

PENYULUHAN BAHAYA GADGET PADA ANAK DI SDN 04 SA'DAN**Regina Reni Ranteallo¹, Adriana Mapandin² Junelce Ogilvie³**

Institut Toraja Raya Indonesia

reginareniranteallo@gmail.com^{1*}**Abstrak (Indonesia)**

Penggunaan gadget pada anak usia sekolah dasar mengalami peningkatan yang signifikan seiring perkembangan teknologi di era digital. Penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat memberikan dampak negatif terhadap perkembangan fisik, psikologis, sosial, dan emosional anak, seperti menurunnya kemampuan konsentrasi, meningkatnya perilaku individualisme, kurangnya interaksi sosial, serta ketergantungan terhadap internet dan media digital. Oleh karena itu, diperlukan upaya promotif dan preventif melalui kegiatan penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai bahaya penggunaan gadget secara berlebihan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada siswa-siswi tentang dampak negatif gadget serta pentingnya membatasi penggunaan gadget dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa siswa memperoleh pemahaman mengenai dampak negatif penggunaan gadget yang berlebihan serta pentingnya membatasi waktu penggunaan gadget. Selain itu, siswa juga didorong untuk meningkatkan aktivitas sosial dengan bermain bersama teman di lingkungan sekitar, membantu orang tua di rumah. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran siswa terhadap penggunaan gadget yang bijak serta mendukung tumbuh kembang anak yang lebih optimal.

Metode yang digunakan adalah; pertama, health education yang digunakan meningkatkan kemampuan masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan, baik fisik, mental dan sosialnya sehingga produktif secara ekonomi maupun sosial. Kedua, Health Prevention Usaha pencegahan suatu penyakit lebih baik dari mengobati suatu penyakit.

Sasaran kegiatan yaitu sebanyak 60 orang peserta. Adapun peserta yang hadir adalah sebanyak 50 orang. Dalam kegiatan ini peserta tampak antusias mengikuti kegiatan pelayanan kesehatan.

Telah dilakukan kegiatan pengabdian Institut Toraja Raya Indonesia. Kegiatan pengabdian berjudul penyuluhan bahaya gadget pada anak di SDN 04 Sa'dan dilaksanakan selama 1 hari.

Kata kunci: bahaya gadget**Abstract**

The use of gadgets among elementary school-aged children has increased significantly along with technological developments in the digital era. Uncontrolled gadget use can have negative impacts on children's physical, psychological, social, and emotional development, such as decreased concentration ability, increased individualistic behavior, lack of social interaction, and dependence on the internet.

and digital media. Therefore, promotive and preventive efforts are needed through health education activities to improve students' knowledge regarding the dangers of excessive gadget use. This community service activity aims to provide education to students about the negative impacts of gadgets and the importance of limiting gadget use in daily life.

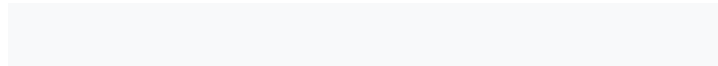
The results of the activity showed that students gained an understanding of the negative impacts of excessive gadget use and the importance of limiting gadget usage time. In addition, students were also encouraged to increase social activities by playing with friends in the surrounding environment and helping parents at home. This activity is expected to increase students' awareness of wise gadget use and support more optimal child growth and development.

The methods used were: first, health education, which is used to improve the community's ability to maintain and enhance their level of health, both physically, mentally, and socially, so that they can be economically and socially productive. Second, health prevention, where efforts to prevent a disease are better than treating a disease.

The target of the activity was 60 participants. The number of participants who attended was 50 people. In this activity, participants appeared enthusiastic in participating in the health service activities.

A community service activity by Institut Toraja Raya Indonesia has been carried out. The community service activity entitled counseling on the dangers of gadgets for children at SDN 04 Sa'dan was conducted for 1 day.

Keywords: dangers of gadgets



**Correspondent Author :*

Email : reginareneranteallo@gmail.com

PENDAHULUAN

Hampir semua orang memiliki gadget di era globalisasi, karena gadget tersebar luas di berbagai kalangan masyarakat. Sekarang bukan hanya orang dewasa, tetapi anak-anak juga sangat bergantung pada gadget, hal tersebut menimbulkan kekhawatiran terkait dampaknya pada perkembangan fisik dan mental anak-anak. Pada anak sekolah dasar, penggunaan gadget juga semakin banyak. Gadget merupakan teknologi yang sangat populer dan penggunaannya semakin meningkat. Bukanlah sesuatu hal yang baru bagi anak dalam menggunakan gadget. Gadget adalah satu dari beberapa bentuk teknologi pada zaman sekarang dengan memberikan kemudahan dan manfaat lainnya yang bersifat positif namun dapat juga memberikan pengaruh yang sifatnya negatif. Anak-anak yang terpapar gadget sering mengalami dampak negatif dalam tumbuh kembang mereka. Ketergantungan pada gadget dan internet seringkali berlebihan yang mengganggu kehidupan sehari-hari mereka. Mereka cenderung terlalu terfokus pada gadget-nya dan

