

Gadget Addiction Pada Anak Di KB Nurul Ulum Desa Gondanglegi Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk

Norma Risnasari^{1*}, Elysabet Herawati², Sarah Azmillaely Mawadha³,

Fina Rahayu⁴, Bella Ananti Purnamaningtyas⁵

normarisnasari@unpkediri.ac.id^{1*}

^{1,2,3,4,5}Program Studi DIII Keperawatan

^{1,2,3,4,5}Universitas Nusantara PGRI Kediri

Received: 07 02 2020. Revised: 24 06 2020. Accepted: 01 08 2020.

Abstract: Gadget addiction is a form of over dependency on cellphone usage. Increasing the number of gadget addictions, children will be at risk of impaired concentration and hyperactivity because gadget addiction affects excessive release of the hormone dopamine. Besides that, children under 5 years old tend to be less sociable and lazy to do activities. They will choose to play gadgets rather than playing outside the home with peers. The aims of this counseling is expected to guardians of students know and understand about gadget addiction in children. The method used in the form of lectures and questions and answers. Based on the results of the pre-test, 8 participants (13,8%) said they did not know about the definition, 5 participants (8,6%) said they did not know the cause, 16 participants (27,6%) did not know the characteristics and 24 participants (41,4%) do not yet know how about to prevent children who are addicted to gadgets. The post-test results, 58 participants (100%) said they knew about the definition, 52 participants (91,4%) said they knew the causes, characteristics and efforts to prevent children who experience addiction to gadgets. therefore, it is expected that parents can prevent and overcome gadget addiction in children by directing the use of these gadgets for positive activities and the assistance of parents.

Keywords: Gadget addiction, Prevention, Children, Parents

Abstrak: *Gadget Addiction* adalah suatu bentuk ketergantungan penggunaan ponsel secara berlebihan. Meningkatnya angka kecanduan *gadget*, *anak* akan beresiko mengalami gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas karena kecanduan *gadget* mempengaruhi pelepasan hormon dopamin yang berlebihan. Selain itu, pada anak usia di bawah 5 tahun cenderung kurang bersosialisasi dan malas beraktivitas. Mereka akan memilih bermain *gadget* dibandingkan bermain di luar rumah bersama teman sebaya. Tujuan penyuluhan ini adalah diharapkan wali murid mengetahui dan memahami tentang *gadget addiction* pada anak. Metode yang digunakan berupa ceramah dan tanya jawab. Berdasarkan hasil pre test, 8 wali murid (13,8%) menyatakan belum tahu tentang pengertian kecanduan *gadget*, 5 wali murid (8,6%) menyatakan belum tahu penyebab kecanduan *gadget*, 16 wali murid (27,6%) belum tahu ciri anak yang mengalami kecanduan *gadget* dan 24 wali murid (41,4%) belum tahu upaya pencegahan anak yang mengalami kecanduan *gadget*. Hasil post test, 58 wali murid (100%) menyatakan tahu tentang pengertian, 52 wali murid (91,4%)

menyatakan tahu penyebab, ciri dan upaya pencegahan anak yang mengalami kecanduan *gadget*. Oleh karena itu, diharapkan orang tua dapat mencegah dan mengatasi kecanduan *gadget* pada anak dengan cara mengarahkan penggunaan *gadget* tersebut untuk kegiatan yang positif serta adanya pendampingan dari orang tua.

Kata kunci : *Gadget addiction*, Pencegahan, Anak, Orang Tua

ANALISIS SITUASI

Gadget adalah sebuah istilah berasal dari Bahasa Inggris yaitu perangkat elektronik kecil yang memiliki tujuan dan fungsi khusus untuk mengunduh informasi terbaru dengan berbagai teknologi maupun fitur terbaru, sehingga membuat hidup manusia menjadi lebih praktis. *Gadget* sendiri dapat berupa komputer atau laptop, tablet pc, *video game* dan juga telepon seluler atau *smartphone* (Setianingsih dkk., 2018). *Gadget Addiction* adalah suatu bentuk ketergantungan penggunaan ponsel secara berlebihan. Dalam kehidupan, *gadget* merupakan kebutuhan yang sangat penting untuk melakukan komunikasi dan segala kegiatan lain dapat dipermudah. Jaman sekarang anak-anak termasuk usia dini, juga sudah mengenal *gadget*. *Gadget* bagi anak berguna untuk meningkatkan kreativitas dan menambah informasi pembelajaran. Namun, *gadget* juga dapat mengakibatkan kecanduan pada anak sehingga mempengaruhi kondisi psikis dan kesehatan anak.

