

Bahaya Penggunaan Gadget Berlebihan Pada Anak Usia Sekolah Dasar

Donni Prakosha¹, Aulia Ahda Fashiha², Selena Dian Kusumastuti³

^{1,2,3} Universitas Sebelas Maret, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Aulia Ahda Fashiha

E-mail: jambukulon77@gmail.com

Abstrak

Dalam perkembangan teknologi saat ini penggunaan gadget semakin meningkat. Generasi milenial ditandai dengan pesatnya pemakaian internet dan dampaknya terhadap kehidupan anak. Tujuan dari kegiatan adalah untuk mengetahui bahaya penggunaan gadget berlebihan pada anak usia sekolah dasar. Kegiatan ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Metode yang digunakan ialah metode studi kasus. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dokumentasi, dan pencatatan yang dilakukan penulis di lapangan terkait dampak penggunaan gadget yang berlebihan pada anak sekolah dasar. Hasil dari kegiatan ini adalah terdapat dampak negatif penggunaan gadget secara berlebihan yaitu muncul perubahan perilaku dan perkembangan pada anak sekolah dasar. Guna meminimalisir penggunaan gadget dibutuhkan peran orang tua dan guru dari anak-anak sekolah dasar.

Kata kunci - bahaya, gadget, anak sekolah dasar, dampak, perilaku

Abstract

Abstract In today's technological development, the use of gadgets is increasing. The millennial generation is characterized by the rapid use of the internet and its impact on children's lives. The purpose of the activity was to determine the dangers of excessive gadget use in elementary school-age children. This activity uses a descriptive qualitative approach. The method used is the case study method. This research uses data collection techniques in the form of observation, interviews, documentation, and notes made by researchers in the field related to the impact of excessive gadget use on elementary school children. The result of this study is that there is a negative impact of excessive gadget use, namely changes in behavior and development in elementary school children. To minimize the use of gadgets, the role of parents and teachers of elementary school children is needed.

Keywords - danger, gadgets, elementary school children, impact, behavior

PENDAHULUAN

Teknologi saat ini mengalami kemajuan yang sangat pesat dan semakin canggih. Dengan pesatnya pertumbuhan teknologi, globalisasi telah memasuki fase modern dan maju. Dunia modern menuntut masyarakat untuk mengikuti perkembangan yang praktis, efektif, dan efisien. Adanya gadget dapat memenuhi kebutuhan hidup kompleks dan beragam yang diperlukan oleh masyarakat. Mulai dari anak- anak hingga orang tua hampir semua memiliki smartphone atau yang sering disebut sebagai gadget. Gadget adalah salah satu bentuk media komunikasi modern (Pebriana, 2017) (dalam (Saniyyah et al., 2021)).

Komunikasi masyarakat menjadi lebih mudah dengan adanya gadget. Mayoritas orang menghabiskan banyak waktu menggunakan gadget setiap harinya. Oleh karena itu, gadget mempunyai kelebihan dan manfaat tersendiri bagi kelompok masyarakat tertentu. Salah satunya gadget dapat memberikan kebutuhan informasi yang dibutuhkan oleh anak usia sekolah. Namun, hanya sedikit pelajar yang benar- benar menggunakan gadget dengan fitur tersebut. Gadget yang dimiliki oleh pelajar biasanya digunakan untuk mengirim pesan, bermain game, mendengarkan musik, menonton program audiovisual, mengakses media sosial dan lain- lain. Di sisi lain, penggunaan gadget yang berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif bagi masyarakat khususnya anak- anak yang menganggap gadget sebagai hiburan. Masa kanak- kanak merupakan masa yang mudah dipengaruhi atau rentan. Segala aspek perkembangan anak telah berkembang pada masa ini dan menjadi landasan bagi perkembangan selanjutnya. Kemampuan anak tidak muncul begitu saja, ada proses dan tahapan yang harus dilaluinya.

