

**PENGABDIAN MASYARAKAT : PENYULUHAN "DAMPAK NEGATIF
PENGUNAAN GADGET" DI MADRASAH IBTIDAIYAH NEGERI
(MIN) 9 BANDAR LAMPUNG**

**Putri Amsa Tiara Diksa^{1*}, Siti Fhatima Novariani Putri², Winneke Rizki
Aulia³, Msy. Siti Ika Barokah⁴, Citra Adhiputri Pratiwi⁵, Sri Intan Herita⁶,
Dealita Eka Putri⁷, Miftachi Evita Hayati⁸, Neno Fitriyani Hasbie⁹**

¹⁻⁸Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

⁹Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

*)Email Korespondensi : putriamsatiaradiksa@gmail.com

Abstract

Excessive use of gadgets in elementary school children is increasingly worrying because it can have negative impacts on children's physical, psychological, and social health. This community service activity aims to increase students' knowledge about the negative impacts of gadget use and encourage wiser usage behavior. The activity was carried out at Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 9 Bandar Lampung in the form of interactive counseling for grade IV and V students. The counseling material included an introduction to the types of gadgets, the benefits and risks of their use, and tips for managing screen time in a healthy way. The methods used were lectures, discussions, and educational games that were adjusted to the age of the participants. The evaluation results showed an increase in students' understanding of the material presented, as indicated by students' understanding during the question and answer session at the end of the counseling session. This activity is expected to be the first step in forming healthier and more responsible gadget usage habits from an early age.

Keywords: *Gadget Use, Elementary School, Community Service, Students.*

Abstrak

Penggunaan gadget secara berlebihan pada anak-anak usia sekolah dasar semakin mengkhawatirkan karena dapat menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan fisik, psikologis, dan sosial anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang dampak negatif penggunaan gadget serta mendorong perilaku penggunaan yang lebih bijak. Kegiatan dilaksanakan di Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 9 Bandarlampung dalam bentuk penyuluhan interaktif kepada siswa kelas IV dan V. Materi penyuluhan mencakup pengenalan jenis-jenis gadget, manfaat dan risiko penggunaannya, serta tips mengatur waktu layar (screen time) secara sehat. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi, dan permainan edukatif yang disesuaikan dengan usia peserta. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan, ditunjukkan oleh pemahaman siswa saat sesi pertanyaan di akhir sesi penyuluhan. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi langkah awal dalam membentuk kebiasaan penggunaan gadget yang lebih sehat dan bertanggung jawab sejak dini.

Kata Kunci: *Penggunaan Gadget, Sekolah Dasar, Pengabdian Masyarakat, Pelajar.*

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan signifikan dalam kehidupan manusia, termasuk di kalangan anak-anak. Gadget seperti smartphone, tablet, dan perangkat elektronik lainnya kini telah menjadi bagian tak terpisahkan dari aktivitas sehari-hari anak-anak, baik untuk hiburan, pembelajaran, maupun

komunikasi. Meskipun penggunaan gadget dapat memberikan manfaat dalam mendukung pembelajaran dan meningkatkan akses informasi, penggunaan yang tidak terkontrol dapat menimbulkan dampak negatif yang serius, khususnya pada anak usia sekolah dasar (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Salah satu dampak yang paling sering terjadi adalah gangguan kesehatan fisik, seperti gangguan penglihatan akibat paparan layar yang berlebihan, postur tubuh yang tidak ergonomis, serta penurunan aktivitas fisik yang dapat menyebabkan obesitas. Selain itu, penggunaan gadget yang berlebihan juga dapat berdampak pada perkembangan sosial anak, karena berkurangnya interaksi langsung dengan lingkungan sekitar dan keluarga (American Academy of Pediatrics, 2016). Anak-anak yang terlalu sering menggunakan gadget juga cenderung mengalami gangguan tidur, iritabilitas, dan penurunan konsentrasi saat belajar.

