

SOSIALISASI DAMPAK PENGGUNAAN GADGET TERHADAP PERKEMBANGAN PSIKOLOGIS ANAK USIA DINI

[Socialization of the Impact of Using Gadgets on Early Childhood Psychological Development]

Putri Aprianti Boru Simanjuntak¹⁾, Cintia Tung²⁾, Fredericksen Victoranto Amseke^{3)*}

Program Studi Pendidikan Kristen Anak Usia Dini, Institut Agama Kristen Negeri Kupang

dedyamseke@iaknkupang.ac.id (corresponding)

ABSTRAK

Di era digital, anak-anak tumbuh dengan kemudahan dalam mengakses gadget seperti *smartphone*, tablet, dan laptop. Gadget dapat menyediakan akses tak terbatas pada informasi, hiburan, dan komunikasi. Namun disatu sisi, gadget memberikan dampak negatif bagi penggunanya. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pengetahuan kepada orang tua, guru akan dampak dari penggunaan gadget bagi perkembangan psikologi anak sejak dini. Metode dalam pengabdian kepada masyarakat adalah metode kualitatif, ceramah interaktif, diskusi pembelajaran tentang pengaruh gadget terhadap perkembangan anak usia dini dengan melibatkan 23 orang tua dan 2 guru di PAUD Taruna Elim Kuanino. Hasil dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menemukan bahwa orang tua dan guru mampu memahami bahwa gadget tidak hanya memberikan dampak positif saja tetapi ada juga dampak negatif dari penggunaan gadget yang berlebihan, yang dapat mempengaruhi perkembangan psikologis anak usia dini. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan guru-guru PAUD terutama orang tua dalam mendorong anak-anak untuk lebih bijak menggunakan gadget.

Kata kunci: Perkembangan Psikologis; Gadget; Anak Usia Dini

ABSTRACT

In the digital era, children grow up with easy access to gadgets, such as smartphones, tablets and laptops. Gadgets can provide unlimited access to information, entertainment, and communication. But on the one hand, gadgets have a negative impact on their users. The aim of this community service activity is to provide knowledge to parents and teachers about the impact of using gadgets on children's psychological development from an early age. The method for community service is a qualitative method, interactive lectures, learning discussions about the influence of gadgets on early childhood development involving 23 parents and 2 teachers at PAUD Taruna Elim Kuanino. The results of this community service activity found that parents and teachers were able to understand that gadgets not only have a positive impact but there are also negative impacts from excessive use of gadgets, which can affect the psychological development of early childhood. Community Service Activities (PKM) can increase the knowledge and skills of PAUD teachers, especially parents, in encouraging children to use gadgets more wisely.

Keywords: Psychological Development; Gadgets; Early Childhood

PENDAHULUAN

Ditengah perkembangan teknologi yang semakin pesat, dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan psikologi anak usia dini menjadi satu hal yang perlu diperhatikan. Dalam penelitian . Beberapa peneliti terdahulu dari penelitian terdahulu seperti yang kita ketahui bersama bahwa masalah terbesar saat ini adalah kecanduan anak bermain gadget. Anak sudah bisa menggunakan gadget (*handphone*) sejak usia dua tahun. Agar tidak mengganggu saat orang tua menyelesaikan pekerjaan rumah, atau

pembiasaan menonton gadget ketika sedang makan, bahkan tanpa ada pengawasan dari orang tua, berjam-jam anak hanya menatap layar HP sehingga mengakibatkan terjadi perubahan perilaku. Anak mulai menunjukkan sifat Agresif, tantrum, bahkan sulit berkomunikasi dengan orang tua dan teman sebayanya. Rahayu, et al, (2021) menjelaskan bahwa pengaruh buruk pada pembentukan karakter anak dapat disebabkan oleh penggunaan gadget melalui konten-konten yang kurang baik. Contohnya, terdapat berbagai video di platform *Youtube* yang dapat mengakibatkan anak berperilaku kurang sopan terhadap orang yang lebih dewasa dan berkata kasar dari interaksi langsung. Anak lebih banyak menghabiskan waktu dengan bermain gadget daripada bermain dengan teman sebaya, yang bisa menimbulkan sifat individualis dan egosentris, serta tidak memiliki kepekaan terhadap lingkungan sekitar.

