



Peningkatan Wawasan Mengenai Pengaruh Kecanduan Gadget Bagi Kesehatan Melalui Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Dengan Metode Ceramah Tanya Jawab

Esme Anggeriyane¹, Fitri², Amalia Salsabila³, Risyda Nur Azizah⁴, Vitria⁵
^{1,2,3,4,5}S1 Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Indonesia
*e-mail: esmeanggeriyane@umbjm.ac.id¹, fitriyfit1234@gmail.com²,
realsumel13@gmail.com³, risyda.app1@gmail.com⁴, vitriaa81@gmail.com⁵



Received:
24 Juni 2023

Revised:
21 September 2023

Accepted:
13 Desember 2023

Copyright: © 2023, Anggeriyane et al.
This is an open-access article. This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



Abstrak - Gadget merupakan sebutan dalam Bahasa Inggris untuk alat elektronik kecil yang memiliki berbagai jenis fungsi tertentu dan didesain lebih cerdas karena memiliki fungsi yang sempurna dibandingkan dengan teknologi yang ada pada umumnya. Screen Dependency Disorder (SDD) adalah sikap kecanduan terhadap layar gadget yang menyerang di semua kalangan usia. Screen Dependency Disorder menimbulkan pengaruh negatif seperti merasa tidak nyaman saat tidak bermain gadget, waktu bermain gadget yang selalu bertambah, sulit mengurangi waktu bermain gadget bahkan hilangnya minat dengan dunia luar. Tujuan dari diadakannya edukasi pengaruh negatif penggunaan gadget adalah untuk meningkatkan kesadaran murid tentang bahaya penggunaan gadget secara berlebihan. Penyuluhan berlangsung satu hari pada tanggal 3 Juni 2023, dengan durasi waktu 60 menit dari jam 10.00 – 11.00 WITA. Lokasi penyuluhan berada di SD 6 Muhammadiyah Banjarmasin pada murid kelas 4A dan 4B. Evaluasi dari pelaksanaan kegiatan tersebut adalah untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan anak tentang dampak negatif gadget yang dapat dilihat dari perubahan nilai sebelum test dan sesudah test. Presentase pengetahuan murid sebelum diberikan edukasi nilai rata-rata sebesar 88,57% dan setelah dipaparkan materi menjadi 100% sehingga hasil capaian dari dua aspek tersebut mengalami perubahan 11,43%. Keselarasan dalam pengawasan lingkungan anak dapat menghindari resiko kecanduan gadget.

Gadget is the English term for small electronic devices that have various types of specific functions and are designed to be smarter because they have perfect functions compared to existing technology in general. Screen Dependency Disorder (SDD) is an addiction to gadget screens that attacks all ages. Screen Dependency Disorder causes negative effects such as feeling uncomfortable when not playing with gadgets, time playing with gadgets that always increases, difficulty reducing time playing with gadgets and even loss of interest in the outside world. The aim of holding education on the negative effects of using gadgets is to increase students' awareness about the dangers of excessive use of gadgets. The counseling will take place one day on June 3 2023, with a duration of 60 minutes from 10.00 – 11.00 WITA. The counseling location is at SD 6 Muhammadiyah Banjarmasin for students in classes 4A and 4B. Evaluation of the implementation of this activity is to determine the extent of children's knowledge about the negative impacts of gadgets which can be seen from changes in scores before the test and after the test. The average value of students' knowledge percentage before being given education was 88.57% and after being exposed to the material it became 100% so that the results of these two aspects changed by 11.43%. Harmony in monitoring children's environments can avoid the risk of gadget addiction.

Kata kunci: Gadget, Penyuluhan Kesehatan, Wawasan

PENDAHULUAN

Gadget merupakan sebutan dalam Bahasa Inggris untuk alat elektronik kecil yang memiliki berbagai jenis fungsi tertentu. Produk elektronik dan gadget menasar anak-anak dan



menjadikan mereka konsumen aktif gadget. Tidak hanya anak-anak, orang tua juga sangat antusias dengan gadget sehingga disebut *gadget freak* [1].

