

Psikoedukasi Dampak Penggunaan Gadget pada Perkembangan Psikososial *Loving Children Choir of Mamajang Makassar*

Psychoeducation in the Use of Gadget's Impact in the Psycho-Social Development of the Loving Children Choir of Mamajang Makassar

Blasius Perang*, Muhammad Reza Firmansyah

Universitas Atma Jaya, Makassar

*Email: blasisprang81@gmail.com

(Diterima 31-07-2024; Disetujui 02-09-2024)

ABSTRAK

Gadget adalah salah satu produk aplikasi teknologi informasi yang berkaitan dengan pemenuhan kebutuhan yang paling berkembang saat ini. Pada era globalisasi saat ini, perangkat dapat dengan mudah ditemukan karena hampir semua orang di dunia memilikinya. Ini karena *gadget* tidak hanya populer di kalangan remaja (usia 12-21 tahun) dan dewasa atau lanjut usia (usia 60 tahun ke atas), tetapi juga di kalangan anak-anak (usia 7-11 tahun). Ironisnya, anak-anak usia 3 hingga 6 tahun tidak seharusnya menggunakannya. Alat-alat ini sekarang dianggap sebagai pengubah pola interaksi sosial, seperti yang ditunjukkan oleh perubahan sosialisasi yang terjadi pada masyarakat, terutama di kalangan remaja. Tidak dapat dipungkiri lagi bahwa kemajuan dalam teknologi informasi mempengaruhi interaksi sosial. Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan psikoedukasi kepada "*Loving Children Choir*" yang terdiri 30 orang anak-anak usia 7-11 tahun di Gereja Katolik Mamajang-Makassar. Metode kegiatan ini adalah psikoedukasi berupa pemaparan materi/presentasi dan tanya jawab. Hasil yang didapatkan dari psikoedukasi ini adalah meningkatkan pengetahuan tentang dampak negatif penggunaan gadget. Diharapkan agar kegiatan ini dapat memberikan kesadaran kepada kelompok "*Loving Children Choir*" agar menggunakan gadget dengan baik dan benar.

Kata kunci: gadget, psikososial, teknologi

ABSTRACT

Gadgets are one of the most evolving information technology applications related to meeting needs today. Engaging in social interactions, especially communicating with each other, is not difficult in an era of globalization as it is today. In today's age of globalization, devices can be easily found because almost everyone in the world has them. Gadget is not only popular among teenagers (age 12-21 years) and adults or the elderly (age 60 years and over), but also among children (age 7-11 years). Ironically, children between the ages of three and six shouldn't use it. These tools are now viewed as patterns of social interaction, as demonstrated by the socialization changes that occur in societies, especially among adolescents. It can no longer be denied that advances in information and Technology affects social interaction. The purpose of this activity was to educate the 'Loving Children Choir', which consists of 30 children aged 7-11 years in the Catholic Church of Mamajang - Makassar. The method was a psychoeducation in the form of exposure to material/presentations and questioning answers. The results obtained from this psychoeducation increase knowledge about the negative impact of gadget use. It was hoped that this activity can give awareness to this group to use the gadget well and correctly.

Keywords: gadget, psychosocial, technology

PENDAHULUAN

Fenomena anak-anak bermain gadget sangat marak ditemukan dimana saja bahkan tidak jarang kita melihat anak yang bermain gadget adalah anak yang masih di bawah umur. Pengguna teknologi tidak terbatas pada usia: mulai dari bayi, remaja, dan dewasa. Pengguna teknologi tidak cepat puas dengan teknologi saat ini sebab teknologi terus berkembang dan pengguna teknologi cenderung ingin lebih menguasai jenis teknologi yang lebih baru.

Karena itu, pengguna teknologi ingin memiliki dan berusaha untuk menguasai teknologi baru yang muncul (Yumarni, 2022).