Anak usia di bawah delapan tahun didunia sebanyak 72 persen anak sudah mulai menggunakan perangkat *mobile* seperti *smartphone*, tablet, dan *ipod* sejak tahun 2013, dimana mayoritas anak usia 2 tahun lebih suka menggunakan tablet atau *smartphone* setiap harinya. Angka tersebut meningkat dua kali lipat dibandingkan tahun 2011 yang masih berada di angka 38 persen (Fajriana, 2015). Survei yang dilakukan *eMarketer* didapatkan data pengguna *gadget* meningkat secara signifikan di Indonesia dan diprediksikan masuk empat besar populasi pengguna *gadget* terbesar di dunia pada tahun 2016. *eMarketer* juga memproyeksikan bahwa pada 2016 hingga 2019 pengguna *smartphone* di Indonesia akan terus bertambah, tahun 2017 diperkirakan terdapat 74,9 juta pengguna (Riadi, 2015).

Meningkatnya jumlah penggunaan *gadget* juga meningkatkan angka kecanduan *gadget* pada anak. Kecanduan *gadget* akan meningkatkan prevalensi resiko gangguan pemusatan perhatian dan hiperaktivitas karena kecanduan *gadget* mempengaruhi pelepasan hormon dopamin yang berlebihan sehingga menyebabkan penurunan kematangan *Pre Frontal Cortex* (PFC). Pada anak usia di bawah 5 tahun, penggunaan *gadget* diperbolehkan asal durasinya diperhatikan. Durasi yang disarankan misalkan selama 30 menit saat senggang atau penggunaan *gadget* dibatasi hari Sabtu dan Minggu. Penggunaan *gadget* lebih dari 2 jam

setiap hari, dapat mempengaruhi kondisi psikologis anak (Ferliana, 2016). Selain itu cenderung mengakibatkan anak yang kurang bersosialisasi dan malas beraktivitas. Mereka akan memilih bermain *gadget* dibandingkan bermain di luar rumah bersama teman sebaya (Ameliola dan Nugraha, 2013). Situasi ini membutuhkan perhatian dari orang tua dan tenaga pendidik. Terutama peran orang tua di rumah dalam megawasi durasi anak bermain *gadget* dan mengawasi isi *gadget* dengan fitur-fitur yang positif bagi perkembangan anak (Ahmad, 2011).

Desa Gondang Legi, kecamatan Prambon, kabupaten Nganjuk, adalah daerah agraris dengan sebagian besar mata pencaharian warga adalah petani, peternak, serta pedagang. Desa tersebut adalah lumbung padi karena lokasinya sangat diuntungkan karena dilewati oleh sungai Brantas. Pendidikan masyarakat sebagian besar mengenyam pendidikan pondok pesantren dan masih sebagian kecil di pendidikan umum. KB Nurul Ulum Gondanglegi merupakan salah satu Lembaga Pendidikan di Desa Gondanglegi. KB Nurul Ulum Gondanglegi memiliki 4 tenaga pengajar. KB Nurul Ulum Gondanglegi memiliki 3 rombongan belajar. Fasilitas yang dimiliki adalah 2 ruang kelas, toilet, dan taman bermain. Penyelenggaraan kegiatan belajar mengajar dilakukan selama 6 hari (Senin-Sabtu) dengan acuan Kurikulum K-13.

Berdasarkan hasil survei tim pengabdian, diperoleh informasi bahwa sebagian besar wali murid memberikan ijin pada anaknya menggunakan *gadget* dan sebagian besar anak marah jika penggunaan *gadget* dibatasi. Berdasarkan informasi dari Kepala Sekolah KB Nurul Ulum Gondanglegi, penyuluhan kesehatan tentang *gadget addiction* belum pernah ada. Mengingat pentingnya informasi dalam menambah wawasan wali murid, maka tim pengabdian berinisiatif untuk melaksanakan penyuluhan kesehatan tentang *gadget addiction* di KB Nurul Ulum Gondanglegi. Dimana sebagian besar ibu-ibu tersebut tidak bekerja di luar rumah dan sebagian lainnya memiliki pekerjaan di luar rumah. Oleh karena itu, dengan diadakannya penyuluhan kesehatan ini diharapkan dapat mengarahkan orang tua untuk menyadari bahaya kecanduan *gadget* pada anak dan cara mengatasinya.

