

PENTINGNYA PENGAWASAN ORANG TUA TERHADAP PENGGUNAAN GADGET OLEH ANAK DAN REMAJA DI DESA NEGARA RATU KECAMATAN NATAR KABUPATEN LAMPUNG SELATAN

Susianti^{1*}, Jhons Fatriyadi Suwandi¹, Septia Eva Lusina¹, Arif Yudho Prabowo¹, Agustyas Tjiptaningrum¹

¹Fakultas Kedokteran, Universitas Lampung

ABSTRAK

Penggunaan *gadget* yang berlebihan mengakibatkan seseorang menderita gangguan psikis. Depresi bisa menjadi salah satu pemicu dan dapat juga menjadi dampak dari kecanduan internet. Tingginya intensitas orang dengan penggunaan *smartphone* maka akan terjadi penurunan komunikasi dan interaksi terhadap orang sekitar. Hal ini bisa terjadi pada siapa saja termasuk anak-anak dan remaja terutama yang menggunakan gadget tanpa pendampingan. Sebagai bagian dari masyarakat dan juga institusi yang memiliki peran dalam penyelenggaraan tri dharma perguruan tinggi diharap Universitas Lampung juga dapat mengambil peran membantu pemerintah daerah maupun pusat dalam kegiatan terkait peningkatan kesehatan masyarakat Indonesia. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang merupakan salah satu dari tri dharma perguruan tinggi, pengabdian masyarakat kali ini dirasa perlu untuk membantu pemerintah dalam mencegah gangguan mental anak dan remaja akibat penggunaan gadget tanpa pendampingan. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu-ibu di Desa Negara Ratu Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan tentang pentingnya pendampingan anak dan remaja dalam menggunakan gadget agar terhindar dari bahaya atau akibat buruk dari penggunaan gadget. Program ini dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 25 Agustus 2024 di Desa Negara Ratu Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. Peserta dalam pengabdian ini adalah ibu-ibu yang berjumlah 40 orang.

Kata kunci: Gadget, Negara Ratu Natar, Pendampingan orang tua

*Korespondensi:

Susianti
Jl. Prof. Sumantri Brodjonegoro No 1 Bandar Lampung
+62-812-7899-978 | Email: susianti.1978@fk.unila.ac.id

PENDAHULUAN

Menurut perundang-undangan Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2008 yang berisi Tentang Informasi dan Transaksi Elektronik, tertuang pada pasal 1 ayat 3 disebutkan bahwa Teknologi Informasi merupakan suatu alat yang berfungsi untuk melakukan pengumpulan, penyiapan, penyimpanan, pemrosesan, pengumuman, yang kemudian dianalisis, serta disebarluaskan menjadi sebuah berita ataupun penjelasan. Yang dimaksud dari salah satu teknologi informasi tersebut adalah *gadget*.¹

Peningkatan pemakaian *gadget* secara keseluruhan di dunia bertambah terus dari tahun ke tahun, sejumlah 3,2 miliar pemakai *gadget* di tahun 2019, naik mencapai 5,6% dibandingkan pada pemakaian tahun-tahun yang lalu. Apabila di sandingkan dengan pemakaian perangkat aktif yaitu sebanyak 3,8 miliar buah. Sedangkan pada tahun 2022, diprediksi jumlah pemakaian *smartphone* mencapai 3,9 miliar. Peningkatan jumlah tersebut sebagian besar terjadi pada Kawasan berkembang, termasuk Afrika, Timur Tengah, Asia Tenggara dan Amerika Latin². Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) mengumumkan jumlah pengguna internet Indonesia tahun 2024 mencapai 221.563.479 jiwa dari total populasi 278.696.200 jiwa penduduk Indonesia tahun 2023. Dari hasil survei penetrasi internet Indonesia 2024 yang dirilis

APJII, maka tingkat penetrasi internet Indonesia menyentuh angka 79,5%. Dibandingkan dengan periode sebelumnya, maka ada peningkatan 1,4%³.