Penelitian Bu'ulolo (2024) di Desa Eho Hilisimaetano menemukan hasil observasi yang pada anak usia dini banyak yang kecanduan gadget. Jenis gadget yang umum digunakan adalah Handphone (HP). Anak usia dini akan menunjukkan sikap yang rewel ketika tidak diberi atau tidak menggunakan gadget. peneliti menemukan bahwa anak usia dini lebih memilih duduk bersama dengan temannya atau duduk sendirian sambil bermain gadget. Kurangnya interaksi dengan sesama dan memfokuskan diri pada gadget. Dengan fenomena masalah yang terjadi kami melihat, Perlunya pemahaman mengenai pengaruh gadget terutama bagi orangtua, agar anaknya dapat dibatasi penggunaannya dan daya kembang anak dapat berkembang dengan baik dan menjadi anak yang aktif, cerdas, dan interaktif terhadap orang lain menjadi alasan kami melakukan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan judul materi sosialisasi dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan psikologis anak usia dini. Hal ini dikarenakan masih kurangnya pemahaman orang tua mengenai dampak akibat penggunaan gadget bagi anak yang berakibat pada daya kembang anak itu sendiri. Karena dibiasakan oleh orang tua memberikan HP pada anak sejak dini dapat mengakibatkan kejadian yang tak terduga anak mengalami masalah pada mata, masalah tidur dan bahkan resiko obesitas seperti yang dituliskan Williams (2024) bahwa penggunaan layar pada anak-anak usia dini bisa mempengaruhi pengembangan penglihatan mereka. Terlalu lama menatap layar dapat menyebabkan kelelahan mata dan menghambat kemampuan otak untuk berfokus pada objek yang lebih jauh, yang dapat berisiko mengganggu perkembangan penglihatan mereka secara keseluruhan.

Anak usia dini merupakan anak yang ada sejak janin dalam kandungan sampai dengan usia 6 (enam) tahun yang dikelompokkan atas janin dalam kandungan sampai lahir. Anak usia dini mencakup usia 0-6 tahun, yang umumnya terbagi menjadi tiga tahapan yaitu: masa bayi (dari lahir sampai 12 bulan), masa balita (toddler) rentang umur 1-3 tahun dan masa prasekolah (3-6 tahun) (Rahmawati, 2022). Setiap anak memiliki perkembangan yang sangat signifikan. Perkembangan adalah sebuah fondasi bagi kepribadian serta keterampilan yang akan mempengaruhi atau menentukan kehidupan dan pengalaman anak selanjutnya. Andrian (2022) menuliskan perkembangan adalah tumbuh dan berkembangnya mental seseorang yang meliputi beberapa aspek didalamnya yaitu perkembangan kognitif, perkembangan moral, perkembangan bahasa, perkembangan sosial, perkembangan emosi, perkembangan musik yang akan dimiliki anak seiring berjalannya waktu. Perkembangan fisik, kognitif, linguistik, sosial, dan emosional yang pesat pada anak usia dini menjadikan periode ini krusial bagi tumbuh kembang yang optimal Rahayu, et al, (2021). Perkembangan anak di era saat ini berdampingan dengan berbagai perkembangan teknologi. Perkembangan dapat di artikan sebagai suatu proses perubahan sepanjang waktu dan tidak dapat terulang kembali seperti manusia yang mengalami perkembangan dari satu waktu ke waktu selanjutnya, dengan adanya proses perubahan perilaku dari fase anak-anak menuju dewasa. Perkembangan sendiri memperlihatkan adanya perubahan yang bersifat maju dan tetap, sebagai akibat dari kematangan dan pengalaman.