Kehidupan yang tidak dapat berpisah dengan gadget menjadi ciri khas anak- anak di era sekarang. Hal tersebut apabila dilakukan secara terus- menerus memberikan dampak negatif terhadap pola perilaku anak dalam kehidupan sehari- hari. Anak- anak yang terobsesi dengan gadget menjadi kecanduan dan menghabiskan sebagian besar waktunya bermain ponsel. Seperti halnya yang dikemukakan oleh Winoto (Astuti et al., 2015) yang mengatakan bahwa "Anak- anak pada dasarnya belum waktunya yang tepat untuk diberikan sebuah telepon seluler pribadi, hal ini dikarenakan dikhawatirkan anak- anak akan berubah menjadi perilaku yang komsumtif secara berlebihan. Anak- anak sekolah dasar dan menengah pertama masih sangat dilarang atau memerlukan pengawasan yang ketat dalam menggunakan telepon seluler dalam aktivitas sehari- hari mereka." Orang tua siswa memberikan gadget kepada anaknya mungkin berpikiran bahwa mereka dapat menggunakannya untuk mempelajari hal- hal seperti membaca, menulis, berhitung dan lain- lain. Berbagai aplikasi pendidikan disertakan dalam gadget untuk membantu siswa dalam belajar dan menjadi lebih cerdas. Akan tetapi, harapan para orang tua tersebut menjadi pupus karena perilaku sang anak yang tidak sesuai dengan keinginannya.

Pada akhirnya, mereka memilih untuk bermain dengan gadget daripada berinteraksi dan memperhatikan lingkungan sekitar. Akibatnya, muncul adanya kekhawatiran karena rasa ingin tahu yang dimiliki anak- anak dan informasi yang mereka terima tidak selalu baik atau ramah anak. Banyaknya informasi yang dapat diakses dengan mudah di internet menyulitkan anak- anak untuk menyaring apa yang disajikan kepada mereka. Hal ini mendorong anak- anak untuk mengakses secara mudah konten dewasa sehingga muncul perilaku- perilaku yang tidak diinginkan, misalnya aktivitas kriminal, kejahatan seksual, kemerosotan moral, dan lain sebagainya. Maka dari itu, dibutuhkan peran orang tua agar dapat mengawasi anaknya saat menggunakan gadget untuk menghindari perilaku yang tidak diinginkan serta waktu penggunaan gadget oleh anak- anak harus dibatasi.

METODE

Pendekatan kualitatif dalam penelitian ini didasarkan pada metode studi kasus. Menurut Creswell (Gunawan, 2013; 144) menyatakan bahwa penelitian studi kasus adalah studi tentang suatu objek yang disebut kasus, yang dilakukan secara lengkap, menyeluruh, dan rinci dengan menggunakan berbagai sumber data. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

kualitatif dan analisis data deskriptif. Penelitian kualitatif ini dilakukan melalui pengumpulan data yang mana peneliti biasanya dapat menemukan data deskriptif dan dokumen yang diperoleh dari kegiatan observasi. Penelitian bentuk kualitatif digunakan agar peneliti dapat mengungkapkan dampak penggunaan gadget yang berlebihan pada anak sekolah dasar. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Wujud penelitian ini digunakan untuk menganalisis mengenai bagaimana dampak yang ditimbulkan dan cara meminimalisir penggunaan gadget yang berlebihan.

Data yang dihasilkan pada penelitian ini berupa data deskriptif yang diperoleh dari observasi dan wawancara dari siswa- siswi SDN 1 Jambu Kulon. Sumber data yang digunakan adalah siswa- siswi kelas 4 dan 5 SDN 1 Jambu Kulon yang berlokasi di Desa Jambu Kulon, Kecamatan Ceper, Kabupaten Klaten. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dokumentasi, dan pencatatan yang dilakukan peneliti di lapangan terkait dampak penggunaan gadget yang berlebihan pada anak sekolah dasar. Peneliti melakukan sosialisasi sebagai bentuk observasi terlebih dahulu untuk memperoleh data di lapangan, kemudian melakukan sesi tanya jawab sebagai wawancara pada beberapa anak dengan dilengkapi dokumentasi dan pencatatan penulisan data yang diperoleh selama penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Informasi yang didapatkan melalui kegiatan sosialisasi dengan siswa kelas 4 dan 5 SD Negeri 1 Jambu Kulon di Kecamatan Ceper, Kabupaten Klaten menyebutkan bahwa adanya permasalahan yang harus dihadapi mengenai penggunaan gadget oleh anak usia sekolah. Seringkali menjadi perhatian sebagian besar guru ketika mengajar karena kurang fokusnya siswa- siswi dalam belajar di sekolah. Hal tersebut disampaikan oleh salah satu guru yang mengajar mereka mengatakan bahwa pemahaman mengenai dampak kecanduan gadget belum sepenuhnya dipahami oleh anak usia sekolah. Pada program Kuliah Kerja Nyata ini akan menjelaskan tentang bahaya penggunaan gadget berlebihan dan memaparkan dampak kecanduan gadget kepada anak usia sekolah dasar.