Pada masa pandemi covid-19 siswa menggunakan gadget untuk pembelajaran secara *online*, pada pelaksanaannya tidak menutup kemungkinan siswa khususnya siswa SMAN juga memanfaatkan *gadget* sebagai media hiburan disaat mereka melaksanakan pembelajaran, sehingga pengaruh negatif akibat pemakaian *gadget* pada saat ini tidak dapat dihindari lagi. Di kalangan siswa *Gadget* semakin banyak diminati karena *gadget* lebih menarik dan mudah digunakan saat pembelajaran secara *online*. Fenomena yang terjadi saat ini adalah teknologi *gadget* lebih dikuasai oleh siswa dibanding oleh orang tua, justru anak lah yang mengajari orang tua bagaimana cara mengoperasikan *handphone* atau *smartphone* selain sebagai alat komunikasi yang dapat menepis jauhnya jarak dan waktu tetapi *gadget* juga menyediakan fitur-fitur lain seperti hiburan dan sosial media yang dapat memanjakan penggunanya hingga dapat berlama-lama menggunakan *gadget*⁴.

Penggunaan *gadget* yang berlebihan mengakibatkan seseorang menderita gangguan psikis contohnya depresi, kecemasan, stres, menurunnya *self esteem*, sulit tidur, serta gangguan mental terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya. Depresi bisa menjadi salah satu pemicu dan dapat juga menjadi dampak dari kecanduan internet, sehingga seseorang merasa kehilangan harapan dan bermain dengan seluruh jaringan komputer secara global menjadi tempat pelarian atas permasalahan yang dihadapi oleh orang tersebut . Tingginya intensitas orang dengan penggunaan *smartphone* maka akan terjadi penurunan komunikasi dan interaksi terhadap orang sekitar. Tindakan ini berakibat orang tersebut beresiko menderita gangguan kejiwaan seperti depresi atau bahkan dapat memilih mengakhiri hidupnya, terdapat hubungan antara kecanduan internet dan depresi pada siswa yaitu dari jumlah 171 responden berjenis kelamin perempuan (63,2%) di usia antara 14-17 tahun, sejumlah 120 pelajar (70,2%) yang mengalami ketergantungan dengan internet sedangkan sejumlah 55 pelajar (32,2%) yang menderita depresi⁵.

Sebagai bagian dari masyarakat dan juga institusi yang memiliki peran dalam penyelenggaraan tri dharma perguruan tinggi diharap Universitas Lampung juga dapat mengambil peran membantu pemerintah daerah maupun pusat dalam kegiatan terkait peningkatan kesehatan masyarakat Indonesia. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat yang merupakan salah satu dari tri dharma perguruan tinggi, pengabdian masyarakat kali ini dirasa perlu untuk membantu pemerintah dalam mencegah dan mengurangi gangguan mental anak dan remaja akibat penggunaan *gadget*.

Dari data sensus BPS Lampung Selatan 2019⁶ didapatkan data bahwa kecamatan dengan penduduk yang terpadat adalah Natar. Salah satu wilayah yang masyarakatnya belum dapat memanfaatkan fasilitas kesehatan secara maksimal adalah Desa Negara Ratu Kecamatan Natar. Penduduk Desa Negara Ratu termasuk yang padat di Kecamatan Natar, dengan luas 8,50 km² dihuni oleh 13.518 orang, jadi kepadatannya sebesar 1.590,35 orang/ km².

Selain tingkat pendidikan yang rendah, kurangnya akses informasi turut andil dalam rendahnya kesadaran masyarakat dalam memelihara kesehatan. Desa Negara Ratu merupakan desa yang sebetulnya tidak terlalu jauh dari ibukota provinsi maupun kecamatan yang dapat dicapai dalam waktu kurang dari satu jam, namun mobilitas penduduknya sangat terbatas.

Keterbatasan tersebut antara lain disebabkan karena keterbatasan angkutan umum. Sebagai alternatif sebagian besar masyarakat desa ini memiliki kendaraan sendiri berupa sepeda motor, namun tetap saja mobilitas masyarakat masih rendah. Penduduk Desa Negara Ratu memiliki tingkat ekonomi yang beragam mulai sangat rendah dan sangat tinggi. Mata pencaharian penduduk desa ini juga beragam, di antaranya PNS, karyawan swasta, petani,

pedagang, tenaga kesehatan, sopir, dan lain-lain. Namun secara umum dapat dikatakan tingkat ekonomi penduduk adalah sedang, sedangkan mata pencaharian sebagian besar adalah petani.

Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu-ibu di Desa Negara Ratu Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan tentang pentingnya pendampingan anak dan remaja dalam menggunakan gadget agar terhindar dari bahaya atau akibat buruk dari penggunaan gadget. Ibu-ibu tersebut diharapkan dapat meneruskan pengetahuannya kepada anggota keluarga di rumah dan dapat mendampingi anak-anak dalam penggunaan gadget. Selain itu, ibu-ibu diharapkan dapat menyebarkan pengetahuannya pada masyarakat luas.

METODE

Program yang dilaksanakan meliputi beberapa kegiatan antara lain Penilaian Awal berupa *pre test* tentang pengetahuan awal mengenai pentingnya pendampingan orang tua terhadap anak dan remaja dalam menggunakan gadget. Dilanjutkan dengan penyuluhan dan diskusi dengan topik Pengertian *Gadget*, Manfaat *Gadget*, Dampak Positif Penggunaan *Gadget*, Dampak Negatif Penggunaan *Gadget*, Intensitas Penggunaan *Gadget*. Setelah penyuluhan dan diskusi dilakukan penilaian akhir berupa *post test* mengenai pentingnya pendampingan orang tua terhadap anak dan remaja dalam menggunakan gadget. Sebelum kembali kerumah masing-masing dilakukan pembagian modul tentang pentingnya pendampingan orang tua terhadap anak dan remaja dalam menggunakan gadget.

Khalayak sasaran yang cukup strategis dalam kegiatan ini adalah 40 orang ibu-ibu rumah tangga di Desa Negara Ratu Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan, dimana keberadaan ibu-ibu ini cukup strategis dalam menyebarkan pengetahuannya pada anggota keluarga yang lain maupun masyarakat di sekitarnya. Di samping itu, ibu-ibu di desa ini dianggap memiliki lebih banyak waktu luang sehingga dapat mengikuti kegiatan penyuluhan/ edukasi. Kegiatan ini akan melibatkan unsur-unsur terkait diantaranya pemerintah setempat yang diharapkan mendukung kegiatan ini, sebagai mitra.

Evaluasi yang dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan ini terdiri dari evaluasi awal, evaluasi proses dan evaluasi akhir. Evaluasi awal dilakukan dengan memberikan *pre-test* kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang terkait dengan materi yang akan diberikan. Hasil dari evaluasi ini berupa nilai skor tiap peserta, yang merupakan hasil pembagian dari jawaban benar dengan total jumlah pertanyaan dikalikan 100. Evaluasi proses dilakukan dengan melihat tanggapan masyarakat melalui pertanyaan-pertanyaan yang diajukan ataupun umpan balik yang diberikan dalam diskusi. Evaluasi akhir dilakukan dengan memberikan *post-test* kepada peserta yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang sama yang telah diberikan pada *pre-test*. Skor nilai *post-test* dibandingkan dengan skor nilai *pre-test*. Apabila nilai *post-test* lebih tinggi dari nilai *pre-test* maka kegiatan penyuluhan yang diberikan berhasil meningkatkan pengetahuan masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pengabdian yang dilaksanakan meliputi tiga kegiatan antara lain penyuluhan, diskusi dan evaluasi. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 25 Agustus 2024 di kediaman warga bernama Bapak Iswanto pada pukul 16.00 sampai dengan 18.00 dan dihadiri oleh 40 orang ibu-ibu. Topik penyuluhan dan diskusi antara lain tentang pentingnya pendampingan anak dan remaja dalam menggunakan gadget agar terhindar dari bahaya atau akibat buruk dari penggunaan gadget. Evaluasi yang dilakukan untuk menilai keberhasilan kegiatan ini terdiri dari evaluasi awal evaluasi proses dan evaluasi akhir .



Gambar 1. Peserta Kegiatan (a), narasumber pada kegiatan penyuluhan (b) dan foto Bersama tim PKM (c).