kurang peduli terhadap lingkungan sekitar, seringkali menunjukkan reaksi marah jika diganggu. Kecanduan gadget ini tidak hanya terjadi di Indonesia tetapi juga di seluruh dunia. Penggunaan gadget yang berlebihan pada anak dapat berdampak negatif, termasuk mengurangi kemampuan mereka untuk berkonsentrasi dan meningkatkan ketergantungan pada hal-hal yang seharusnya mereka lakukan sendiri. Akses internet yang mudah melalui gadget juga bisa mengekspos anak-anak pada konten yang tidak sesuai untuk usia mereka. Selain itu, gadget dan media sosial dapat membentuk kebiasaan serta karakter baru seperti perilaku anti-sosial, pengeluaran yang tidak efisien, dan individualisme.

Penyuluhan kesehatan merupakan salah satu bentuk upaya promotif dan preventif yang dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta kemampuan masyarakat dalam menjaga kesehatan. Dalam era digital saat ini, perkembangan teknologi informasi yang sangat pesat menyebabkan penggunaan gadget semakin meningkat, termasuk pada kelompok anak-anak. Gadget telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari karena digunakan sebagai sarana hiburan, komunikasi, maupun pembelajaran. Namun, penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat memberikan dampak negatif terhadap tumbuh kembang anak, baik secara fisik, psikologis, sosial, maupun emosional. Penyuluhan mengenai bahaya gadget pada anak bertujuan memberikan edukasi kepada orang tua dan masyarakat mengenai dampak negatif penggunaan gadget yang berlebihan serta cara penggunaan gadget yang bijak sesuai usia anak. Kegiatan penyuluhan juga diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya pengawasan, pembatasan durasi penggunaan gadget, dan peningkatan interaksi langsung antara orang tua dan anak.

METODE PELAKSANAAN

a. Tahapan Kegiatan

Kegiatan tahap pertama dimulai dengan survei lapangan ke lokasi kegiatan di SDN 04 Sa'dan. Survei lapangan dilakukan oleh tim pengabdian pada tanggal 01 April 2026. Tim pengabdian melakukan diskusi dengan kepala sekolah dan para guru serta Puskesmas Sa'dan

Tahap kedua merupakan pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa solusi yang telah disetujui oleh kepala sekolah, para guru dan puskesmas Sa'dan. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama satu hari. Tanggal pelaksanaan kegiatan pada tanggal 10 April 2026 Pukul 09.00 Wita sampai pukul 11.15 Wita. Tempat pelaksanaan di aula SDN 04 Sa'dan

b. Solusi yang di tawarkan

Tim pengabdian menawarkan solusi terkait masalah yang dihadapi Masyarakat terutama anak usia sekolah di Toraja berupa penyuluhan-penyuluhan tentang bagaimana keluarga dan masyarakat menjalankan pola hidup sehat seperti menggunakan gadget dengan baik

c. Mekanisme Pelaksanaan Kegiatan

Tanggal Pelaksanaan : 10 April 2026

Pukul : 09.00 Wita - selesai

Tempat Pelaksanaan : Aula SDN 04 Sa'dan

d. Rundown Kegiatan

Adapun Susunan Program kegiatan Penyuluhan

Waktu	Kegiatan	Durasi	Keterangan
09:00-09.30	Persiapan	30 menit	Tim
09:30-10:00	Perkenalan dan Tanya Jawab	30 menit	Tim
10:00-11.00	Penyuluhan tentang bagaimana keluarga dan masyarakat menjalankan pola hidup sehat sehingga terhindar dari berbagai macam penyakit, mengikuti Senam Germas dan melakukan pemeriksaan kesehatan gratis	1 jam	Tim
11.00-11.15	Evaluasi	15 menit	Tim

e. Job Desk Tim Pelaksanaan

No	Nama Tim	Keterangan
1	Regina Reni Ranteallo	Ketua Tim
2	Adriana Mapandin	Anggota
3	Junelce Ogilvie	Anggota
4	Tim Kesehatan Puskesmas Sa'dan	Mitra

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Kegiatan ini merupakan salah satu rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen Program Studi SI Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia. Perencanaan kegiatan dimulai dengan survei lapangan oleh tim pengabdian. Survei lapangan dilakukan oleh tim pengabdian pada tanggal 01 April 2026. Tim pengabdian melakukan diskusi kepala sekolah, para guru dan puskes,a Sa'dan.