Pelaksanaan program kerja Kuliah Kerja Nyata ini dimulai dari melakukan kerja sama dengan SD Negeri 1 Jambu Kulon untuk menyelenggarakan kegiatan sosialisasi bahaya kecanduan gadget di Kecamatan Ceper, Klaten. Berdasarkan hasil analisis situasi, teridentifikasi beberapa permasalahan terkait anak usia sekolah dasar, seperti bahaya yang ditimbulkan oleh gadget dan penggunaan gadget secara bijak.

Program kerja Kuliah Kerja Nyata kepada anak usia sekolah dasar ini berjalan dengan baik dan melibatkan 60 peserta yang semuanya tergabung dari siswa- siswi kelas 4 dan 5 SD Negeri 1 Jambu Kulon. Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan dengan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab menggunakan media Power Point. Kegiatan ini dilaksanakan selama satu kali pertemuan pada hari Senin, 5 Februari 2024 dengan membahas materi tentang bahaya penggunaan gadget berlebihan dan cara meminimalisir penggunaan gadget. Pada pertemuan ini peserta diminta untuk mendengarkan ceramah yang dipaparkan oleh pemateri dan berdiskusi mengenai informasi apa yang sudah didapatkan dari ceramah sebelumnya.

Kemudian, sosialisasi dilanjutkan pada sesi tanya jawab antara siswa- siswi dengan pemateri dan berakhir disampaikan kesimpulan materi. Dari sesi tanya jawab tersebut siswa- siswi mulai memahami dampak negatif yang ditimbulkan dari penggunaan gadget secara berlebihan. Setelah acara selesai, siswa- siswi diberikan pertanyaan mengenai bahaya kecanduan gadget guna mengungkap tingkat pemahaman terhadap materi yang telah disampaikan.

Kegiatan sosialisasi bahaya penggunaan gadget berlebihan kepada anak sekolah dasar bagi pihak SDN 1 Jambu Kulon mempunyai keterkaitan dengan ilmu pengetahuan mengenai kemajuan teknologi masa kini. Pihak sekolah mengatakan jika siswa- siswi belum sepenuhnya memahami dampak negatif yang ditimbulkan dari penggunaan gadget. Kegiatan sosialisasi ini dapat berjalan dengan antusiasme yang tinggi dari siswa- siswi kelas 4 dan 5. Ketika anak memasuki sekolah dasar yaitu antara usia 6- 12 tahun, perkembangannya mengalami kemajuan yang sangat pesat. Bukan

hanya pertumbuhan fisik, tetapi juga perkembangan psikologinya. Anak usia sekolah dasar pada saat bermain akan memperoleh keterampilan fisik dan saat membaca, menulis, berhitung, dan adanya hubungan antara keluarga serta teman sebayanya akan memperoleh keterampilan dasar (Purwaningtyas et al., 2023).

Pelaksanaan program kerja sosialisasi ini berjalan dengan baik dan peserta dapat mengikutinya dengan sangat antusias. Hal tersebut terlihat ketika kelompok 77 KKN UNS memberikan materi melalui video animasi yang dapat menarik perhatian mereka. Setelah video selesai, mereka langsung melontarkan pertanyaan yang mengindikasikan bahwa mereka perlahan-lahan memahami materi yang disampaikan. Kemudian, secara langsung memasuki sesi tanya jawab mengenai bagaimana cara menggunakan gadget yang baik dan aman.

Pada sesi pertama, peserta mendapatkan materi tentang bahaya penggunaan gadget secara berlebihan. Materi tersebut disampaikan dalam bentuk video animasi yang menggambarkan seorang anak menggunakan gadget untuk bermain game tanpa mengenal waktu. Seringkali kita melihat orang tua membelikan gadget canggih dengan model yang sesuai dengan keinginan anaknya. Orang tua yang bekerja di luar rumah akan memanfaatkan gadget untuk memantau aktivitas dan berkomunikasi dengan anak-anaknya. Di sisi lain, seorang ibu rumah tangga akan memberikan gadget kepada anaknya dengan tujuan mengalihkan perhatian anaknya. Hal tersebut dilakukan guna tidak mengganggu aktivitas rumah tangga sang ibu. Penggunaan gadget yang awalnya sebagai alat komunikasi bagi anak dapat mengalami perubahan untuk mencoba fitur dan aplikasi lainnya yang lebih menarik, seperti game online. Akibatnya, anak-anak cenderung mengalihkan perhatiannya pada gadget daripada dunia bermain di lingkungan sekitar rumah.



Gambar 1.