Screen Dependency Disorder (SDD) adalah sikap kecanduan terhadap layar gadget yang menyerang di semua kalangan usia. *Screen Dependency Disorder* menimbulkan pengaruh negatif seperti merasa tidak nyaman saat tidak bermain gadget, waktu bermain gadget yang selalu bertambah, sulit mengurangi waktu bermain gadget bahkan hilangnya minat dengan dunia luar. Anak dinyatakan mengalami kecanduan apabila tidak mampu lepas dari gadget yang dapat menghambat aktivitas anak-anak [2].

Perkembangan teknologi di Indonesia meningkat pesat dengan bertambahnya pengguna gadget diseluruh wilayah Indonesia dan diperkirakan menempati posisi empat besar populasi pengguna gadget terbanyak di tahun 2016. Penelitian di atas juga menyebutkan total pengguna gadget berkembang dengan sangat pesat hampir dua kali lipat dikalangan anak-anak (dari 38% menjadi 72%). Tingginya pengguna gadget pada anak usia 6 - 12 tahun yang belum mempunyai kestabilan mental dapat mengakibatkan banyaknya pengaruh negatif. Anak-anak belum dapat membedakan hal yang baik dan buruk bagi mereka. Mempertimbangkan tema utama dari penelitian ini, kami menemukan bahwa anak-anak tidak cukup menyaring apa yang mereka terima. Terlihat jelas bahwa anak menggunakan gadget hanya untuk bersenang-senang, seperti bermain game, menonton video di YouTube serta media sosial. Penggunaan gadget pada anak lebih dari 3 kali sehari selama lebih dari 1 jam, yang melebihi batas normal [3].

Berdasarkan hasil wawancara dengan wali kelas murid kelas 4A dan 4B ditemukan bahwa ada beberapa anak yang kecanduan bermain gadget, sehingga terlihat beberapa anak sudah menggunakan kacamata di usia muda. Berdasarkan latar belakang tersebut tim pengabdian melakukan edukasi tentang Peningkatan Wawasan Mengenai Pengaruh Gadget Bagi Kesehatan Melalui Kegiatan Penyuluhan Kesehatan Dengan Metode Ceramah Tanya Jawab. Tujuan diadakannya edukasi tersebut guna menambah pengetahuan serta kesadaran murid mengenai pengaruh gadget bagi kesehatan.

METODE

Penyuluhan mengenai pengaruh gadget bagi kesehatan yang dilakukan melalui metode ceramah dan diskusi tanya jawab. Penyuluhan dilaksanakan dalam 1 hari pada tanggal 3 Juni 2023, yang berdurasi waktu 60 menit dari pukul 10.00 – 11.00 WITA. Penyuluhan berlokasi di SD Muhammadiyah 6 Banjarmasin, dengan kelas 4A dan 4B yang berjumlah 35 orang. Beberapa tahapan sebagai berikut:

1. Pra persiapan
Tim pengabdian mendapatkan izin dari kepala sekolah untuk melaksanakan penyuluhan ke SD Muhammadiyah 6 Banjarmasin. Penyuluhan dilakukan untuk mengedukasi para murid agar mereka mengetahui pengaruh gadget bagi kesehatan dan dapat mengelola waktu dengan baik untuk menghindari pengaruh buruk yang ditimbulkan.
2. Persiapan
Persiapan penyuluhan dilakukan dengan menyiapkan alat, bahan, *setting* tempat penyuluhan dan kesiapan murid kelas 4A dan 4B. Alat yang digunakan seperti laptop, lcd, soal *pre test* dan *post test*, serta spanduk dan poster.
3. Pelaksanaan
Penyuluhan dilaksanakan dimulai dengan memberikan edukasi kepada murid tentang dampak negatif pemakaian gadget yang berlebihan. Pemberian edukasi dengan mengajarkan murid mengelola waktu dengan baik.
4. Penutup
Kegiatan diakhiri dengan tanya jawab dan bagi murid yang bertanya serta menjawab pertanyaan akan mendapatkan hadiah dari tim pengabdian. Evaluasi kemampuan murid terdiri dari dua hasil observasi *pre test* dan *post test* yaitu kemampuan murid menyebutkan dampak negatif dari pemakaian gadget yang berlebihan. Selain itu



beberapa murid juga mampu menyebutkan cara mengelola waktu dengan baik untuk menghindari pengaruh buruk yang ditimbulkan.