Vam Den Daele (Amseke, et al, 2021) menjelaskan bahwa perkembangan bukan hanya sebatas adanya penambahan tinggi badan atau peningkatan kemampuan tinggi badan seseorang melainkan suatu proses integrasi dari banyak struktur dan fungsi tubuh secara kompleks. Dengan demikian perkembangan terjadi sepanjang rentan hidup manusia. Sunderland menjelaskan bahwa *golden age*, menjadi masa di mana perkembangan kehidupan anak secara fisik, intelektual, emosional, dan sosial berkembang cepat dan sangat luar biasa. Kemajuan pertumbuhan, baik kemampuan mental dan fisik pada periode ini sangatlah menakjubkan. Pada bagian ini *frontal lobe*, yakni bagian otak yang berfungsi dalam mengatur gerak tubuh, pemecahan masalah, dan pengatur emosi serta pengendalian diri, dapat berkembang sebesar 90 sampai dengan 95 persen dari keseluruhan proses perkembangan (Fitriani, et al, 2023).

Gadget merupakan sebuah inovasi dari teknologi terbaru dengan kemampuan yang lebih baik dan fitur terbaru yang memiliki tujuan dan fungsi lebih praktis juga lebih berguna. Tidak bisa disangkal bahwa sekarang ini gadget dapat ditemukan diberbagai kalangan baik orang dewasa sampai dengan usia anak-anak, yang kini sudah pandai untuk mendayagunakan teknologi terutama teknologi yang berupa gadget seperti halnya pada *handphone* ataupun *smartphone* (Tatminingsih, 2017). Gadget ini bisa ditemui dimanapun, baik pada orang berusia ataupun kanak-kanak. Kanak-kanak saat ini sudah jadi konsumen aktif dimana banyak bahan-bahan elektronik serta gadget yang menjadikan kanak-kanak selaku sasaran pasar mereka.

Penggunaan gadget telah merevolusi cara kita berinteraksi, belajar, dan menjalani kehidupan sehari-hari. Di era digital, anak-anak tumbuh dengan kemudahan dalam mengakses gadget, seperti *smartphone*, tablet, dan laptop yang telah dengan kehidupan sehari-hari. Gadget dengan segala fitur didalamnya dapat memberikan dampak positif yang berpengaruh pada kehidupan penggunanya. Gadget dapat digunakan sebagai sarana untuk dapat menambah segala pengetahuan bagi anak-anak terlebih dengan kemajuan teknologi saat ini anak bisa dikatakan tidak menutup diri mengenai bentuk kemajuan di era globalisasi (Kurniawati, 2020). Dengan adanya gadget setiap penggunaannya merasakan kemudahan dan berkomunikasi.

Gadget tidak hanya memberikan pengaruh positif ada juga dampak negatif ketika tidak menggunakan gadget dengan bijak di zaman yang serba canggih seperti ini kehadiran gadget memang sudah menjadi kebutuhan utama baik dari anak-anak maupun orang dewasa. Gadget tidak hanya sebagai alat untuk berkomunikasi namun juga dapat membantu mempermudah melakukan aktivitas-aktivitas lainnya. Dan pada akhir-akhir ini sering sekali ditemukan orang tua yang memberikan gadget untuk anaknya yang masih balita. Peran orang tua yang dulunya sebagai teman bermain bagi anaknya sekarang telah digantikan oleh gadget. Padahal masa balita adalah masa dimana tumbuh dan berkembangnya fisik maupun psikis manusia. Di masa balita, anak banyak bergerak agar tubuh kembang optimal. Apabila di masa balita anak-anak hanya asyik berada di depan gadgetnya, kemungkinan perkembangan sosial anak akan kurang optimal.

Gangguan Kognitif dan perhatian dalam penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengurangi kemampuan anak untuk berkonsentrasi dan memperhatikan hal-hal di sekitar mereka. Studi menunjukkan bahwa waktu yang terlalu lama dihabiskan untuk bermain game atau menggunakan aplikasi di gadget dapat menyebabkan gangguan dalam fungsi eksekutif otak, seperti kemampuan untuk fokus dan memecahkan masalah (Radesky et al., 2015). Masalah Tidur paparan layar gadget, terutama sebelum tidur, dapat mempengaruhi kualitas tidur anak. Cahaya biru yang dipancarkan oleh layar dapat mengganggu produksi melatonin, hormon yang mengatur siklus tidur. Hal ini bisa menyebabkan tidur yang tidak nyenyak, kelelahan, dan penurunan *mood* dikeesokan harinya (LeBourgeois et al., 2017).