SOLUSI DAN TARGET

Dampak negatif yang dapat muncul dari penggunaan *gadget* wajib menjadi perhatian dan kekhawatiran bagi orang tua. Adanya perubahan karakter anak menjadi negatif seperti menjadi mudah menyerah, gangguan pemusatan perhatian, hiperaktivitas, emosi yang meledak-ledak, kurang bersosialisasi dengan teman sebaya serta adanya pengaruh konten

negatif di *gadget* bila selama anak menggunakan *gadget* tanpa pendampingan dari orang tua. Hal ini menjadi alasan mengapa perlu dilakukan penyuluhan kesehatan kepada orang tua. Orang tua perlu mengetahui potensi atau resiko anak menggunakan *gadget* dengan mengenalkan ciri-ciri, gejala, bahaya anak yang kecanduan *gadget*. Adapun target pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah penyuluhan kesehatan kepada seluruh ibu-ibu wali murid KB Nurul Ulum Desa Gondanglegi Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk yang hadir pada saat dilakukan penyuluhan ini. Dengan adanya penyuluhan yang diberikan, diharapkan ibu-ibu wali murid dapat mencegah dan mengatasi kecanduan *gadget* pada anak yang selama ini anak kurang mendapatkan perhatian dalam penggunaan *gadget* serta mengarahkan penggunaan *gadget* tersebut untuk kegiatan yang positif.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang *gadget addiction* pada anak dilakukan di dalam kelas KB Nurul Ulum Desa Gondanglegi Kecamatan Prambon Kabupaten Nganjuk. Sebelum penyuluhan dilakukan, kami menanyakan secara langsung kepada orang tua apakah selama ini anaknya sering bermain hp. Tujuan menggali pertanyaan ini adalah untuk mengetahui kondisi anak dan pemahaman orang tua tentang kecanduan *gadget*. Dalam menggali informasi kami memberikan sebanyak 4 pertanyaan yaitu :

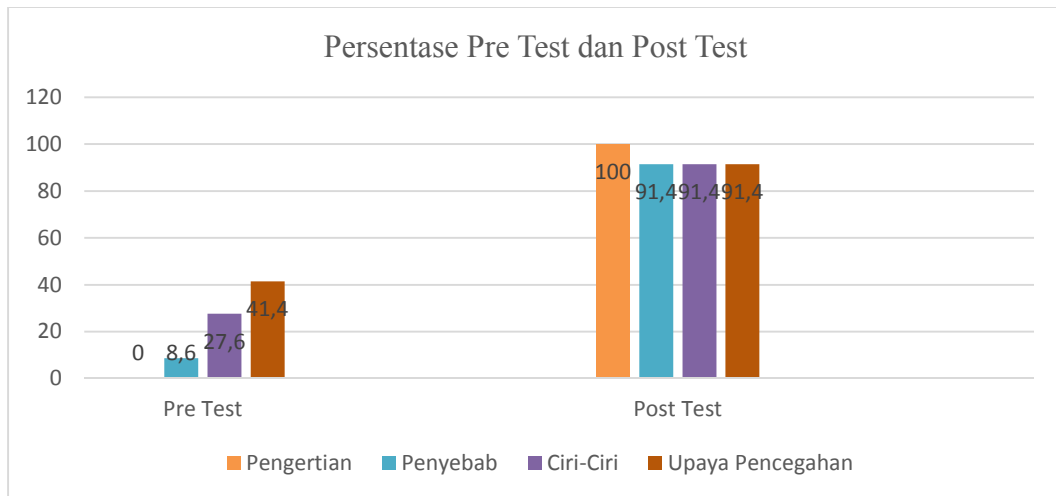
1. Apakah pengertian kecanduan *gadget*?
2. Apakah penyebab kecanduan *gadget*?
3. Bagaimanakah ciri-ciri anak yang mengalami kecanduan *gadget*?
4. Bagaimanakah upaya pencegahan pada anak yang mengalami kecanduan *gadget*?

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat adalah ceramah dan tanya jawab. Materi disampaikan dalam bentuk power point dan leaflet. Materi penyuluhan meliputi pengertian, penyebab, ciri – ciri, gejala fisik, bahaya kecanduan *gadget* dan upaya pencegahan kecanduan *gadget*.

