

DAMPAK PENGGUNAAN GADGET PADA ANAK USIA DINI

Maria Mersiana Suri¹, Roswitha Leony Pakael², Revi Alini Keluanan³,

Maria Elsiana Im⁴, Martiningsih Klau⁵, Yohanes P. Liam⁶

mariamersianasuri@unwira.ac.id¹, pakaelleony1@gmail.com², revialini@gmail.com³,

elsyanaim777@gmail.com⁴, ningsyklau03@gmail.com⁵, lianyohanes81@gmail.com⁶

Universitas Katolik Widya Mandira Kupang

ABSTRAK

Artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi konsep gadget, pengaruhnya terhadap pertumbuhan anak usia dini, serta strategi untuk menghindari dampak buruknya. Gadget adalah perangkat elektronik kecil dengan fungsi khusus yang terus berkembang dengan teknologi terbaru, mempermudah kehidupan sehari-hari. Namun, penggunaan gadget dapat memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan anak, baik secara positif maupun negatif. Dari sisi positifnya, teknologi dapat menjadi alat pembelajaran yang efektif yang merangsang kreativitas anak, selama dipadukan dengan interaksi sosial dan pengalaman langsung dengan lingkungan sekitar. Namun, bila tidak diatur dengan baik, penggunaan gadget pada anak usia dini bisa berpotensi mengubah perilaku mereka secara negatif. Untuk mencegah dampak negatif gadget pada anak usia dini, peran orang tua sangatlah penting. Orang tua perlu mengawasi penggunaan gadget anak, mengatur waktu penggunaan layar, serta mengarahkan anak pada konten yang bermanfaat dan mendidik. Dengan demikian, penggunaan gadget pada anak usia dini perlu dikelola dengan bijak agar memberikan manfaat optimal tanpa mengorbankan perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak.

Kata Kunci: Gadget, Anak Usia Dini.

Abstract

This article aims to explore the concept of gadgets, their impact on early childhood growth, and strategies to avoid their negative impacts. Gadgets are small electronic devices with special functions that continue to develop with the latest technology, making everyday life easier. However, gadget use can have a significant influence on children's development, both positively and negatively.

On the positive side, technology can be an effective learning tool that stimulates children's creativity, as long as it is combined with social interaction and direct experience with the surrounding environment. However, if not regulated properly, the use of gadgets in early childhood can potentially change their behavior negatively.

To prevent the negative impact of gadgets on young children, the role of parents is very important. Parents need to monitor their children's gadget use, regulate screen time, and direct their children to useful and educational content.

Thus, the use of gadgets in early childhood needs to be managed wisely to provide optimal benefits without sacrificing children's social, emotional and cognitive development.

Keywords: Gadgets, Early Childhood.

PENDAHULUAN

Dalam era digital saat ini, gadget seperti smartphone, tablet, dan komputer telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari. Anak-anak usia dini, yang didefinisikan sebagai anak-anak dalam rentang usia 0-6 tahun, semakin terpapar pada teknologi ini sejak usia sangat muda. Perkembangan teknologi yang pesat telah memperluas aksesibilitas dan ketersediaan gadget di berbagai lingkungan, termasuk rumah, sekolah, dan tempat umum. Dengan meningkatnya popularitas smartphone dan tablet, anak-anak semakin menghabiskan waktu mereka dengan gadget. Ini telah

menimbulkan kekhawatiran tentang dampak penggunaan gadget pada perkembangan kognitif, emosional, dan sosial anak-anak. Sementara gadget menawarkan berbagai manfaat edukatif dan hiburan, ada kekhawatiran yang signifikan tentang dampak negatifnya pada perkembangan anak-anak. Penggunaan gadget juga dapat berdampak negatif pada perkembangan sosial anak-anak, termasuk penurunan kemampuan berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang lain. Penting bagi orang tua dan untuk membatasi waktu penggunaan gadget anak-anak dan mendorong aktivitas non-teknologi seperti bermain di luar ruangan, berpartisipasi dalam olahraga, dan berinteraksi dengan teman sebaya, dan memastikan bahwa mereka menggunakan gadget dengan aman dan bertanggung jawab. Rangkuman ini mencerminkan kompleksitas dari fenomena penggunaan gadget pada usia dini, dengan tantangan untuk menemukan keseimbangan antara manfaat dan risiko yang terkait dengan penggunaan teknologi dalam pengembangan anak-anak.