Diskusi Bahaya Kecanduan Gadget

Kemudian, di sesi kedua pembicara mengajak anak-anak sekolah dasar untuk bermain game sebagai sesi tanya jawab. Sesi tanya jawab tersebut bermaksud untuk mengetes anak-anak mengenai pemahaman mereka akan dampak negatif penggunaan gadget secara berlebihan. Salah satunya adalah adanya perubahan perilaku pada anak sekolah dasar. Berdasarkan hasil pelaksanaan sosialisasi pada tanggal 5 Februari 2024, ada beberapa perilaku anak yang perlu diwaspadai oleh guru dan orang tua terkait dengan penggunaan gadget tersebut.

1. Ketika anak kecanduan gadget, ia kehilangan minat terhadap aktivitas lain, seperti tidak mengerjakan tugas rumah yang diberikan waktu sekolah.
2. Anak yang bermain gadget hingga larut malam akan mengalami keterlambatan masuk sekolah di esok harinya.

3. Anak jarang bersosialisasi atau bermain dengan temannya di luar rumah.
4. Anak cenderung berbohong dengan mencuri- curi waktu menggunakan gadget untuk bermain game.

Beberapa perilaku anak tersebut menunjukkan bahwa anak memerlukan bantuan untuk menyelesaikan aktivitasnya dalam bermain gadget secara berlebihan. Selain berdampak pada perilaku, terdapat juga dampak negatif penggunaan gadget secara berlebihan terhadap perkembangan sosial anak, yaitu mengganggu kesehatan mata, menghambat kemampuan anak berbicara dan berkonsentrasi, serta beberapa fitur dan aplikasi tidak sesuai dengan usia anak, kualitas norma yang rendah. Perkembangan sosial muncul dari kematangan dan kemampuan untuk belajar dari respon lingkungan yang berbeda. Anak- anak prasekolah harus mampu belajar dan beradaptasi dengan orang yang berbeda, termasuk keluarga, guru, dan teman (Rismala et al., 2021). Peran gadget di era sekarang tidak hanya memudahkan pencarian informasi, namun nyatanya banyak dampak positif dan negatif dari penggunaannya, baik dari segi komunikasi, kesehatan, budaya, sosial, dan ekonomi.

Gadget mengubah suara menjadi gelombang elektromagnetik, seperti radio. Posisi gadget berada di sebelah kepala dan radiasi gelombang yang kuat dapat menyebabkan perubahan pada sel-sel otak sehingga menyebabkan berkembang secara tidak normal dan berpotensi menjadi sel kanker (Marpaung, 2018). Radiasi yang ada pada gadget dapat merusak jaringan saraf dan otak anak jika anak sering menggunakan gadget. Selain itu, juga dapat melemahkan kinerja dan kemampuan anak dalam berkomunikasi dengan orang lain. Anak-anak menjadi kurang interaktif dan ingin menyendiri dalam zona nyamannya dengan gadget. Hal ini menimbulkan sikap individualistis pada diri anak dan sikap acuh tak acuh terhadap orang lain, baik orang tua, teman maupun orang lain. Radiasi gelombang elektromagnetik dari alat tersebut tidak terlihat dan pengaruhnya tidak dirasakan secara langsung. Oleh karena itu, sebaiknya orang tua dengan bijak memantau dan memilih mainan yang digunakan anak saat bermain.

Pada dasarnya, belum saatnya memberikan gadget kepada anak, karena dapat memicu perilaku konsumtif yang berlebihan pada anak. Siswa sekolah dasar masih dilarang keras atau memerlukan pengawasan ketat dalam menggunakan gadget dalam aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, orang tua perlu lebih cerdas dalam menyediakan alat-alat pendukung untuk memenuhi kebutuhan anaknya dan selalu memantau penggunaan gadget anaknya. Apabila anak usia sekolah dibiarkan bermain gadget dalam jangka waktu yang lama maka hal ini dapat mempengaruhi perilaku anak, karena pada masa ini seluruh aspek perkembangan anak mengalami peningkatan.



Gambar 2.
Dokumentasi Kegiatan

Pada sesi terakhir kegiatan sosialisasi, pembicara menyampaikan bagaimana cara menggunakan gadget yang sehat dan produktif. Cara tersebut membutuhkan peran orang tua dalam mendampingi anak-anaknya guna meminimalisir penggunaan gadget. Beberapa cara meminimalisir penggunaan gadget pada anak diantaranya adalah memberikan batas waktu layar sekitar 70% dari waktu sebelumnya, mengajak anak untuk berinteraksi dengan keluarga tanpa menggunakan gadget sebanyak tiga kali dalam seminggu, dan menggunakan waktu bermain di luar ruangan minimal dua jam setiap harinya guna mengurangi penggunaan gadget. Dalam kegiatan sosialisasi ini dapat diperoleh bahwa peserta kegiatan yaitu anak-anak sekolah dasar menambah pengetahuan mengenai dampak negatif penggunaan gadget berlebihan dan cara menggunakan gadget yang sehat. Maka dari itu, diharapkan anak-anak sekolah dasar mampu bersikap bijak dalam menggunakan gadget sesuai pada kebutuhan yang diinginkan dengan orang tua yang mendampingi.

