihan dan tidak terkendali pada usia yang masih sangat muda. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bahaya penggunaan gadget pada anak-anak dan pentingnya mengontrol penggunaannya pada acara Ramadhan di Lingkungan Maleer Kecamatan Batununggal Bandung. Melalui penyuluhan, diharapkan orang tua, pendidik, dan masyarakat umum dapat memahami risiko yang terkait dengan penggunaan gadget yang berlebihan pada anak-anak. Abstrak ini mencakup tinjauan terhadap berbagai bahaya yang mungkin dihadapi oleh anak-anak akibat penggunaan gadget yang berlebihan. Dampak negatif yang paling umum meliputi gangguan tidur, penurunan kualitas interaksi sosial, kecanduan, masalah kesehatan fisik, dan penurunan kinerja akademik. Bahaya ini dapat memengaruhi perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak-anak. Dalam upaya mengurangi dampak negatif penggunaan gadget pada anak-anak, diperlukan kolaborasi antara orang tua, pendidik, dan masyarakat. Penyuluhan dapat menjadi alat efektif untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang bahaya penggunaan gadget pada anak-anak. Dengan pemahaman yang lebih baik, diharapkan dapat tercipta lingkungan yang sehat dan seimbang bagi anak-anak dalam menghadapi era digital ini. Terjadi peningkatan pemahaman peserta penyuluhan sebesar 27 % dalam memahami bahaya penggunaan gadget.

Pendahuluan

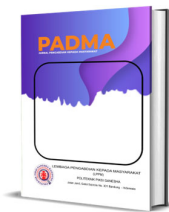
Di era digital saat ini, kekhawatiran mengenai penggunaan gadget pada anak-anak semakin meningkat. Anak-anak semakin terpapar dengan teknologi, dan penggunaan gadget telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari



mereka. Meskipun gadget memberikan berbagai manfaat, terdapat risiko dan bahaya potensial yang terkait dengan penggunaan gadget yang berlebihan dan tidak terkendali, terutama pada usia yang masih sangat muda. Kemajuan teknologi yang pesat telah memberikan anak-anak akses yang belum pernah terjadi sebelumnya ke smartphone, tablet, konsol game, dan perangkat elektronik lainnya. Gadget-gadget ini menawarkan hiburan, konten edukatif, dan konektivitas dengan dunia online. Namun, penggunaan gadget yang berlebihan dapat berdampak buruk pada kesehatan fisik, perkembangan kognitif, interaksi sosial, dan kesejahteraan anak-anak secara keseluruhan.

Salah satu perhatian utama adalah dampak penggunaan gadget pada kesehatan fisik anak-anak. Waktu yang terlalu lama di depan layar dapat menyebabkan gaya hidup yang kurang aktif dan meningkatkan risiko obesitas. Lama duduk dan terpaku pada layar juga dapat menyebabkan ketegangan mata, menyebabkan masalah penglihatan dan kelelahan mata pada anak-anak. Perkembangan kognitif juga rentan terhadap pengaruh penggunaan gadget yang berlebihan. Paparan yang terus-menerus pada layar dan media digital dapat mengganggu konsentrasi, daya tahan perhatian, dan pemrosesan informasi pada anak-anak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat menghambat perkembangan keterampilan pemecahan masalah, kemampuan berpikir kritis, dan kreativitas. Selain itu, penggunaan gadget yang berlebihan juga dapat berdampak negatif pada interaksi sosial anak-anak. Menghabiskan waktu yang terlalu lama dengan gadget dapat mengurangi interaksi tatap muka dan membatasi kesempatan untuk mengembangkan dan mempraktikkan keterampilan sosial. Hal ini dapat menghambat pembentukan hubungan yang berarti, empati, dan komunikasi yang efektif.