Pentingnya untuk memahami dampak penggunaan gadget pada anak usia dini tidak dapat diabaikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi berbagai aspek pengaruh yang mungkin timbul dari eksposur yang dini terhadap teknologi digital ini. Dalam konteks pendidikan, penggunaan gadget dapat memiliki potensi untuk meningkatkan akses terhadap sumber daya pendidikan dan pembelajaran interaktif. Namun demikian, penggunaan gadget juga dapat memiliki dampak negatif potensial terhadap perkembangan fisik, kognitif, dan sosial anak-anak. Sehingga dari kasus ini, peneliti mempunyai tujuan utama untuk memberikan solusi kepada para orang tua agar bisa memberikan perhatian khusus pada anak-anak usia dini dalam menggunakan gadget.

Artikel Penelitian Ilmiah

Penggunaan gadget, seperti tablet, dan laptop, telah menjadi bagian integral dari kehidupan sehari-hari generasi sekarang. Meskipun teknologi ini menawarkan banyak manfaat, seperti akses ke informasi, hiburan, dan alat komunikasi, juga ada beberapa tantangan dan implikasi potensial yang perlu dipertimbangkan. Salah satu masalah utama adalah ketergantungan berlebihan pada teknologi. Banyak anak dan remaja sekarang menghabiskan jumlah waktu yang signifikan di depan layar, yang dapat mengganggu perkembangan keterampilan sosial dan emosional mereka. Mereka mungkin mengabaikan interaksi tatap muka, kesempatan untuk berolahraga dan berpartisipasi dalam kegiatan di luar ruangan, dan kesempatan untuk mengembangkan keterampilan penting seperti keterampilan pemecahan masalah dan kreativitas. Selain itu, penggunaan gadget juga dapat memiliki dampak negatif pada kesehatan fisik dan mental generasi muda. Menghabiskan waktu yang lama duduk di depan layar dapat menyebabkan masalah postur tubuh, seperti sakit punggung dan ketegangan mata, dan juga dapat menyebabkan masalah kesehatan mental, seperti kecemasan dan depresi. Selain itu, ada kekhawatiran tentang potensi gangguan pada perkembangan kognitif, karena penggunaan gadget dapat mengganggu kemampuan anak-anak untuk mengembangkan keterampilan penting seperti perhatian, ingatan, dan konsentrasi. Masalah lain yang perlu dipertimbangkan adalah potensi ancaman terhadap privasi dan keamanan online. Selain itu, ada kekhawatiran tentang potensi penyalahgunaan teknologi, seperti cyberbullying dan pelecehan online. Secara keseluruhan, meskipun gadget menawarkan banyak manfaat bagi generasi muda, juga ada beberapa tantangan dan implikasi potensial yang perlu dipertimbangkan. Penting bagi orang tua dan pendidik untuk membantu anak-anak mengembangkan keterampilan dan kebiasaan sehat terkait penggunaan teknologi, untuk memastikan mereka dapat memanfaatkannya secara bertanggung jawab dan sehat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian ini dilaksanakan di kelurahan Lasiana ,Kec. Kelapa lima, Kota Kupang,Nusa Tenggara Timur 2024. Subyek dalam penelitian ini adalah ORANG TUA.Penelitian ini dilatarbelakangi oleh anak-anak usia dini yang kecanduan menggunakan gadget.Adapun penelitian ini di dasari oleh anak-anak usia 3-6 tahun.Temuan penelitian ini memuat tiga poin penting,(1) gangguan tidur,(2) penurunan interaksi social,(3) masalah Kesehatan fisik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 100 anak usia dini (3-6 tahun) di Kota Kupang Provinsi Nusa Tenggara Timur. Data dikumpulkan melalui hasil penelitian dan observasi terhadap orang tua.Hasil dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Gangguan Tidur:
 - Sebanyak 65% anak yang menggunakan gadget lebih dari 2 jam sehari mengalami gangguan tidur, seperti sulit tidur, tidur tidak nyenyak, dan sering terbangun di malam hari.
 - Anak-anak yang terpapar layar gadget sebelum tidur memiliki durasi tidur yang lebih pendek dibandingkan dengan mereka yang tidak.
2. Penurunan Interaksi Sosial:
 - 40% anak yang menggunakan gadget secara berlebihan menunjukkan penurunan dalam interaksi sosial, seperti kurangnya bermain dengan teman sebaya dan berkurangnya komunikasi dengan anggota keluarga.
 - Observasi menunjukkan bahwa anak-anak ini lebih cenderung bermain sendiri dengan gadget mereka daripada berpartisipasi dalam kegiatan kelompok.
3. Masalah Kesehatan Fisik:
 - 40% anak mengalami masalah kesehatan fisik seperti mata lelah, sakit kepala, dan postur tubuh yang buruk akibat terlalu lama duduk dan melihat layar gadget.
 - Orang tua melaporkan peningkatan kasus obesitas pada anak yang sering menggunakan gadget karena kurangnya aktivitas fisik.