KESIMPULAN

Kegiatan sosialisasi di SDN 1 Jambu Kulon ini terlaksana dengan baik. Kegiatan ini didukung partisipasi dan antusias dari pihak sekolah. Hasil kegiatan sosialisasi yang telah dilakukan menunjukkan adanya pemahaman yang meningkat anak sekolah dasar mengenai dampak yang ditimbulkan dan cara menggunakan gadget yang sehat serta produktif. Hal tersebut juga menjadi pemahaman untuk para orang tua dan guru yang mendampingi anak-anak mereka dalam menggunakan gadget. Oleh karena itu, para orang tua dan guru diharapkan dapat memberikan bimbingan anak yang terbaik, memberikan gadget sesuai dengan kebutuhan untuk anak, dan memberitahu anak mengenai bahaya penggunaan gadget secara berlebihan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Atas dukungan moral dan materiil yang diberikan, maka penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada pihak yang terlibat dalam pelaksanaan kegiatan kuliah kerja nyata ini. Kepada anak-anak sekolah dasar negeri 1 Jambu Kulon yang telah antusias dan bersemangat atas dedikasi dan partisipasi aktifnya dalam setiap proses pembelajaran. Kami mengucapkan terima kasih kepada Ibu Tri Murni selaku kepala sekolah atas sambutan hangat yang telah diberikan, kerja sama yang telah terjalin, dan memberikan kami dukungan menyeluruh, serta nasihat yang berharga. Tak lupa kami juga mengucapkan terima kasih kepada para guru yang telah memberikan wawasan, pengalaman, dan berupaya untuk membangun masa depan yang lebih cerah bagi generasi penerus. Terima kasih juga untuk semua pihak yang membantu terselenggaranya kegiatan Kuliah Kerja Nyata ini. Segala kontribusi yang diberikan sangat berharga dan kami berharap kegiatan ini mencerminkan kerja sama yang telah kami bagikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda, R., Isni, F., & Anugrah, D. (2021). Penanganan Kecanduan Gadget pada Anak Usia Sekolah Selama Masa Pandemi Covid-19 di Desa Wantilan. In *Proceedings*. 1, 1-17.
- Astuti, S. I., Arso, S. P., & Wigati, P. A. (2015). Penyuluhan Penggunaan Gadget Yang Bijak Dan Aman. *Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan Di RSUD Kota Semarang*, 3, 103-111. <https://prosidingonline.iik.ac.id/index.php/senias/article/download/106/104>
- Chusna, P. A. (2017). Pengaruh Media Gadget Pada Perkembangan Karakter Anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 17, 315-330.
- Marpaung, J. (2018). Pengaruh Penggunaan Gadget Dalam Kehidupan. *KOPASTA: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling*, 5(2), 55-64. <https://doi.org/10.33373/kop.v5i2.1521>
- Masyarakat, F. K., & Dahlan, U. A. (2020). *EDUKASI POLA ASUH DAN BAHAYA PENGGUNAAN GADGET* Lina Handayani, Chayanita Sekar Wijaya, Maya Kusuma Dewi. 7(1), 1-9.

- Purwaningtyas, F. D., Septiana, Y., Aprilia, H., & Candra, G. (2023). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Psikologi Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi Wijaya Putra (Psikowipa)*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v4i1.84>
- Rakhmawati, D., Ismah, I., & Lestari, F. W. (2020). Sosialisasi Bahaya Kecanduan Gadget. *Altruus: Journal of Community Services*, 1(3), 159. <https://doi.org/10.22219/altruus.v1i3.12926>
- Rismala, Y., Aguswan, Priyantoro, D. E., & Suryadi. (2021). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Dini. *El-Athfal : Jurnal Kajian Ilmu Pendidikan Anak*, 1(01), 46–55. <https://doi.org/10.56872/elathfal.v1i01.273>
- Saniyyah, L., Setiawan, D., & Ismaya, E. A. (2021). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perilaku Sosial Anak di Desa Jekulo Kudus. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(4), 2132–2140. <https://edukatif.org/index.php/edukatif/article/view/1161>
- Yumarni, V. (2022). Pengaruh gadget terhadap anak usia dini. *Jurnal Literasiologi*, 8(2), 556623.