Dampak psikologis dari penggunaan gadget juga tidak dapat diabaikan. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa paparan konten digital tanpa pengawasan orang tua dapat menyebabkan kecanduan, gangguan emosi, dan meningkatnya risiko perilaku agresif pada anak. Anak-anak yang kecanduan gadget cenderung menunjukkan gejala withdrawal ketika tidak menggunakan perangkat, yang menyerupai gejala kecanduan zat tertentu (Domoff et al., 2019). Hal ini menjadi perhatian serius, terutama di lingkungan sekolah dasar, di mana masa perkembangan anak sedang berada pada tahap kritis.

Situasi ini menjadi lebih kompleks di tengah kurangnya kesadaran dan pengetahuan anak-anak serta orang tua mengenai dampak negatif penggunaan gadget. Banyak orang tua yang membiarkan anak menggunakan gadget tanpa batasan waktu atau pengawasan yang memadai. Selain itu, lembaga pendidikan masih menghadapi tantangan dalam mengedukasi siswa mengenai penggunaan teknologi yang sehat dan seimbang. Oleh karena itu, diperlukan upaya kolaboratif dari berbagai pihak, termasuk tenaga kesehatan dan pendidik, untuk memberikan edukasi yang tepat kepada anak-anak (Setiawan et al., 2022).

Sebagai bagian dari tanggung jawab sosial dan kontribusi terhadap masyarakat, mahasiswa Program Pendidikan Profesi Dokter memiliki peran penting dalam upaya promotif dan preventif terhadap isu-isu kesehatan anak. Salah satu wujud nyata dari peran ini adalah melalui kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan kesehatan. Penyuluhan mengenai dampak negatif penggunaan gadget menjadi langkah awal yang penting untuk menumbuhkan kesadaran dan perilaku sehat sejak usia dini, terutama di lingkungan sekolah dasar yang merupakan tempat strategis untuk intervensi edukatif (Suyadi & Ulfatin, 2021).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan di Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 6 Bandarlampung, yang merupakan salah satu sekolah dasar dengan jumlah siswa yang cukup besar dan beragam latar belakang sosial. Pemilihan lokasi ini didasarkan pada pentingnya memberikan edukasi sejak dini mengenai risiko penggunaan gadget yang berlebihan, serta membekali siswa dengan pengetahuan untuk mengatur penggunaan perangkat digital secara bijak. Kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam membentuk perilaku sehat dan mendukung perkembangan optimal anak-anak di era digital saat ini.

2. METODE PELAKSANAAN

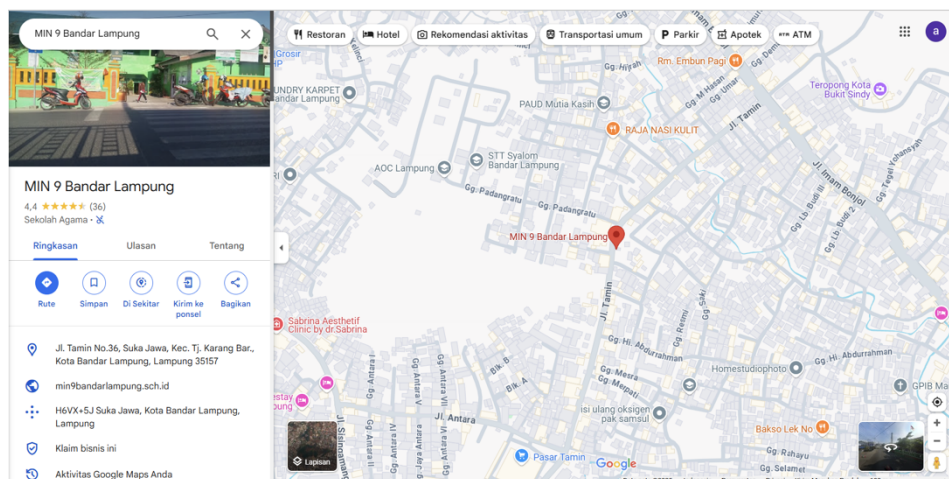
Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 4 Oktober 2024 di Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 9 Bandar Lampung, dengan sasaran utama siswa kelas IV dan V. Kegiatan dimulai pukul 08.00 WIB dan berakhir pada pukul 10.00 WIB. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sebanyak kurang lebih 30 siswa. Pemilihan kelas IV dan V dilakukan karena pada usia ini anak-anak sudah mulai aktif menggunakan gadget secara mandiri, namun masih memerlukan arahan dan pendampingan dalam penggunaannya. Kegiatan dilaksanakan di salah satu ruang kelas sekolah yang telah disiapkan oleh pihak sekolah untuk mendukung suasana belajar yang nyaman dan interaktif.