Pembahasan

1. Gangguan Tidur:
 - Gangguan tidur pada anak yang menggunakan gadget berlebihan dapat dijelaskan oleh paparan cahaya biru dari layar, yang diketahui mengganggu produksi melatonin, hormon yang mengatur siklus tidur. Selain itu, konten yang menarik dan interaktif dari gadget dapat membuat anak-anak tetap terjaga lebih lama.
 - Solusi potensial termasuk membatasi waktu penggunaan gadget, terutama sebelum tidur, dan mendorong rutinitas tidur yang konsisten dan bebas gadget.
2. Penurunan Interaksi Sosial:
 - Penurunan interaksi sosial dapat berdampak pada kemampuan anak untuk membangun keterampilan komunikasi dan empati. Anak-anak yang terlalu banyak bermain dengan gadget kehilangan kesempatan untuk belajar dari interaksi langsung dengan teman sebaya dan keluarga.
 - Penting bagi orang tua untuk mendorong aktivitas yang melibatkan interaksi sosial, seperti bermain bersama, bercerita, dan melakukan kegiatan kelompok.
- 3.Masalah Kesehatan Fisik:
 - Penggunaan gadget yang berlebihan menyebabkan masalah kesehatan fisik seperti mata lelah dan postur tubuh yang buruk. Anak-anak yang menghabiskan banyak

waktu di depan layar cenderung memiliki aktivitas fisik yang lebih sedikit, yang dapat berkontribusi pada masalah obesitas.

- Orang tua dan pengasuh harus memastikan bahwa anak-anak memiliki waktu yang cukup untuk bermain di luar ruangan dan berpartisipasi dalam aktivitas fisik untuk menjaga kesehatan mereka secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Penelitian ini telah mengkaji dampak penggunaan gadget pada anak usia dini dari berbagai aspek, termasuk perkembangan kognitif, sosial, dan fisik. Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa penggunaan gadget memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan anak usia dini.

1. **Perkembangan Kognitif:** Penggunaan gadget secara berlebihan dapat menghambat perkembangan kognitif anak. Meskipun beberapa aplikasi edukatif dapat membantu pembelajaran, terlalu banyak waktu yang dihabiskan di depan layar dapat mengurangi interaksi langsung yang esensial untuk perkembangan otak.
2. **Perkembangan Sosial:** Anak-anak yang sering menggunakan gadget cenderung memiliki keterampilan sosial yang kurang berkembang. Interaksi sosial yang terbatas dengan teman sebaya dan keluarga dapat mengurangi kemampuan mereka dalam berkomunikasi dan berempati.
3. **Kesehatan Fisik:** Penggunaan gadget yang berlebihan juga berdampak negatif pada kesehatan fisik anak, termasuk masalah penglihatan, postur tubuh yang buruk, dan berkurangnya aktivitas fisik yang dapat menyebabkan obesitas.

Rekomendasi untuk orang tua dan pendidik adalah untuk mengatur waktu penggunaan gadget pada anak dan memastikan konten yang dikonsumsi sesuai dengan usia dan perkembangan mereka. Selain itu, penting untuk mendorong aktivitas fisik dan interaksi sosial yang sehat untuk mendukung perkembangan anak secara holistik.

Dengan demikian, pemahaman yang lebih baik mengenai dampak penggunaan gadget dapat membantu dalam pengambilan keputusan yang tepat dalam mendampingi anak-anak usia dini di era digital ini

DAFTAR PUSTAKA

di Indonesia.

Gadget. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Gunawan, R. (2018). Pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Anak Usia Dini.

Hidayat, A. (2021). Tips Mengelola Penggunaan Gadget pada Anak.

Kasali, Rhenald. Dunia yang Terlupakan: Generasi Penerus Kita dan Dampak

Santoso, Soegeng (2004). Pendidikan Anak Usia Dini. Jakarta: Citra Pendidikan. Hartanto,

W. (2022). Dampak Gadget Terhadap Perkembangan Anak Usia Dini