



Edukasi Dampak Penggunaan Gadget bagi Kesehatan Anak di LKSA Widhya Asih Badung

Education on the Impact of Using Gadgets on Children's Health at LKSA Widhya Asih Badung

I Wayan Widi Karsana¹, Rai Riska Resty Wasita², Agus Donny Susanto³, Nyoman Ngurah Adi Sanjaya⁴, Bambang Hadi Kartiko⁵, I Gusti Ngurah Manik Nugraha⁶, Ni Wayan Deswiniyanti⁷, Wayan Nurata⁸, Putu Okta Wijayanti⁹, Made Dewi Sariyani¹⁰
¹⁻¹⁰Universitas Dhyana Pura

Alamat: Kampus Dhyana Pura Jalan Raya Padang Luwih Tegaljaya, Dalung, Kuta Utara, Badung, Bali

Korespondensi penulis: wdkarsana@gmail.com¹

Article History:

Received: 10 Maret 2024

Accepted: 20 April 2024

Published: 31 Mei 2024

Keywords: *gadgets, children's health, the impact of using gadgets.*

Abstract: *In the current digital era, gadget use has become an inseparable part of everyday life, including among children. However, excessive use of gadgets can have a significant impact on children's health. This service activity aims to provide education regarding the negative impact of gadget use on children's health. Excessive use of gadgets can cause mental health and physical health problems, including disturbances in body posture and vision problems due to exposure to blue light which can affect their growth and development. Results The pre-test carried out before the educational activity resulted in only 27.5% understanding the impact of using gadgets on health, while the test carried out after the education resulted in 77.5% understanding the impact of gadgets on health. This shows an increase in understanding of 50% after it was carried out. education regarding the impact of gadget use on children's health.*

Abstrak

Dalam era digital saat ini, penggunaan gadget telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, termasuk di kalangan anak-anak. Namun, penggunaan gadget secara berlebihan dapat memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan anak. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi mengenai dampak negatif penggunaan gadget terhadap kesehatan anak. Penggunaan gadget yang berlebihan dapat menyebabkan masalah kesehatan mental dan kesehatan fisik, termasuk gangguan pada postur tubuh dan masalah penglihatan akibat paparan sinar biru yang dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan mereka. Hasil pre-test yang dilakukan sebelum kegiatan edukas didapatkan hasil hanya 27.5% yang memahami dampak penggunaan gadget bagi kesehatan, sedangkan tes yang dilakukan setelah edukasi mendapatkan hasil 77.5% paham mengenai dampak gadget bagi kesehatan. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman sebesar 50% setelah dilakukan edukasi mengenai dampak penggunaan gadget bagi kesehatan anak.

Kata kunci: gadget, kesehatan anak, dampak penggunaan gadget.

LATAR BELAKANG

Revolusi digital telah mengubah cara kita berinteraksi dengan dunia. Anak-anak di era modern ini tumbuh dalam lingkungan yang dipenuhi dengan teknologi digital, termasuk *gadget* seperti *smartphone*, *tablet*, dan *laptop*. Meskipun teknologi ini menawarkan berbagai manfaat dalam hal pendidikan, sosial dan hiburan, penggunaan yang berlebihan atau tidak terkontrol

¹I Wayan Widi Karsana, wdkarsana@gmail.com

dari *gadget* dapat membawa dampak serius bagi kesehatan anak baik kesehatan fisik maupun mental (Ilham et al.,2023). Sebelum era digital, anak-anak cenderung terlibat dalam aktivitas fisik, bermain di luar rumah, dan berinteraksi secara langsung dengan lingkungan sekitar. Namun dengan masuknya *gadget* ke dalam kehidupan sehari-hari, pola perilaku anak berubah secara signifikan. Mereka cenderung menghabiskan lebih banyak waktu di depan layar, menggantikan waktu yang seharusnya dihabiskan untuk aktivitas fisik dan interaksi sosial (Margareta et al., 2023). Penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat meningkatkan risiko masalah kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan stres pada anak-anak. Paparan terus-menerus terhadap konten yang tidak sesuai usia, *cyberbullying*, dan tekanan dari media sosial dapat merusak kesehatan mental anak (Putri et al.,2021). Paparan cahaya biru dari layar *gadget* dapat mengganggu ritme tidur alami anak-anak, menyebabkan kesulitan tidur dan gangguan tidur lainnya. Hal ini dapat berdampak negatif pada konsentrasi, kinerja akademis, dan kesehatan umum anak.

Penggunaan *gadget* yang berlebihan seringkali menyebabkan anak-anak mengadopsi postur tubuh yang buruk, seperti membungkuk atau menunduk untuk melihat layar (Sofiana et al.,2022). Hal ini dapat menyebabkan masalah postur tulang belakang, nyeri leher, dan masalah *muskuloskeletal* lainnya. Interaksi langsung dengan teman sebaya dan anggota keluarga menjadi kurang saat anak-anak lebih banyak terlibat dalam interaksi digital (Nurliana et al., 2023). Hal ini dapat menghambat perkembangan keterampilan sosial, empati, dan kemampuan komunikasi anak.