Sebelum pelaksanaan, tim mahasiswa dari Program Pendidikan Profesi Dokter RS Bintang Amin melakukan koordinasi dengan pihak sekolah untuk menjelaskan tujuan, sasaran, dan teknis kegiatan. Koordinasi ini penting untuk memastikan kesiapan lokasi, ketersediaan peserta, serta kelancaran pelaksanaan kegiatan. Tim juga melakukan survei ringan mengenai kebiasaan penggunaan gadget oleh siswa melalui percakapan informal dengan guru kelas, yang kemudian menjadi dasar penyusunan materi dan pendekatan yang digunakan selama penyuluhan.

Materi yang disampaikan dalam penyuluhan meliputi pengenalan jenis-jenis gadget yang umum digunakan anak-anak, manfaat positif dari gadget dalam kehidupan sehari-hari, serta dampak negatif yang dapat timbul apabila penggunaannya tidak terkontrol. Beberapa dampak negatif yang dijelaskan antara lain adalah gangguan kesehatan mata, gangguan tidur, penurunan kemampuan konsentrasi, menurunnya aktivitas fisik, hingga gangguan sosial akibat berkurangnya interaksi langsung dengan teman sebaya maupun keluarga. Materi disampaikan secara komunikatif dengan bantuan media visual seperti slide presentasi dan gambar ilustratif yang menarik minat siswa.

Metode pelaksanaan kegiatan terdiri dari ceramah interaktif dan diskusi terbuka. Ceramah interaktif dilakukan dengan pendekatan dialogis, di mana pemateri mengajak siswa untuk aktif menjawab pertanyaan selama penyampaian materi. Setelah sesi penyampaian materi selesai, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang terbuka. Dalam sesi ini, siswa diberikan kesempatan untuk mengungkapkan pendapat, berbagi pengalaman mereka dalam menggunakan gadget di rumah, serta mengajukan pertanyaan mengenai hal-hal yang belum mereka pahami. Sesi tanya jawab ini berlangsung dengan antusias dan menjadi salah satu momen penting untuk menggali pemahaman siswa serta memperkuat pesan-pesan kunci dari penyuluhan.

Untuk menjaga suasana pembelajaran tetap menyenangkan dan tidak membosankan, tim juga menyisipkan beberapa permainan edukatif ringan yang berkaitan dengan materi. Salah satu permainan yang digunakan adalah kuis cepat tanggap, di mana siswa dibagi dalam beberapa kelompok kecil dan diberi pertanyaan seputar materi yang baru saja disampaikan. Kelompok yang mampu menjawab dengan benar diberikan apresiasi dalam bentuk hadiah kecil, sebagai motivasi tambahan. Kegiatan ini mampu meningkatkan keterlibatan siswa dan membantu memperkuat daya ingat mereka terhadap informasi yang diterima.



Gambar 1. Lokasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat (MIN 9 Bandar Lampung)

Sebagai bagian dari dokumentasi dan evaluasi kegiatan, tim pengabdian masyarakat mencatat tanggapan siswa selama sesi tanya jawab, serta melakukan