Dari nilai *pre test* dan *post test* yang telah dilakukan didapatkan hasil rata-rata nilai *pre test* sebesar 71,18 dan nilai *post test* 97,06. Nilai tersebut menunjukkan telah terjadi peningkatan pengetahuan bagi ibu-ibu peserta edukasi tentang pentingnya pendampingan anak dan remaja dalam menggunakan gadget agar terhindar dari bahaya atau akibat buruk dari penggunaan gadget. Teknologi yang ditawarkan oleh *gadget* yang mempunyai banyak manfaat juga dapat memberikan dampak positif maupun negatif dari penggunaannya. Anggraeni (2018) berpendapat bahwa *gadget* memiliki dampak positif berupa kemudahan dalam berkomunikasi di mana tidak diperlukan waktu yang lama sehingga lebih efektif dan efisien⁷. Namun, menurut Nurhaeda (2018) dampak negatif yang dapat ditimbulkan karena adanya *gadget* juga tidak sedikit, diantaranya gangguan kesehatan fisik dan mental, gangguan perkembangan anak, gangguan perilaku sosial dan juga memudahkan terjadinya tindak kejahatan⁸. Untuk itu, kampanye atau edukasi mengenai bagaimana penggunaan gadget yang bijak sangatlah penting.

Jika orang tua terutama ibu tidak bisa mengawasi anaknya dalam penggunaan gadget dan melihat konten-konten negatif tentunya hal ini akan mengarah kepada hal-hal yang serius seperti tindak kekerasan maupun pornografi. Durasi penggunaan gadget juga harus dipantau dan diatur secara bijak oleh orang tua⁹. Berdasarkan anjuran Asosiasi dokter anak Amerika Serikat dan Kanada para orang tua sebaiknya konsisten dan bersikap tegas terhadap anaknya dengan cara tidak membiarkan anaknya menggunakan gadget di usia 0-2 tahun, serta pembatasan penggunaan gadget hanya 1 jam per hari untuk anak yang berusia 3-5, dan 2 jam untuk anak 6-18 tahun. Hal tersebut mengingat pada kebanyakan kasus anak-anak menggunakan gadget dengan durasi yang sangat berlebihan yaitu 4 atau 5 kali melampaui batas yang telah disarankan para ahli¹⁰. Dengan demikian diharapkan edukasi pada ibu-ibu yang dilakukan dapat menjadi salah satu solusi dalam pengawasan penggunaan gadget pada anak-anak secara bijak.

SIMPULAN

Dengan adanya peningkatan pengetahuan ibu-ibu tentang pentingnya pendampingan anak dan remaja dalam menggunakan gadget agar terhindar dari bahaya atau akibat buruk dari penggunaan gadget diharapkan dapat menularkan pengetahuannya pada keluarga dan masyarakat sekitar sehingga status kesehatan di masyarakat bisa meningkat khususnya di Desa Negara Ratu Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Republik Indonesia. 2008. Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik.
2. Anonim. Newzoo Global Mobile Market Report. Tersedia pada <https://newzoo.com/resources/trend-reports/newzoo-global-mobile-market-report-2019-light-version>. Diakses 8 Maret 2024
3. APJII. 2024. APJII Jumlah Pengguna Internet Indonesia Tembus 221 Juta Orang. Tersedia pada <https://apjii.or.id/berita/d/apjii-jumlah-pengguna-internet-indonesia-tembus-221-juta-orang>. Diakses pada 24 Desember 2024
4. Rachmawati P, Rede A, Jamhari M. Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Hasil Belajar Mahasiswa Pendidikan Biologi Angkatan 2013 FKIP UNTAD Pada mata kuliah Desain Media Pembelajaran. *E-JIP BIOL*. 2017; 5(1)
5. Badan Pusat Statistik Kabupaten Lampung Selatan. Kecamatan Natar Dalam Angka Tahun 2019. Lampung Selatan; 2019
6. Rini MK, Huriah T. Prevalensi dan Dampak Kecanduan Gadget Pada Remaja: Literature Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 2020;5(1).
7. Anggraeni A, Hendrizal H. Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Kehidupan Sosial Para Siswa di SMAN 1 Padang. *Pelita Bangsa Pelestari Pancasila*. 2018;13(1), 64–76.
8. Nurhaeda N. Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini Dalam Pan-Dangan Islam di PAUD Terpadu Mutiara Hati Palu. *ECEIJ (Early Childhood Education Indonesian Journal)*. 2018; 1(2), 70–78.
9. Indriyani, Maulita. Persepsi Orang Tua Terhadap Penggunaan Gadget Pada Anak Usia 5-6 tahun. Skripsi. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan. Universitas Lampung. Bandar Lampung: 2018
10. Pebriana, Putri H. Analisis Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan interaksi Sosial pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi*. 2017; Vol 1, No.1.