Target luaran dari diadakannya penyuluhan kesehatan ini adalah untuk meningkatkan wawasan murid kelas 4A dan 4B mengenai pengaruh gadget bagi kesehatan yang bertujuan agar murid mampu mengelola waktu dengan baik untuk menghindari pengaruh buruk yang ditimbulkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pra Persiapan

Indonesia adalah salah satu negara yang mengalami perkembangan signifikan informasi dan teknologi. Akibat perkembangan dari IPTEK, disatu sisi memberikan kegembiraan karena Mampu mengakses informasi dengan cepat, mudah, tepat dan akurat, tetapi disisi lain sangat memprihatinkan karena perkembangan IPTEK memberikan dampak negatif bagi generasi muda khususnya para siswa. Terkhusus dengan adanya perkembangan IPTEK yang sedemikian modern di bidang telekomunikasi khususnya gadget. Pengaruh gadget di era globalisasi membawa dampak positif dan negatif. Beberapa pengaruh positif dari gadget yaitu memudahkan dalam mencari informasi, pengetahuan dan untuk berkomunikasi jarak jauh. Sedangkan pengaruh negatif dari gadget adalah adanya perilaku anak yang kurang bersosialisasi dan tidak mengerti sopan santun [4]

Aktivitas murid di SD 6 Muhammadiyah Banjarmasin dilakukan secara tatap muka pada anak kelas 4A dan 4B yang berjumlah 35 orang. Hasil observasi dari tim pengabdian setelah bertatap muka dengan para murid, diperoleh semua murid duduk dalam keadaan rapi dan tidak memegang gadget sebagaimana yang terlihat.

2. Persiapan

Salah satu cara meningkatkan kesadaran seorang murid mengenai dampak penggunaan gadget dalam kehidupan sehari-hari dengan pemberian edukasi secara langsung sehingga dapat meningkatkan keberhasilan pengetahuan murid tentang pengaruh negatif gadget.



Gambar 1. Keadaan Siswa di Sanggar Sekolah

Pengaturan peserta edukasi mengikuti pengaturan tempat seperti proses belajar mengajar dan tim pengabdian berada di belakang, sehingga peserta dapat dibantu oleh fasilitator dan dievaluasi oleh observer. Penggunaan alat yang sesuai saat dilakukan edukasi supaya peserta lebih mudah memahami kegiatan pengabdian masyarakat.

Alat yang Dikenakan untuk Membantu proses pelaksanaan edukasi ini adalah audio visual, seperti menggunakan lcd dan power point. Media audio visual memberikan



manfaat dalam kehidupan sehari-hari sehingga meningkatkan minat dan konsentrasi para murid dalam memperhatikan materi yang disampaikan oleh pemateri. Sejalan dengan penelitian dengan judul “Pengaruh Gadget Bagi Kesehatan” menjelaskan bahwa proses pembelajaran atau penyampaian informasi tidak semata-mata dilakukan dengan metode ceramah tetapi dapat menggunakan metode lain. Pemilihan media dan metode pembelajaran perlu mempertimbangkan semangat aktif dalam proses pembelajaran.

3. Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terbagi menjadi lima aktivitas yaitu membagi lembar *pre test* untuk mengetahui pengetahuan awal siswa tentang dampak gadget. Moderator sekaligus observer menggali pengetahuan peserta dengan cara menanyakan tentang dampak gadget untuk kehidupan sehari-hari. Setelah mengetahui karakteristik pengetahuan awal siswa didapatkan bahwa siswa sudah sedikit memahami tentang dampak negatif dari penggunaan gadget. Kegiatan dilanjutkan dengan pemberian edukasi melalui ceramah oleh pemateri dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang dipandu oleh moderator. Setelah itu diteruskan dengan sesi foto bersama siswa dan guru di sanggar sekolah.