diskusi reflektif setelah kegiatan untuk mengevaluasi jalannya kegiatan. Catatan tersebut mencakup hal-hal seperti tingkat partisipasi siswa, pemahaman terhadap materi, serta respon terhadap metode yang digunakan. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa siswa menunjukkan ketertarikan tinggi terhadap topik yang dibahas, dan mampu mengenali beberapa dampak negatif dari penggunaan gadget setelah diberikan penyuluhan. Dokumentasi berupa foto kegiatan dan catatan lapangan disusun sebagai bagian dari laporan akhir kegiatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan pada 4 Oktober 2024 di MIN 9 Bandarlampung berjalan dengan lancar dan disambut antusias oleh pihak sekolah maupun para siswa. Kegiatan dimulai tepat pukul 08.00 WIB dan berakhir pada pukul 10.00 WIB, dengan melibatkan sekitar 20 siswa dari kelas IV dan V. Selama kegiatan berlangsung, siswa menunjukkan minat dan partisipasi aktif terhadap materi yang disampaikan. Mereka terlihat antusias dalam mendengarkan, menjawab pertanyaan, dan mengikuti aktivitas yang disiapkan oleh tim penyuluh. Guru-guru pendamping juga turut serta dalam mendampingi siswa dan memberikan dukungan terhadap jalannya kegiatan (Yuliana, 2020).

Materi yang disampaikan mengenai dampak negatif penggunaan gadget disampaikan secara komunikatif dengan menggunakan media visual yang menarik. Gambar-gambar dan ilustrasi yang digunakan membantu siswa memahami konsep seperti kelelahan mata, gangguan tidur, dan penurunan konsentrasi akibat penggunaan gadget berlebihan. Respon siswa menunjukkan bahwa mereka dapat menghubungkan materi dengan pengalaman pribadi sehari-hari, seperti sulit tidur setelah bermain game atau merasa pusing setelah menatap layar terlalu lama (Fitriani et al., 2021).

Sesi tanya jawab menjadi salah satu bagian paling aktif dari kegiatan. Siswa tampak bersemangat untuk bertanya maupun menjawab pertanyaan dari pemateri. Beberapa siswa mengungkapkan bahwa mereka sering menggunakan gadget tanpa batas waktu yang jelas. Bahkan, sebagian mengaku tidak mengetahui bahwa terlalu lama bermain gadget bisa berdampak buruk bagi tubuh. Melalui dialog ini, terlihat bahwa penyuluhan mampu membuka wawasan baru bagi siswa, terutama tentang pentingnya penggunaan gadget yang bijak (Gunawan & Amalia, 2019).

Selain tanya jawab, kegiatan juga dilengkapi dengan kuis edukatif bertema "Siapa Cepat, Dia Dapat". Siswa dibagi ke dalam kelompok kecil, dan diberikan pertanyaan singkat seputar materi yang sudah disampaikan. Kelompok yang berhasil menjawab dengan benar diberikan hadiah sebagai bentuk apresiasi. Aktivitas ini berhasil menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sekaligus memperkuat daya ingat siswa terhadap informasi penting yang telah diberikan. Kegiatan semacam ini membuktikan efektivitas pembelajaran berbasis permainan dalam meningkatkan keterlibatan siswa (Rahmawati, 2019).

Hasil observasi menunjukkan bahwa mayoritas siswa telah mengenal gadget sejak usia dini, bahkan sebagian besar menggunakannya setiap hari. Beberapa siswa menyatakan bahwa mereka lebih suka bermain game daripada bermain di luar rumah. Pernyataan ini memperkuat temuan bahwa tren digitalisasi telah memengaruhi pola perilaku anak-anak secara signifikan, termasuk dalam hal preferensi aktivitas harian. Dalam diskusi informal dengan guru, diperoleh informasi bahwa banyak orang tua belum memahami pentingnya pengawasan penggunaan gadget di rumah (Nuraini & Damayanti, 2020).

Secara keseluruhan, kegiatan penyuluhan ini berdampak positif dalam meningkatkan kesadaran siswa tentang risiko penggunaan gadget secara berlebihan. Walaupun tidak dilakukan pengukuran kuantitatif, peningkatan pemahaman siswa dapat terlihat secara kualitatif melalui respon mereka selama kegiatan berlangsung. Kegiatan ini juga memberikan wawasan baru bagi guru tentang pentingnya edukasi

digital sejak dini, serta mendorong keterlibatan aktif pihak sekolah dalam kegiatan promosi kesehatan berbasis komunitas (UNICEF, 2022).