Lembaga Kesejahteraan Sosial Anak (LKSA) Widhya Asih selaku mitra pengabdian berada di kawasan kabupaten Badung Bali. LKSA Widhya Asih saat ini memiliki jumlah anak asuh sebanyak 43 orang anak dengan rentang usia 13-17 tahun. Observasi awal yang dilakukan tim pengabdian menemukan anak-anak yang diasuh LKSA Widhya Asih rata-rata sudah menggunakan *gadget* untuk komunikasi, hiburan dan mendukung kegiatan sekolah. Permasalahan yang didapati anak-anak tidak memahami dampak dan bahaya penggunaan *gadget* bagi kesehatan baik fisik maupun mental.

Berdasarkan permasalahan pada mitra maka tim dosen dan mahasiswa Program Studi Perekam dan Informasi Kesehatan Universitas Dhyana Pura mengadakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi mengenai bahaya penggunaan *gadget* bagi kesehatan anak. Dalam kegiatan pengabdian ini juga diimplementasikan sistem informasi untuk data kesehatan anak pada LKSA Widhya Asih Badung.

METODE

Tahapan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan sebagai berikut.

1. Tahap Awal

Tim pengabdian melakukan survei dan observasi awal pada mitra untuk menentukan permasalahan yang ada dan topik dalam kegiatan pengabdian.

2. Tahap Persiapan

Kegiatan ini untuk melakukan persiapan pelaksanaan pengabdian termasuk topik dan narasumber yang akan memberikan edukasi pada anak LKSA Widhya Asih Badung.

3. Tahap Pelaksanaan Pengabdian

Pengabdian dilaksanakan dengan beberapa kegiatan antara lain kegiatan edukasi mengenai bahaya gadget bagi kesehatan anak, sosialisasi serta implementasi sistem informasi data kesehatan anak dan evaluasi kegiatan pengabdian. Evaluasi kegiatan dengan melakukan *pre test* dan *post test* pada anak-anak LKSA Widhya Asih.

HASIL

Untuk memberikan pemahaman mengenai dampak penggunaan *gadget* bagi kesehatan anak dilakukan dengan penyuluhan dan edukasi yang diberikan langsung oleh narasumber. Kegiatan ini diikuti oleh sekitar 20 orang anak LKSA Widhya Asih dengan usia beranjak remaja yang rata-rata sering menggunakan *gadget* dalam kesehariannya. Materi yang disampaikan narasumber mengenai dampak dan bahaya sering menggunakan *gadget* berlebihan pada kesehatan anak.



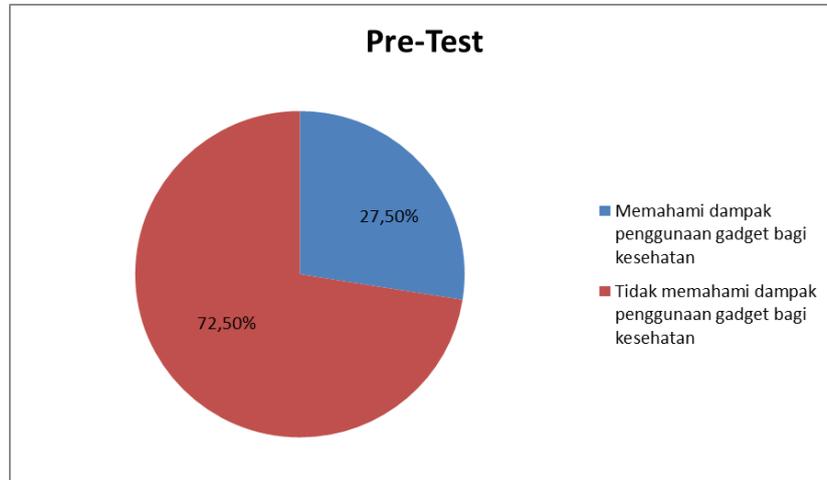
Gambar 1. Kegiatan Edukasi oleh Narasumber

Dalam kegiatan edukasi yang dilakukan diadakan juga *sharing session* dan diskusi antara narasumber dengan peserta kegiatan mengenai pemahaman tentang dampak penggunaan gadget bagi kesehatan anak.



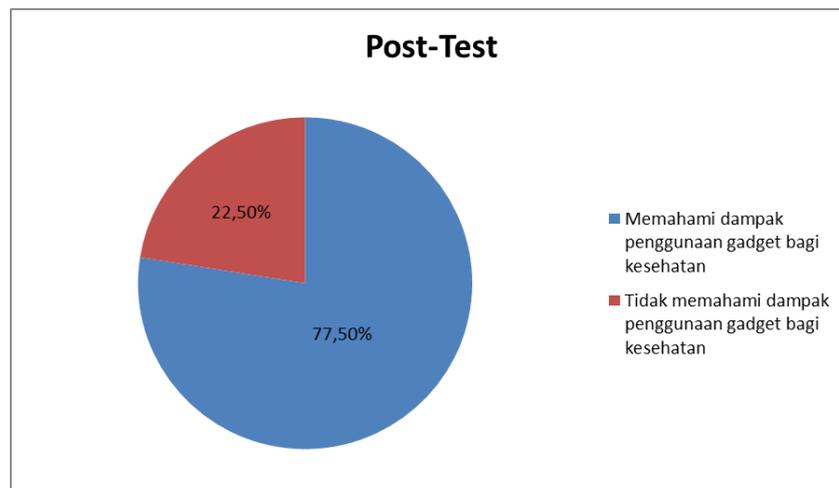
Gambar 2. Kegiatan Diskusi dan *Sharing*