Gadget memang merupakan benda yang saat ini tak terhindarkan dari kehidupan sehari-hari. Tingginya kebutuhan untuk berkomunikasi, berinteraksi dan mencari informasi semakin memperkuat bahwa seseorang perlu untuk memakai gadget, namun bila gadget digunakan oleh anak-anak yang masih dibawah umur tentunya akan membawa pengaruh tertentu yang mungkin bisa saja mengganggu tumbuh kembangnya (Prastomo Suhendro, dkk, 2022). Dampak penggunaan gadget yang tak terkendali akan dapat merusak berbagai sendi kehidupan terutama masalah kesehatan dan masalah psikologis. Masalah psikologis menyangkut juga soal psikososial dimana anak-anak kurang menyadari pentingnya bersosialisasi secara langsung dengan teman sebaya atau lingkungan. Anak-anak lebih senang bermain gadget di rumah daripada di luar bersama teman-teman, dan sering membangkang atau membantah setelah mengenal perangkat tersebut. Anak-anak sering menunjukkan ekspresi yang kesal atau marah.

Menurut Syifa (2019), penggunaan gadget yang berlebihan juga dapat meningkatkan kecemasan, depresi, dan stres siswa. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai hal, seperti tuntutan untuk tetap terhubung ke dunia digital, mempertahankan gambar yang disimpan di internet, dan terus memperbarui informasi yang diterima dari perangkat. Derasnya pemakaian gadget dengan segala fitur yang menarik tidak dapat dikontrol sebagaimana mestinya oleh orangtua apalagi jika orang tua sibuk bekerja. Anak dinabobokan dengan gadget sehingga memacu anak/untuk menghabiskan waktu bermain gadget, game, berselancar di dunia maya dan lupa pada situasi sosial yang ril.

Penggunaan gadget yang berlebihan membuat anak diam terlalu lama, mengganggu perkembangan kesehatannya dan menyebabkan obesitas. Jika anak tidak banyak berinteraksi dengan orang lain maka kemampuan motorik dan berbahasa anak juga akan terhambat. Selain itu, dapat mengurangi kemampuan anak untuk berkonsentrasi dan meningkatkan ketergantungan mereka pada kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas yang seharusnya dapat mereka selesaikan sendiri. Lagi pula semakin terbuka akses internet ke perangkat elektronik yang menampilkan segala hal yang tidak seharusnya dilihat oleh anak-anak dapat mengakibatkan konsekuensi yang merugikan bagi anak-anak karena banyaknya fitur atau aplikasi yang tidak sesuai dengan usia mereka. Ketika anak terlalu tergantung pada perangkat, akan dapat berefek bagi anak-anak Anak-anak yang terlalu tergantung pada perangkat akan kehilangan kesempatan untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya, yang berdampak psikologis terutama pada krisis percaya diri. Seseorang yang tingkat ketergantungan

smartphone tinggi 3 kali memiliki resiko mengalami interaksi yang kurang baik dibandingkan tingkat ketergantungan *smartphone* yang rendah (Muflih, et al., 2017).

Ketika anak kecanduan gadget, maka akan gelisah jika dipisahkan darinya. Anak-anak menghabiskan sebagian besar waktu untuk bermain perangkat ini. Akibatnya, anak-anak cenderung menjadi *introvert* dan kurang akrab dengan orang tua dan teman-teman. Selain itu, dapat berdampak pada perkembangan otak anak. *Pre Frontal Cortex* (PFC) adalah bagian otak yang mengontrol emosi, kontrol diri, tanggung jawab, dan nilai moral lainnya. Jika seorang anak menjadi kecanduan teknologi, otaknya akan menghasilkan hormon dopamine yang berlebihan yang mengganggu fungsi PFC. (Safitri1, 2023)