Gambar 2. Penyampaian Materi Penyuluhan



Gambar 3. Penyampaian Materi Penyuluhan



Gambar 4. Sesi Foto Bersama



Gambar 5. Sesi Foto Bersama

3.2 Pembahasan

Secara teoritis, penyuluhan tentang dampak negatif penggunaan gadget pada anak usia sekolah sangat penting karena masa ini merupakan periode pembentukan kebiasaan jangka panjang. Menurut Piaget, anak usia 7–11 tahun berada dalam tahap konkret operasional, di mana mereka belajar melalui pengalaman nyata dan interaksi sosial. Ketika anak lebih sering terpapar layar dibandingkan lingkungan sekitarnya, proses belajar alami dan pengembangan sosial mereka bisa terhambat (Santrock, 2011). Penyuluhan seperti yang dilakukan di MIN 6 ini menjadi sarana yang relevan untuk membentuk kesadaran anak sejak dini terhadap bahaya penggunaan gadget berlebihan.

Penggunaan gadget yang tidak terkontrol juga berisiko mempengaruhi aspek emosional anak. Anak yang terlalu banyak menggunakan gadget cenderung menunjukkan gejala kecanduan, seperti mudah marah ketika diminta berhenti, kurang peka terhadap lingkungan, dan sulit berinteraksi dengan orang lain. Dalam jangka panjang, hal ini bisa menurunkan keterampilan sosial anak dan meningkatkan risiko isolasi sosial. Organisasi UNICEF (2022) menegaskan bahwa pentingnya pendekatan edukasi dan bimbingan dari lingkungan sekolah dan keluarga untuk menciptakan ekosistem penggunaan teknologi yang sehat pada anak.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini, yakni ceramah interaktif dan permainan edukatif, terbukti efektif dalam menjangkau pemahaman siswa. Metode ceramah yang diselengi dengan pertanyaan membuat siswa merasa terlibat, sementara permainan kuis menciptakan atmosfer kompetitif yang sehat. Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa metode pembelajaran aktif sangat cocok untuk anak usia sekolah dasar karena dapat meningkatkan retensi informasi serta membangun rasa percaya diri siswa dalam menyampaikan pendapat (Rahmawati, 2019).

Kegiatan ini juga menunjukkan bahwa kolaborasi antara tenaga kesehatan dan pihak sekolah dapat menjadi strategi efektif dalam pelaksanaan program promotif dan preventif. Keterlibatan guru sebagai fasilitator selama kegiatan membuat pesan-pesan edukatif lebih mudah diterima siswa. Selain itu, guru dapat melanjutkan upaya edukasi setelah kegiatan selesai. Hal ini sejalan dengan gagasan bahwa promosi kesehatan di lingkungan sekolah harus berkesinambungan dan melibatkan semua elemen sekolah (Nuraini & Damayanti, 2020).

Penyampaian materi menggunakan media visual dan komunikasi yang disesuaikan dengan usia anak terbukti meningkatkan pemahaman siswa. Bahasa yang sederhana dan ilustrasi menarik mampu menjembatani konsep-konsep medis menjadi lebih mudah dimengerti oleh siswa. Studi oleh Gunawan dan Amalia (2019) menunjukkan bahwa materi kesehatan yang dikemas dengan cara visual dan kontekstual jauh lebih mudah diserap oleh anak-anak dibandingkan metode konvensional yang kaku.

Dengan melihat respon siswa, guru, serta hasil observasi selama kegiatan, dapat disimpulkan bahwa penyuluhan ini merupakan intervensi sederhana yang berdampak besar. Meskipun bersifat edukatif non-formal, pendekatan yang tepat dan partisipatif menjadikan kegiatan ini efektif dalam menyampaikan pesan kesehatan. Kegiatan serupa dapat dikembangkan lebih lanjut dengan melibatkan orang tua dan masyarakat sekitar agar dampak edukasinya lebih menyeluruh dan berkelanjutan (Fitriani et al., 2021).