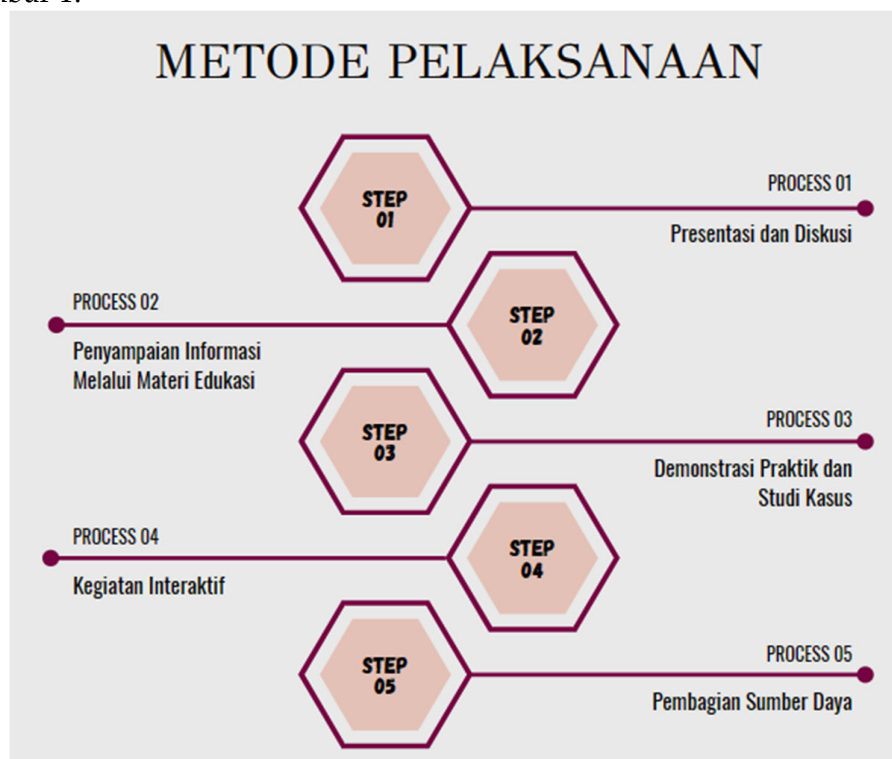
Kesejahteraan emosional juga terancam ketika anak-anak terlalu banyak terpapar media digital. Paparan yang berlebihan terhadap konten digital, terutama yang bersifat kekerasan atau tidak sesuai dengan usia mereka, dapat mempengaruhi perkembangan emosi anak-anak. Hal ini dapat meningkatkan agresi, kecemasan, dan mempengaruhi persepsi mereka terhadap realitas. Mengakui risiko potensial tersebut, penting bagi orang tua, pendidik, dan masyarakat secara keseluruhan untuk memahami bahaya penggunaan gadget yang berlebihan dan mengambil langkah-langkah proaktif untuk mengendalikan penggunaannya secara bijaksana. Membuat pedoman yang jelas untuk penggunaan gadget, mendorong keseimbangan antara waktu di depan layar dengan kegiatan lainnya, dan mendorong anak-anak untuk bermain di luar dan berinteraksi secara langsung adalah langkah-langkah penting dalam menjaga kesejahteraan anak-anak.



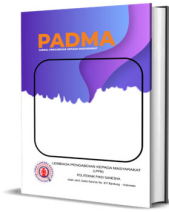
Dalam kesimpulannya, meskipun gadget memberikan berbagai manfaat, penggunaan yang berlebihan dan tidak terkendali dapat memiliki risiko potensial pada berbagai aspek perkembangan anak-anak. Oleh karena itu, dalam kegiatan PKM ini bertujuan untuk memberikan penyuluhan mengenai bahaya gadget pada anak-anak di sekitar Kampus Politeknik Piksi Ganesha yaitu Lingkungan Kewilayahan Maleer Kecamatan Batununggal. Penting untuk meningkatkan kesadaran mengenai bahaya penggunaan gadget dan mengimplementasikan strategi untuk mengatur penggunaannya secara bertanggung jawab pada anak-anak. Dengan mengambil langkah-langkah proaktif, kita dapat menciptakan lingkungan digital yang sehat dan seimbang bagi anak-anak, di mana gadget digunakan sebagai alat pembelajaran dan pertumbuhan, bukan sebagai ancaman bagi kesejahteraan mereka.