HASIL DAN LUARAN

Hasil kegiatan diperoleh semua wali murid mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan dari awal hingga akhir acara dengan tertib dan aktif. Dari kegiatan penyuluhan kesehatan diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Persentase Hasil Pre Test dan Post Test *Gadget Addiction*



Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa hasil pre test didapati sebanyak 8 wali murid (14%) menyatakan belum tahu tentang pengertian kecanduan *gadget*, 5 wali murid (8,6%) menyatakan belum tahu penyebab kecanduan *gadget*, 16 wali murid (28%) belum tahu ciri-ciri anak yang mengalami kecanduan *gadget* dan 24 wali murid (41%) belum tahu upaya pencegahan pada anak yang mengalami kecanduan *gadget*.

Sebagian besar wali murid menyatakan memberikan *gadget* pada anak secara berlebihan untuk mencegah rewel, kebutuhan anak akan permainan (game). Maka dari itu, penting bagi kami untuk memberikan penyuluhan ini supaya seluruh wali murid dapat memahami informasi ini lebih mendalam dari segi kesehatan. Berdasarkan hasil pretest di atas, dapat disimpulkan bahwa dari 58 sampel wali murid memiliki pemahaman yang kurang tentang hal – hal yang berhubungan dengan *gadget addiction*.



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan Kesehatan *Gadget Addiction* Pada Anak

Sedangkan hasil post test, 58 wali murid (100%) menyatakan tahu tentang pengertian kecanduan *gadget*, dan 53 wali murid (91.4%) menyatakan tahu penyebab, tahu ciri-ciri, serta tahu upaya pencegahan anak yang mengalami kecanduan *gadget*. Menurut wali murid, penyuluhan kesehatan ini sangat bermanfaat karena dapat menambah pengetahuan mereka yang semula kurang tahu atau bahkan tidak tahu menjadi tahu. Hal lain yang diperlukan yaitu dukungan dari semua siswa serta guru bahkan orang tua (keluarga) untuk mencegah dan mengatasi kecanduan *gadget* pada anak dengan cara mengarahkan penggunaan *gadget* tersebut untuk kegiatan yang positif serta adanya pendampingan dari orang tua.

SIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan kesehatan ini berjalan dengan tertib dan lancar. Wali murid sangat kooperatif selama mengikuti penyuluhan dan banyak pertanyaan yang diajukan terkait dengan upaya penanganan yang dapat dilakukan untuk mengalihkan perhatian anak dalam bermain *gadget*. Setelah dilakukan penyuluhan ini, wali murid memahami tentang hal-hal yang berkaitan dengan kecanduan *gadget*. Rekomendasi diberikan kepada kepala sekolah dan guru kelas terkait laporan wali murid atas kecanduan *gadget* yang dialami siswa. Tindak lanjut untuk kegiatan ini adalah pihak sekolah bekerjasama dengan wali murid mengenai upaya penanganan yang harus dilakukan pada anak dengan kecanduan *gadget* (*gadget addiction*).

DAFTAR RUJUKAN

- Ahmad, Susanto. 2011. *Perkembangan Anak Usia Dini*. Jakarta : Kencana Prenada Media Group.
- Ameliola dan Nugraha. 2013. (Online). Perkembangan Media Informasi dan Teknologi terhadap Anak dalam Era Globalisasi. <http://icssis.files.wordpress.com/2013/09/2013-0229>. 16 Desember 2019.
- Fajriana, H. N. 2015. (Online) Tingkat kecanduan gadget di usia dini semakin mengkhawatirkan. *CNN Indonesia*. <http://www.cnnindonesia.com/teknologi/20151103093518-185-89078/tingkat-kecanduan-gadget-di-usia-dini-semakin-mengkhawatirkan/#> . 17 Desember 2019.
- Ferliana, Jovita Maria. 2016. (Online). Anak dan Gadget yang Penting Aturan Main. <http://nakita.grid.id/balita-anakdangadgetyang-penting-aturan-main?page=2>. 16 Desember 2019.

- Riadi, Y. 2015. (Online). Tahun Ini Pengguna Smartphone di Indonesia Mencapai 55 Juta. *Seluler. ID*. <http://selular.id/news/2015/09/tahun-ini-pengguna-smartphone-diindonesia-mencapai-55-juta/> . 17 Desember 2019.
- Setianingsih, Ardani A.W dan Khayati F.N. 2018. Dampak Penggunaan Gadget pada Anak Usia Prasekolah Dapat Meningkatkan Resiko Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas. *Gaster*. Vol 1 (2) : 191-205.
- Triastutik, Yeni. 2018. *Hubungan Bermain Gadget dengan Tingkat Perkembangan Anak Umur 4-6 Tahun*. Skripsi. Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Stikes Insan Cendekia Medika Jombang.