Materi yang diberikan mencakup ciri-ciri, faktor dan dampak dari penggunaan gadget yang berlebihan. Fakta masalah yang terjadi pada anak sekolah dasar, ada sebagian anak yang masuk dalam kategori kecanduan gadget. Sebagian anak mengatakan bahwa mereka belum dapat mengelola waktu bermain gadget dengan baik. Setelah pemberian edukasi penyampaian materi maka dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan murid agar mampu mengelola waktu penggunaan gadget dengan baik.

Setelah pemberian edukasi, lalu dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan murid agar mampu mengelola waktu penggunaan gadget dengan baik. Penggunaan bahasa yang digunakan cukup mudah dipahami melalui media power point berbentuk tulisan dan gambar yang mudah dipahami. Kegiatan ini dapat memudahkan tim pengabdian untuk mengetahui seberapa kuat daya ingat murid. Sebagian besar murid dapat mengingat dengan baik materi yang telah diberikan oleh pemateri dengan adanya peningkatan dari hasil *pre* dan *post test* yang sudah diberikan.



Gambar 2. Pemaparan materi

4. Penutup

Pada kegiatan penutup didapatkan lembaran observasi selama kegiatan penyuluhan. Adapun hasil lembaran observasi didapatkan dari seluruh murid kelas 4A dan 4B sebelum dan sesudah dipaparkannya materi edukasi yang mana nilai tersebut diperoleh dari kemampuan mengingat materi yang sudah diberikan oleh pemateri.



Tabel 1. Hasil Evaluasi Sebelum dan Sesudah Kegiatan Penyuluhan

Responden	Murid mampu mengetahui tentang dampak gadget	
	Pre test	Post test
1.	80	100
2.	80	100
3.	80	80
4.	100	100
5.	100	100
6.	60	60
7.	100	100
8.	100	100
9.	100	80
10.	80	60
11.	40	80
12.	100	100
13.	100	100
14.	100	100
15.	100	100
16.	100	100
17.	100	80
18.	40	60
19.	80	80
20.	100	60
21.	100	100
22.	80	100
23.	80	60
24.	40	80
25.	20	100
26.	80	80
27.	100	60
28.	80	80
29.	100	100
30.	80	100
31.	80	80
32.	80	80
33.	100	100
34.	100	100
35.	100	100

Tabel 2. Persentase Kelulusan Sasaran Berdasarkan Nilai

Presentase Nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
≤ 59	Tidak Lulus	4	11,43%
≥ 60	Lulus	31	88,57%
Jumlah		35	100%

Berdasarkan tabel di atas di dapatkan hasil bahwa murid mengalami banyak perubahan pengetahuan setelah diberikan edukasi , Persentase pengetahuan masing-



masing murid sebelum diberikan edukasi nilai rata-rata sebesar 88,57% dan sesudah diberikan edukasi sebesar 100% sehingga hasil capaian dari dua aspek tersebut 11,43%. Sebagian murid salah menjawab pertanyaan *pre test* pada soal no 5. “Kemudahan apa yang dapat kita rasakan jika memiliki gadget?”. Murid ragu dalam memilih jawaban yang tepat karena pilihan jawabannya yaitu a. memudahkan untuk bermain game; b. memudahkan untuk belajar dan menambah wawasan; c. memudahkan untuk menonton film. Sehingga banyak dari mereka yang memilih jawaban antara a atau b yang jawaban sebenarnya adalah b. dikarena murid kurang mampu membedakan hal yang baik dan yang buruk.

Kegiatan diakhiri dengan pembagian hadiah dan kenang-kenangan pada peserta didik dan pihak sekolah sebagai bentuk motivasi, apresiasi dan kerja sama yang telah diberikan peserta didik dan pihak sekolah selama kegiatan berlangsung. Pembagian hadiah dan kenang-kenangan berupa poster tergambar sebagaimana Gambar 3, 4 dan 5.