Metode

Metode Penyuluhan Bahaya Penggunaan Gadget Pada Anak-Anak diperlihatkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Metode Pelaksanaan Kegiatan PKM

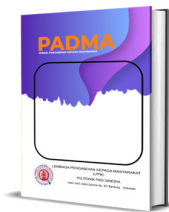


Metode tersebut dapat dijelaskan pada rincian berikut:

1. Presentasi dan Diskusi: Penyuluhan dapat dimulai dengan presentasi yang menggambarkan bahaya penggunaan gadget pada anak-anak. Diskusi interaktif dapat diadakan setelah presentasi untuk melibatkan peserta dan memfasilitasi pertukaran ide, pemahaman, dan pengalaman terkait.
2. Penyampaian Informasi Melalui Materi Edukasi: Persiapan materi edukasi yang jelas dan informatif merupakan bagian penting dari penyuluhan. Materi tersebut harus mencakup bahaya penggunaan gadget, efek negatifnya, serta cara mengatur dan mengontrol penggunaan gadget pada anak-anak.
3. Demonstrasi Praktik dan Studi Kasus: Penyuluhan dapat melibatkan demonstrasi praktik tentang pengaturan waktu penggunaan gadget, pemilihan konten yang sesuai, dan cara mengurangi paparan anak-anak terhadap gadget. Hal ini dapat membantu peserta untuk memahami secara langsung bagaimana menerapkan praktik yang sehat dalam penggunaan gadget pada anak-anak. Untuk Studi Kasus melibatkan studi kasus nyata dapat memberikan contoh konkret mengenai bahaya penggunaan gadget pada anak-anak. Kasus-kasus ini dapat mengilustrasikan dampak negatif dan memberikan wawasan tentang situasi yang harus dihindari.
4. Kegiatan Interaktif: Penyuluhan dapat melibatkan kegiatan interaktif, seperti permainan atau simulasi, yang dirancang untuk meningkatkan pemahaman peserta mengenai bahaya penggunaan gadget. Aktivitas ini dapat membantu peserta dalam menginternalisasi dan menerapkan pengetahuan yang telah mereka peroleh.
5. Pembagian Sumber Daya: Selama penyuluhan, penting untuk menyediakan sumber daya tambahan yang bermanfaat bagi peserta, seperti brosur, pamflet, atau buku panduan mengenai penggunaan gadget yang sehat dan bijaksana pada anak-anak. Sumber daya ini dapat memberikan informasi yang dapat diakses kembali setelah penyuluhan selesai.
6. Dengan menggunakan metode-metode penyuluhan yang efektif ini, diharapkan peserta dapat memahami bahaya penggunaan gadget pada anak-anak dan mampu mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mengontrol penggunaannya secara bijaksana.

Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan Pengabdian Pada Masyarakat ini dilaksanakan pada Jumat tanggal 07 April 2023 di Mesjid Kewilayahan Maleer Kecamatan Batununggal Kota Bandung.



Dalam penyuluhan mengenai bahaya penggunaan gadget pada anak-anak, penting untuk membahas hasil dan pembahasan yang relevan untuk memberikan pemahaman yang lebih baik kepada peserta. Berikut adalah beberapa hasil dan pembahasan yang dapat dicakup dalam penyuluhan:

1. Dampak Negatif pada Kesehatan Fisik

Penyuluhan dapat menggambarkan dampak penggunaan gadget yang berlebihan pada kesehatan fisik anak-anak, seperti risiko obesitas, masalah postur tubuh, dan masalah penglihatan. Hal ini penting untuk mendorong peserta agar membatasi waktu layar dan mendorong kegiatan fisik yang aktif.