Di samping dampak negatif yang ditimbulkan karena penggunaan gadget yang berlebihan, ada dampak positif dari penggunaan gadget yang baik dan benar. Anak-anak yang menggunakan perangkat *smartphone* mereka hampir setiap hari digunakan dengan Baik dalam hal belajar maupun berkomunikasi dengan temannya. Seberapa sering siswa menggunakan *smartphone* untuk mencari informasi juga mempengaruhi proses belajar mereka. Siswa yang sering menggunakan gadget untuk mencari informasi cenderung memiliki prestasi belajar yang lebih baik daripada siswa yang tidak sering melakukannya (Dewanti, et al., 2016). Anak-anak memiliki kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, mengambil tanggung jawab atas tanggung jawab sendiri, dan membantu pekerjaan orang tua di rumah. Bersikap sopan terhadap orang tua dan mematuhi peraturan di rumah dan di sekolah (Syifa, (2019).

Tujuan kegiatan ini adalah memberikan psikoedukasi kepada kelompok “*Loving Children Choir*” tentang dampak penggunaan gadget pada perkembangan sosial mereka baik di rumah, di sekolah atau di lingkungan Dimana anak-anak berada. Diharapkan “*Loving Children Choir*” menyadari pentingnya menggunakan gadget dengan baik, benar serta pada waktunya.

BAHAN DAN METODE

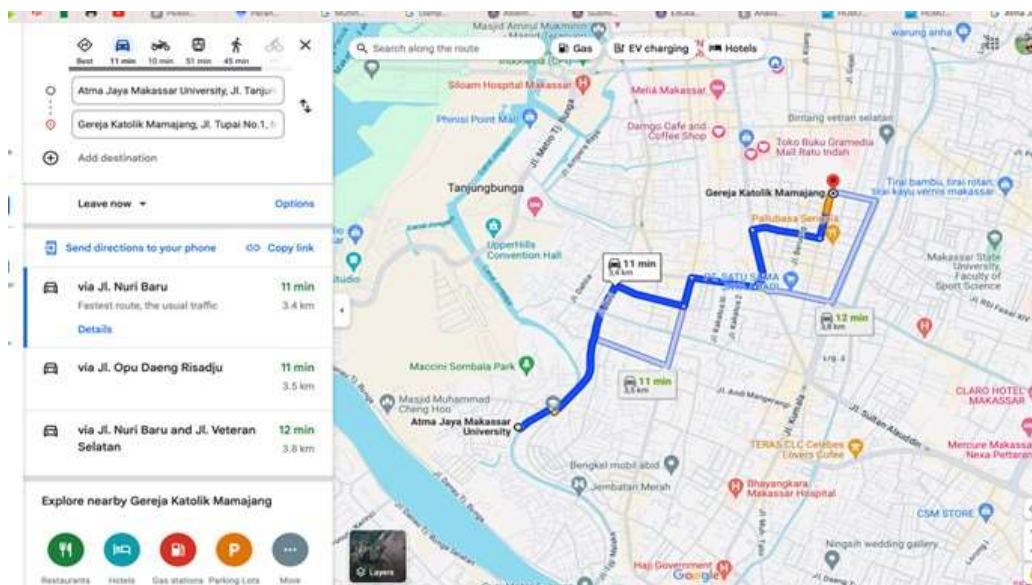
Pelaksanaan pengaduan masyarakat ini dilakukan pada 26 Juli 2024 di lantai dua sekretariat Gereja katolik Mamajang-Makassar. Tahap pelaksanaan kegiatan ini meliputi:

a. Tahap sosialisasi

Pada tahap ini, pengabdian menemui pimpinan komunitas anak untuk mengkoordinasikan dan mengkonsultasikan kegiatan yang akan dilaksanakan dengan anak-anak, izin tempat kegiatan dan cara menghadirkan anak-anak untuk mau bergabung pada psikoedukasi tentang dampak buruk penggunaan gadget pada kesehatan anak.