Pada diskusi ini tim pengabdian mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi terkait dengan masalah terkini yang sering dialami masyarakat yaitu durasi penggunaan gadget pada anak usia sekolah tidak dibatasi

Kemudian tim pengabdian menawarkan beberapa solusi untuk menyelesaikan masalah tersebut menawarkan kegiatan berupa Penyuluhan tentang bagaimana keluarga dan masyarakat terutama anak usia sekolah menjalankan pola hidup sehat sehingga terhindar dari berbagai macam penyakit akibat penggunaan gadget terlalu lama

Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa solusi yang telah disetujui oleh kepala sekolah, para guru dan Puskesmas Sa'dan selama satu hari. Tanggal pelaksanaan kegiatan pada tanggal 10 April 2026 Pukul 09.00 Wita sampai pukul 11.15 Wita. Tempat pelaksanaan di aula SDN 04 Sa'dan.

Hasil dari kegiatan ini adalah siswa memperoleh pemahaman mengenai dampak negatif penggunaan gadget yang berlebihan serta pentingnya membatasi waktu penggunaan gadget. Selain itu, siswa juga didorong untuk meningkatkan aktivitas sosial dengan bermain bersama teman di lingkungan sekitar, membantu orang tua di rumah, Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran siswa terhadap penggunaan gadget yang bijak serta mendukung tumbuh kembang anak yang lebih optimal

B. Luaran

Pada kegiatan pengabdian ini, tim pengabdian membuat artikel hasil pengabdian kepada masyarakat tentang penyuluhan bahaya gadget pada anak SDN 04 Sa'dan. Artikel ini akan diterbitkan dalam jurnal Pengabdian Kesehatan Promotif oleh Institut Toraja Raya Indonesia.



KESIMPULAN

Telah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berbasis masyarakat pada Prodi SI Keperawatan Institut Toraja Raya Indonesia. Kegiatan pengabdian tentang penyuluhan bahaya gadget pada anak SDN 04 Sa'dan.

DAFTAR PUSTAKA

- Basir, K., Janna, T. A. S., Toding, A., Abdullah, S. S., Langi, R. T., Rusli, U. A., & Subhan, A. M. B. (2024). Edukasi bahaya gadget dan pembagian mainan edukasi sebagai upaya menurunkan intensitas penggunaan gadget pada anak. *PROMOTIF: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 33-43.
- Budioro. (2022). *Pengantar Pendidikan Kesehatan Masyarakat*. Semarang: Balai Penerbit Universitas Diponegoro.
- Fitriani, S. (2021). *Promosi Kesehatan* (Cetakan 1). Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Hidayat, A. A. (2020). *Metode Penelitian Kesehatan Paradigma Kuantitatif*. Jakarta: Health Books.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Metode Penelitian Kesehatan* (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2022). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurbaiti, Nasmi, & Marniati. (2025). Literature Review : Dampak Gadget terhadap Kesehatan Fisik dan Mental Anak. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Gizi*, 3(3), 107-125.
- Nurullita, U., Wardani, R. S., Meikawati, W., Anjani, R., Alri, S. R. D., & Sulistyawati, A. A. (2023). Penyuluhan Bahaya Kesehatan Akibat Gadget pada Anak dan Remaja di Wilayah Kelurahan Purwosari Kota Semarang. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 5(2), 396-403. <https://jak.ubr.ac.id/index.php/jak/article/view/549>
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2022). *Fundamental of Nursing*. Jakarta: EGC.
- Riskesdas. (2020). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Republik Indonesia.
- Rukmana, N. I. N., Fardana, N. A., Dewanti, L., & Mujtaba, F. (2021). Does the Intensity of Gadget Use Impact Social and Emotional Development of Children aged 48-72 Months?. *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 7(2), 135-144. <https://ejournal.uin-suka.ac.id/tarbiyah/alathfal/article/view/2021.72-04/2251>
- Safitri, R. (2024). Penyuluhan Tentang Bahaya Penggunaan Gadget Secara Berlebihan pada Anak dan Remaja di Lembaga Kursus UTC Beringin. *Jurnal Abdidas*, 5(6), 994–999. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v5i6.1095>
- Sinulingga, S. (2022). Efek Gadget Terhadap Perkembangan Anak Di Yayasan Ilham Hasibuan Kota Jambi Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)*, 1(2), 65-69. <https://ejournal.unaja.ac.id/index.php/KIA/article/view/735>
- Suliha, U. (2020). *Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Syafani, A. K., Hidayat, D. R., & Badrujaman, A. (2024). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Kesehatan Mental Anak: Literatur Review. *AL-ASASIYYA: Journal of Basic Education*, 8(1).
- Wawan, A., & Dewi, M. (2020). *Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.