2. Gangguan Tidur:

Penyuluhan dapat menyoroti dampak penggunaan gadget pada pola tidur anak-anak. Penjelasan mengenai cahaya biru yang dipancarkan oleh layar gadget dan pengaruhnya terhadap produksi melatonin dapat membantu peserta memahami pentingnya menghindari penggunaan gadget sebelum tidur.

3. Penurunan Kualitas Interaksi Sosial:

Penyuluhan dapat membahas bagaimana penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengganggu interaksi sosial anak-anak dengan teman sebaya, keluarga, dan lingkungan sekitar. Pemahaman akan pentingnya berinteraksi secara langsung dan membangun hubungan yang sehat dapat mendorong peserta untuk mengurangi waktu di depan layar.

4. Kecanduan:

Penyuluhan dapat memperkenalkan konsep kecanduan gadget dan bahaya yang terkait dengannya. Peserta dapat diberi pemahaman mengenai perilaku kecanduan, tanda-tanda kecanduan gadget pada anak-anak, serta langkah-langkah yang dapat diambil untuk mencegah dan mengatasi kecanduan tersebut.

5. Masalah Kesehatan Fisik dan Kinerja Akademik:

Penyuluhan dapat membahas dampak penggunaan gadget yang berlebihan pada kesehatan fisik, seperti masalah postur tubuh dan kelelahan mata, yang dapat mempengaruhi kinerja akademik anak-anak. Peserta dapat diberi pemahaman mengenai pentingnya istirahat yang cukup dan penggunaan yang bijaksana dari gadget dalam meningkatkan kinerja belajar.

6. Peran Orang Tua dan Pendidik:

Penyuluhan dapat menekankan pentingnya peran orang tua dan pendidik dalam mengontrol penggunaan gadget pada anak-anak. Diskusi dapat difokuskan pada strategi praktis yang dapat diterapkan di rumah dan di

sekolah, seperti membuat aturan waktu penggunaan gadget, memantau konten yang diakses, dan menghadirkan alternatif kegiatan yang lebih bermanfaat.

7. Sumber Daya dan Dukungan:

Penyuluhan dapat memberikan informasi tentang sumber daya dan dukungan yang tersedia bagi peserta, seperti panduan penggunaan gadget yang sehat, aplikasi pengatur waktu, dan grup dukungan online. Peserta dapat diberi pemahaman.

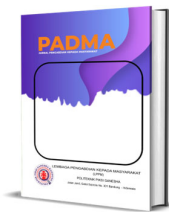
Pada pelaksanaannya peserta antusias dalam diskusi, tanya jawab, menyampaikan ide, bersedia mengikuti dari awal hingga selesai acara. Dokumentasi kegiatan dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Penyuluhan Bahaya Gadget

Setelah penyuluhan mengenai bahaya penggunaan gadget pada anak-anak, penting untuk melakukan evaluasi guna menilai efektivitas penyuluhan tersebut. Berikut adalah beberapa faktor yang dapat dievaluasi:

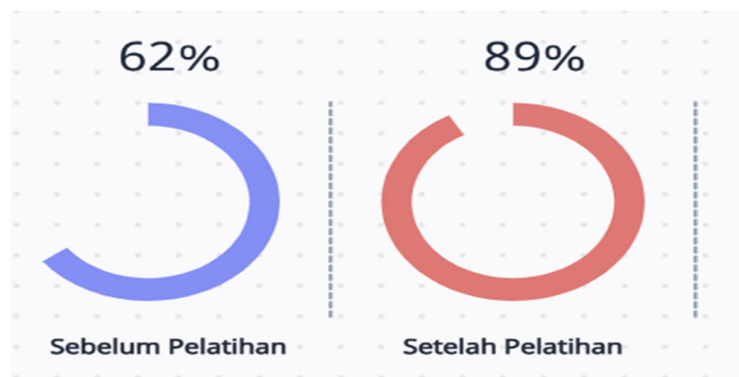
1. Peningkatan Pengetahuan: Evaluasi dapat dilakukan untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan. Hal ini dapat dilakukan melalui kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan, yang berfokus pada pemahaman mereka mengenai bahaya penggunaan gadget pada anak-anak.