b. Tahap Psikoedukasi

Setelah mendapatkan persetujuan dari pimpinan “*Loving Children Choir*” maka disepakati waktu untuk melakukan psikoedukasi. Bahan-bahan yang digunakan adalah LCD, pengeras suara/ speaker, layar. Psikoedukasi adalah memberikan pemahaman kepada anak-anak yang bertujuan untuk mengetahui dampak buruk penggunaan gadget pada perkembangan psikososial. Peserta yang hadir pada kegiatan ini adalah anak-anak yang tergabung dalam paduan suara yang bernama “*Loving Children Choir*”. Materi dipersiapkan dalam bentuk *PowerPoint* ditambah dengan video-video yang terkait dengan dampak penggunaan gadget.



Gambar 1. Jarak Lokasi PKM dengan Universitas Atma Jaya Makassar.

Lokasi kegiatan PKM berjarak kira-kira 3.4 km dari Kampus Atma Jaya Makassar yang bisa ditempuh dengan menggunakan kendaraan roda dua. Kegiatan PKM dilaksanakan pada 26 Juni 2024 pada Jumat sore pukul 17.00-19.00 WIB. Peserta yang merupakan anggota “*Loving Children Choir*” kebanyakan perempuan yang berjumlah 20 orang dan laki-laki berjumlah 10 orang.



Gambar 2. Presentasi dari pemateri



Gambar 3. Foto peserta Bersama team

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan psikoedukasi tentang dampak gadget pada perkembangan psikososial anak yang ditujukan kepada peserta Loving Children Choir berlangsung selama dua jam mulai pukul 17.00-19.00 di lantai dua sekretariat Gereja Katolik Mamajang Makassar. Pada kegiatan ini kegiatan pre test dilakukan tetapi tidak didokumentasikan Dalam bentuk tertulis., Pada awa kegiatan team memperkenalkan diri dan dilanjutkan dengan perkenalan dari peserta sehingga tercipt rapport yang baik dan keadaan yang relaks agar materi dapat diserap dengan baik. Selanjutnya, team memaparkan materi tentang dampak gadget terhaap

perkembangan psikososial anak-anak. Dari presentasi dipertegas tentang dampak penggunaan gadget baik yang positif maupun negatif.

Dampak positif misalnya;

1. Meningkatkan pengetahuan dan informasi anak.

Gadget membuka banyak pintu ke ilmu pengetahuan. Anak-anak dapat belajar banyak hal di internet, seperti sains, matematika, bahasa asing, sejarah, dan budaya. Anak-anak dapat dengan mudah memahami konsep pembelajaran yang kompleks dengan konten edukatif yang tersedia dalam bentuk artikel, video, dan aplikasi interaktif yang menarik.

2. Meningkatkan Kreativitas

Anak-anak dapat belajar, bermain, dan mengekspresikan diri secara kreatif dengan aplikasi yang menarik yang meningkatkan keterampilan mereka. Misalnya, mereka dapat belajar bermain musik, menggambar, mewarnai, dan membuat video pendek yang menunjukkan bakat anak

3. Meningkatkan keterampilan emosional dan sosial

Alat ini dapat membantu anak belajar berinteraksi dengan baik dengan menggunakan media sosial untuk berinteraksi dengan teman, keluarga, dan komunitas online.

4. Meningkatkan Hasrat untuk Belajar

Dengan penggunaan perangkat elektronik yang tepat, belajar dapat menjadi lebih menyenangkan dan interaktif. Ini juga dapat meningkatkan keinginan anak untuk belajar dan menumbuhkan rasa percaya diri.

Dampak negatif, misalnya;

1. Cuek, masa bodoh, malas
2. Tidak mendengarkan orangtua,
3. Daya pikir lemah
4. Kurang perhatian
5. Penyakit –radiasi

Selain itu dipertegas bahwa tanda-tanda seorang sudah kecanduan gadget yaitu penggunaan gadget dalam sehari bisa lebih dari 6-8 jam bahkan lebih dalam. Dampak lain dapat mengubah perilaku anak menjadi individualisme yaitu lebih senang bermain dengan ponsel daripada bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Kecanduan gadget juga dapat berdampak pada kesehatan yang membuat aktivitas fisik mulai menurun sebab kurang banyak bergerak.