Gambar 3. Pemberian Bingkisan



Gambar 4. Pemberian Poster



Gambar 5. Poster

Evaluasi dari pelaksanaan kegiatan tersebut untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan murid tentang pengaruh gadget bagi kesehatan dengan capaian yang dapat dilihat dari perubahan nilai dari sebelum tes dan sesudah tes. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman murid tentang pengaruh gadget bagi kesehatan. Kegiatan edukasi yang diberikan juga perlu dikuatkan dengan penerapan dalam kehidupan sehari-hari. Anak kelas 4A dan 4B masih memerlukan pengawasan oleh pihak sekolah dan orang yang bersinergi dengan lingkungan anak seperti peran orang tua. Hal yang dapat dilakukan orang tua dalam membantu anak mematuhi ketentuan bermain gadget adalah dengan mencontohkan durasi penggunaan gadget di hadapan anak secukupnya. Sebagai pengganti, orang tua dapat melakukan kegiatan lain bersama anak, seperti bermain bersama agar anak tidak merasa bosan selama tidak memainkan gadget [5].

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di SD Muhammadiyah 6 Banjarmasin dengan mengangkat tema Pengaruh Gadget Bagi Kesehatan berlangsung dengan efektif dan murid sangat antusias karena murid mendapatkan pengetahuan baru. Sebagian murid mengalami peningkatan pengetahuan tentang pengaruh gadget yang bertujuan agar peserta didik dapat mengelola waktu pemakaian gadget dengan baik. Dengan adanya hasil *pre test* dan *post tes* tim pengabdian mendapatkan hasil bahwa sebelum dilakukannya edukasi sebagian murid tidak mampu mengelola waktu dengan baik saat menggunakan gadget dalam kegiatan sehari-hari.

PENGHARGAAN

Tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada Fitri, Risyda Nur Azizah, Amalia Salsabila, dan Vitria dari Universitas Muhammadiyah Banjarmasin yang telah berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat serta pihak SD Muhammadiyah 6 Banjarmasin yang memfasilitasi pelaksanaan dengan baik dan lancar.

REFERENSI



- [1] R. Hidayati, "Peran Orang Tua: Komunikasi Tatap Muka Dalam Mengawal Dampak Gadget Pada Masa Golden Age," *Jurnal.Utu.Ac.Id*, Accessed: Jun. 19, 2023. [Online]. Available: [Http://Jurnal.Utu.Ac.Id/Jsource/Article/View/1396](http://Jurnal.Utu.Ac.Id/Jsource/Article/View/1396)
- [2] M. Eka and P. Budi, "Pelaksanaan Kelas Digital Parenting Bertema Cara Mencegah Kecanduan Gadget Di Masa Golden Age." [Online]. Available: [Https://Www.Suara.Com/Yoursay/](https://Www.Suara.Com/Yoursay/)
- [3] S. Marta Efastri, L. Lhaura, And C. Charisma Islami, "Perbedaan Kemampuan Bersosialisasi Anak Yang Mengalami Kecanduan Gadget Dengan Yang Tidak," *Scholar.Archive.Org*, Vol. 6, No. 5, 2022, Doi: 10.31004/Obsesi.V6i5.2296.
- [4] N. I. Haerunisya, W. P. Zzahrani, A. S. Sari, And Z. A. Windarti, "Dampak Penggunaan Gadget Berlebihan Pada Anak Sekolah Dasar," *E-Journal.Stikesgunungmaria.Ac.Id*, Vol. 2, No. 1, 2023, Accessed: Jun. 14, 2023. [Online]. Available: [Https://E-Journal.Stikesgunungmaria.Ac.Id/Index.Php/Jpmm/Article/View/41](https://E-Journal.Stikesgunungmaria.Ac.Id/Index.Php/Jpmm/Article/View/41)
- [5] R. Nugroho And I. K. A. J. Artha, "Peran Orang Tua Dalam Mengurangi Dampak Negatif Penggunaan Gadget," *Scholar.Archive.Org*, Accessed: Jun. 19, 2023. [Online]. Available: [Https://Scholar.Archive.Org/Work/Wrojfgc2tvbktpeq3piwgqsjvu/Access/Wayback/Https://Obsesi.Or.Id/Index.Php/Obsesi/Article/Download/2980/Pdf](https://Scholar.Archive.Org/Work/Wrojfgc2tvbktpeq3piwgqsjvu/Access/Wayback/Https://Obsesi.Or.Id/Index.Php/Obsesi/Article/Download/2980/Pdf)