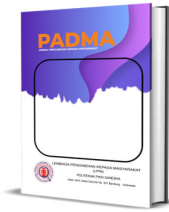
2. Perubahan Sikap: Evaluasi juga dapat melibatkan penilaian perubahan sikap peserta terkait penggunaan gadget pada anak-anak. Peserta dapat diminta untuk mengisi survei yang mengevaluasi perubahan dalam sikap mereka terhadap pengaturan waktu penggunaan gadget, pembatasan akses terhadap konten yang tidak sesuai, dan pentingnya kegiatan di luar layar.
3. Perubahan Perilaku: Evaluasi dapat mencakup penilaian perubahan perilaku peserta setelah penyuluhan. Peserta dapat diminta untuk mencatat waktu penggunaan gadget mereka dan kegiatan alternatif yang dilakukan setelah penyuluhan. Hal ini dapat memberikan gambaran tentang sejauh mana peserta menerapkan pemahaman yang telah mereka peroleh.
4. Umpan Balik Peserta: Melalui diskusi kelompok atau survei umpan balik, peserta dapat memberikan penilaian mereka terhadap penyuluhan secara keseluruhan. Pertanyaan mengenai kejelasan materi, metode penyampaian, dan kebermanfaatan penyuluhan dapat membantu dalam mengevaluasi efektivitas penyuluhan.
5. Dampak jangka panjang: Evaluasi dapat mencakup penilaian dampak jangka panjang penyuluhan terhadap penggunaan gadget pada anak-anak. Melalui survei follow-up yang dilakukan beberapa bulan setelah penyuluhan, dapat dievaluasi apakah peserta masih menerapkan praktik yang sehat dan bijaksana terkait penggunaan gadget pada anak-anak.

Dengan melakukan evaluasi yang komprehensif, dapat diidentifikasi kekuatan dan kelemahan penyuluhan serta memberikan masukan untuk perbaikan di masa mendatang. Evaluasi juga dapat membantu dalam menilai sejauh mana penyuluhan telah mencapai tujuannya untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran mengenai bahaya penggunaan gadget pada anak-anak.

Pemahaman peserta terhadap bahaya penggunaan gadget sebelum dan setelah pelatihan dapat dilihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Pemahaman Peserta Sebelum Dan Setelah Pelatihan



Pada Gambar dapat dilihat terjadi peningkatan pemahaman peserta penyuluhan sebesar 27% dalam memahami bahaya penggunaan gadget yang mana sebelum pelatihan pemahaman peserta pada 62% dan setelah pelatihan menjadi 89%.

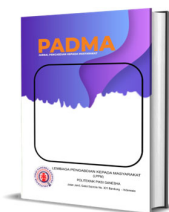
Kesimpulan

Penyuluhan mengenai bahaya penggunaan gadget pada anak-anak merupakan langkah penting dalam mengedukasi orang tua, pendidik, dan masyarakat umum tentang dampak negatif yang mungkin timbul akibat penggunaan gadget yang berlebihan dan tidak terkendali. Berdasarkan hasil dan pembahasan penyuluhan, dapat disimpulkan hal-hal berikut:

1. Gadget memberikan manfaat, namun penggunaan yang berlebihan dan tidak terkendali pada anak-anak dapat memiliki dampak negatif pada berbagai aspek perkembangan mereka.
2. Dampak negatif penggunaan gadget pada anak-anak meliputi gangguan tidur, penurunan kualitas interaksi sosial, kecanduan, masalah kesehatan fisik, dan penurunan kinerja akademik.
3. Peran orang tua, pendidik, dan masyarakat sangat penting dalam mengontrol penggunaan gadget pada anak-anak dan menciptakan lingkungan yang sehat dan seimbang.
4. Metode penyuluhan yang efektif meliputi presentasi dan diskusi, penyampaian informasi melalui materi edukasi, demonstrasi praktik, studi kasus, kegiatan interaktif, pembagian sumber daya, dan kolaborasi dengan komunitas.
5. Evaluasi penyuluhan melibatkan peningkatan pengetahuan, perubahan sikap, perubahan perilaku, umpan balik peserta, dan penilaian dampak jangka panjang.

Dengan meningkatkan pemahaman dan kesadaran melalui penyuluhan, diharapkan dapat tercipta lingkungan yang sehat dan seimbang bagi anak-anak dalam menghadapi era digital ini. Penting untuk terus mengedukasi dan mendukung orang tua, pendidik, dan masyarakat dalam mengontrol penggunaan gadget pada anak-anak demi kesejahteraan dan perkembangan optimal mereka.

Untuk Pemahaman terjadi peningkatan pemahaman peserta penyuluhan sebesar 27% dalam memahami bahaya penggunaan gadget yang mana sebelum pelatihan pemahaman peserta pada 62% dan setelah pelatihan menjadi 89%.



Referensi

- Ariston, P. & F. (2018). Dampak penggunaan gadget bagi perkembangan sosial anak sekolah Dasar. *Journal of Educational Review And Research*, 1 No.2(Desember 2018.), P.86-91.
- Clark, L. (2012). *Gadgets blamed for 70 per cent in child speech problems in just six years*. U.K.: *Www.Dailymail.Co.Uk*.
- Fauziah, R., Yuma, F. M., & Parini, P. (2021). Pemanfaatan Internet dan Smartphone Bagi Kesehatan Komunikasi Keluarga Pada PKK Desa Hessa Air Genting. *Jurnal Pemberdayaan Sosial dan Teknologi Masyarakat*, 1(1), 27-30.
- Mayenti, F. & S. (2018). Dampak penggunaan *gadget* terhadap perkembangan anak usia dini di PAUD dan TK Taruna Islam Pekanbaru. *Jurnal Photon*, Vol. 9, No(Oktober 2018.).
- Nabila, Sarah dan Lisiswanti, Rika. (2017). Dampak Eksposur Layar Monitor Terhadap Gangguan Tidur Dan Tingkat Obesitas Pada Anak-Anak. *Jurnal Majority*, Vol.6 No.2 Maret 2017 Hal.73-78
- Novitasari W & Khotimah N. (2016). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal PAUD Teratai* Vol.05 No.03 Tahun 2016:182-186
- Pangastuti R. (2017). Fenomena Gadget Dan Perkembangan Sosial Bagi Anak Usia Dini. *Indonesian Journal of Islamic Early Childhood Education* Vol.2 No.2 Desember 2017
- Seliwati, S., Halim, P. A., Suwartika, R., Abdussalam, F., Mecca, C., & Aditiarno, R. (2023). Pendampingan Penggunaan Aplikasi Sipedas Berani (Sistem Informasi Pelaporan Dasa Wisma) Kecamatan Batununggal Kota Bandung. *GERVASI: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 7(1), 99-109.
- Sujianti. (2018). Hubungan Lama dan Frekuensi Penggunaan Gadget Dengan Perkembangan Sosial Anak Pra Sekolah Di TK Islam Al Irsyad 01 Cilacap, *Jurnal Kebidanan*, Vol.6 No.1, Tahun 2018, Hal.54-65
- Syifa, D. (2019). Dampak penggunaan *gadget* terhadap perkembangan psikologi pada anak sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 3 No. 4, 527–533.