Pada kesempatan psikoedukasi, anak-anak diingatkan lagi agar dapat menggunakan gadget dengan baik dan benar serta diharapkan agar dapat menggunakan sesuai dengan waktu yang sesuai. Misalnya; dapat mengatur kapan waktu boleh menggunakan gadget di rumah dan kapan harus menghentikannya. Dalam penyampaian materi, peserta juga dipertontonkan video-video terkait penggunaan gadget berlebihan yang berdampak pada masalah kesehatan, masalah mental dan menurunnya prestasi di sekolah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Tidak bisa dipungkiri bahwa penggunaan gadget adalah hal lumrah yang ada pada setiap orang baik anak-anak maupun orangtua. Penggunaan gadget selalu membawa dampak baik yang positif maupun negatif. Untuk itu anak-anak perlu disadarkan agar mereka tidak terjebak Dalam penggunaan yang salah yang berdampak menurunnya kualitas perkembangan psikososial mereka. Tujuan dari psikoedukasi ini adalah mencoba memberikan Gambaran sekligus membangkitkan kesadaran anak-anak “*Loving Children Choir*” untuk menggunakan gadget sesuai dengan baik benar dan sesuai tujuannya. Untuk itu, dalam meminimalisir dampak negative penggunaan gadget, hendaknya semua pihak bertanggung jawab untuk memberikan edukasi sejak usia dini agar anak-anak tidak terjebak pada penggunaan gadget berlebihan. Tugas orang tua dan guru untuk lebih menegaskan lagi dampak-dampak yang diakibatkan dari penggunaan gadget untuk selalu memberikan peringatan dini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih selimpah-impahnya kepada LPPM Universitas Atma Jaya Makassar yang telah memberikan dukungan finansial dalam pengabdian kepada masyarakat sehingga program kami berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewanti, Tania Clara; Widada, Widada; Triyono, Triyono. Hubungan Antara Keterampilan Sosial Dan Penggunaan Gadget Smartphone Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sma Negeri 9 Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, [S.L.], V. 1, N. 3, P. 126-131, Sep. 2016. Issn 25033417. Available At: <<https://journal2.um.ac.id/index.php/jkbb/article/view/618>>. Date Accessed: 29 Jan. 2024
- Muflih, H. W. (2017). Penggunaan *Smartphone* Dan Interaksi Sosial Pada Remaja Di Sma Negeri I Kalasan Sleman Yogyakarta. *Idea Nursing Journal* Vol. VIII No.1, 2017 ISSN : 2087- 2879, e-ISSN : 2580-2445

- Prastomo Suhendro, dkk., (2022). Analisis Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Psikososial Anak Usia Pra Sekolah di TK Tarbiyatus Shibyan Desa Pakong Pamekasan. *Jurnal Kesehatan* Vol. 12 No.2 Tahun 2022 | halaman 31-36
- Safitri, D.R., & Nana Rahdiana (2023). Sosialisasi Edukasi Bahaya Gadget Pada Anak Usia Dini Dalam Mewujudkan Pendidikan Desa Yang Berkualitas Di Sd Negeri 01 Kertasari Rengasdengklok. *Abdima Jurnal*. Vol. 3 No 1 ISSN 2962-9357 e-ISSN 2962-9942
- Syifa, L., Setianingsih, E. S., & Sulianto, J. (2019). Dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan psikologi pada anak sekolah dasar. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, 3(4), 527–533.
- Yumarni, V., (2022). Pengaruh Gadget Terhadap Anak Usia Dini. *Jurnal Literasiologi*. Volume 8, Nomor 2 Juli ± Desember 2022