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan *pre test* dan *post test* selama kegiatan edukasi berlangsung. Responden berjumlah 20 orang anak peserta yang diberikan beberapa pertanyaan sebelum dan setelah edukasi mengenai pemahaman dampak dan bahaya penggunaan *gadget* bagi kesehatan anak. Berikut hasil *pre-test* yang dilakukan sebelum kegiatan edukasi dilaksanakan.



Gambar 3. Hasil *Pre-Test*

Dari hasil *pre-test* yang dilakukan terlihat bahwa hanya 27.5 % dari peserta yang paham mengenai dampak penggunaan *gadget* bagi kesehatan anak. Sebesar 72.5% dari peserta tidak memahami dampak penggunaan *gadget* bagi kesehatan anak. Setelah kegiatan edukasi kembali dilakukan *post-test* dengan memberikan pertanyaan kepada peserta. Berikut hasil kegiatan *post-test* yang dilakukan.



Gambar 4. Hasil *Post-Test*

Gambar 4 menunjukkan hasil *post-test* setelah dilakukan edukasi terhadap anak-anak LKSA Widhya Asih Badung diperoleh 77,5% peserta memahami akan dampak penggunaan *gadget* bagi kesehatan. Dari perbandingan hasil *pre test* dan *post test* mengenai tingkat pemahaman mengenai dampak penggunaan *gadget* bagi kesehatan anak, didapatkan peningkatan pemahaman sebesar 50% setelah dilakukan edukasi.



Gambar 5. Pengabdian kepada Masyarakat Program Studi Perkam dan Informasi Kesehatan Universitas Dhyana Pura

Dalam kegiatan pengabdian ini pihak mitra juga diberikan sistem informasi data kesehatan anak yang dapat membantu mitra untuk pendataan kesehatan anak-anak yang diasuh. Sistem informasi data kesehatan LKSA Widhya Asih Badung ini dapat diakses oleh pihak mitra maupun pihak yang memberikan pelayanan kesehatan kepada mitra.

**Data Kesehatan
LKSA Widhya Asih Cica Badung**

Login Admin



Username :

Password :

Program Studi Perkam dan Informasi Kesehatan Universitas Dhyana Pura

Gambar 6. Tampilan Sistem Informasi Data Kesehatan Anak

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian yang dilakukan bertujuan untuk membantu memberikan edukasi dan pemahaman mengenai dampak penggunaan *gadget* bagi kesehatan anak. Hasil yang diperoleh selama kegiatan pengabdian berlangsung adalah adanya peningkatan pemahaman mitra pengabdian yaitu anak-anak di LKSA Widhya Asih Badung sebesar 50% setelah dilakukan edukasi, melalui tes yang dilakukan sebelum dan setelah kegiatan. Keberlanjutan kegiatan pengabdian ini sangat penting dilakukan lagi kedepannya dengan mengangkat topik lain yang berhubungan dengan edukasi kesehatan bagi anak.

DAFTAR REFERENSI

- Apsari, N. C., Nurfauziah, L. S., & Asiah, D. H. S. (2023). Dampak penggunaan gawai (*gadget*) terhadap perilaku sosial anak usia dini. *Share: Social Work Journal*, 13(1), 11. <https://doi.org/10.24198/share.v13i1.40927>
- Bee, M. S., & Pudjiati, S. R. R. (2023). Scoping review: Overview of *gadget* use in early childhood COVID-19 pandemic period. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 12(4), 573. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v12i4.12994>
- Kamaruddin, I., Leuwol, F. S., Putra, R. P., Aina, M., Suwarma, M., & Zulfikhar, R. (2023). Dampak penggunaan *gadget* pada kesehatan mental dan motivasi belajar siswa di sekolah. *Jurnal Pendidikan*, 6(1).
- Miranti, P., & Putri, L. D. (2021). Waspada dampak penggunaan *gadget* terhadap perkembangan sosial anak usia dini. *Jendela PLS*, 6(1), 58–66. <https://doi.org/10.37058/jpls.v6i1.3205>
- Sofiana, S. N. A., Fakhriyah, F. F., & Oktavianti, I. O. (2023). Dampak penggunaan *gadget* pada perkembangan emosional dan kognitif siswa kelas IV sekolah dasar. *Indonesian Gender and Society Journal*, 3(2), 53–59. <https://doi.org/10.23887/igsj.v3i2.50414>