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan tentang dampak negatif penggunaan gadget yang dilaksanakan di Madrasah Ibtidaiyah Negeri (MIN) 9 Bandar Lampung telah berjalan dengan baik dan memperoleh respon positif dari siswa serta pihak sekolah. Penyuluhan ini berhasil meningkatkan pemahaman siswa kelas IV dan V mengenai risiko penggunaan gadget secara berlebihan, baik dari segi kesehatan fisik seperti gangguan penglihatan dan postur tubuh, maupun dampak psikososial seperti penurunan interaksi sosial dan gangguan tidur.

Kegiatan ini menjadi bukti bahwa edukasi kesehatan sejak dini sangat penting untuk membentuk perilaku bijak dalam menggunakan teknologi, terutama gadget, pada anak usia sekolah dasar. Melalui pendekatan edukatif yang menyenangkan dan komunikatif, siswa dapat memahami informasi kesehatan dengan lebih mudah dan tertanam dalam kebiasaan sehari-hari mereka.

Diharapkan kegiatan serupa dapat dilanjutkan secara berkala, tidak hanya oleh institusi pendidikan kedokteran, tetapi juga oleh lembaga pendidikan dan kesehatan lainnya, dengan melibatkan orang tua dan masyarakat sekitar. Upaya kolaboratif ini penting untuk menciptakan lingkungan belajar yang sehat, aman, dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal di era digital saat ini.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, R. and Sari, Y.P. (2022). Pola Penggunaan Gadget dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Belajar Siswa SD. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 7(2), pp.88–95.
- Cahyani, I., Purwanto, H. and Mulyadi, M. (2021). Perilaku Kecanduan Gadget pada Anak Sekolah Dasar dan Upaya Pencegahannya. *Jurnal Ilmiah Psikologi dan Kesehatan*, 6(1), pp.14–21.
- Fitriani, A., Sari, M. and Prasetya, Y. (2021). Durasi Penggunaan Gadget dan Dampaknya pada Anak Sekolah Dasar di Perkotaan. *Jurnal Ilmu Kesehatan Anak*, 5(1), pp.22–30.
- Gunawan, I. and Amalia, S. (2019). Metode Pembelajaran Interaktif dalam Pendidikan Kesehatan untuk Anak Usia Sekolah. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 10(2), pp.103–110.
- Handayani, L., Ningsih, R. and Wulandari, D. (2020). Efek Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(2), pp.123–129.
- Kurniawan, A. and Dewi, R.S. (2021). Promosi Kesehatan di Sekolah: Strategi dan Tantangan. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 9(1), pp.45–52.
- Maulidiyah, L. and Hidayat, T. (2020). Perbandingan Konsentrasi Belajar Siswa yang Menggunakan dan Tidak Menggunakan Gadget. *Jurnal Ilmu Pendidikan Indonesia*, 3(2), pp.78–85.
- Nuraini, E. and Damayanti, R. (2020). Peran Sekolah dalam Promosi Kesehatan Anak melalui Program Edukasi. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 15(1), pp.55–61.
- Putri, D.F. and Setiawan, B. (2021). Pola Asuh Orang Tua dalam Mengontrol Penggunaan Gadget pada Anak. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Anak*, 5(1), pp.31–38.

- Rahmawati, D. (2019). Strategi Pembelajaran Aktif untuk Meningkatkan Daya Serap Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Inovasi Pendidikan Anak*, 7(1), pp.87–95.
- Ramdhan, H. and Amelia, N. (2022). Pengaruh Durasi Paparan Layar Terhadap Gangguan Tidur pada Anak. *Jurnal Kedokteran Komunitas*, 11(1), pp.20–27.
- Santrock, J.W. (2011). *Child Development*. 13th ed. New York: McGraw-Hill.
- Suryani, N. and Lestari, P. (2020). Efektivitas Pendidikan Kesehatan dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Sehat Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 9(2), pp.112–120.
- UNICEF. (2022). *Digital Technology and Child Well-Being*. [online] Available at: <https://www.unicef.org/reports/digital-technology-and-child-wellbeing> [Accessed 24 Apr. 2025].
- Yuliana, E. (2020). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan dengan Metode Ceramah Interaktif pada Anak SD. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*, 3(2), pp.45–51.