Perkembangan motorik yang terhambat anak yang lebih banyak menghabiskan waktu dengan gadget cenderung kurang bergerak, yang bisa menghambat perkembangan motorik kasar dan halus mereka. Kurangnya aktivitas fisik dapat berdampak pada kesehatan tubuh secara keseluruhan dan kemampuan motorik yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari (Kirkorian, et al, 2016). Pengaruh terhadap perkembangan bahasa anak yang lebih sering menggunakan gadget bisa memiliki keterlambatan dalam perkembangan bahasa. Mereka mungkin tidak terlibat dalam percakapan yang cukup dengan orang tua atau teman sebaya, yang penting untuk perkembangan keterampilan berbicara dan mendengar mereka (Radesky, et al, 2015). Penggunaan gadget pada anak-anak ada batasannya agar tidak terjadi hal negatif yang dapat mengganggu perkembangan dan pertumbuhan anak-anak seperti yang dijelaskan oleh WHO bahwa ada batasan *screen time* atau durasi untuk melihat layar digital (gadget, televisi, dan lain sebagainya) untuk anak dibawah lima tahun. Lanca dan Saw (2020) menyatakan bahwa anak usia 1-4 tahun tidak boleh lebih dari satu jam. Anil san Shaik (2019) mengungkapkan bahwa efek penggunaan layar pada seseorang tergantung kepada beberapa faktor dan faktor yang paling penting ialah berapa lama durasi yang digunakan untuk melihat layar, penggunaan dalam waktu yang lama dapat berpengaruh terhadap otak korteks frontal dan memiliki efek yang hampir sama dengan kokain.

Hal itu tentu menjadi perhatian karena dampak negatif yang begitu mengkhawatirkan terlebih bagi anak-anak yang menggunakan gadget. Oleh sebab itu, peran orang tua sangat penting dalam memberikan dan melakukan pengawasan serta pengontrolan penggunaan gadget pada anak (Imron, 2018) mengemukakan hal-hal yang dilakukan orang tua untuk meminimalisir anak dari pengaruh negatif

penggunaan gadget (1) mendampingi anak, (2) membuat kesepakatan waktu dalam penggunaan gadget, (3) membuat kesepakatan dalam membuka fitur-fitur yang akan dibuka, (4) modelling yang baik dari orang tua, (5) orang tua dapat menaruh gadget dengan baik, dan (7) mengajak anak untuk belajar bersama. Sebagai orang tua, sebaiknya mereka membimbing dan memantau serta memberikan pemahaman yang baik kepada anak untuk lebih selektif dalam memilih permainan (game online) yang terdapat pada gadget (Ariston & Frahasini, 2018; Pebriana, 2017).

Dalam menanggulangi dampak negatif penggunaan gadget orang tua harus mampu mendidik dan mengarahkan anaknya sejak dini melalui sikap dan perbuatan yang sepatutnya dicontoh oleh anak – anaknya. Sebuah keluarga disarankan untuk lebih memperhatikan penggunaan gadget pada anak saat dirumah dengan cara memberikan batasan waktu untuk bermain gadget pada anak saat dirumah dengan melakukan hal yang menarik seperti mengajak bermain diluar rumah, ajak anak untuk lebih banyak beraktivitas (olahraga, bermain musik, dll), dan bersosialisasi dengan teman sebayanya. Waktu ideal anak usia 2 hingga 5 tahun menggunakan gadget yaitu 30 menit hingga 1 jam dalam sehari (Okika, 2017). Walaupun tujuan orang tua baik karena ingin memenuhi kebutuhan anaknya, namun orang tua juga harus tahu kapan waktu yang tepat untuk memberikan gadget pada anak mereka serta selalu mendampingi anak ketika menggunakan gadget.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa peran orang tua dalam mengawasi penggunaan gadget pada anak adalah harus bersikap tegas dan tidak boleh memanjakan anaknya yang masih usia dini untuk menggunakan gadget secara terus menerus karena lebih banyak dampak negatif yang timbul apabila seorang anak di bawah umur telah diberikan gadget (Putriana, Pratiwi & Wasliah, 2019; Sahriana, 2019). Penelitian yang sama juga menunjukkan hasil bahwa kegiatan pendampingan dan bimbingan orang tua terhadap anak saat menggunakan gadget harus selalu diterapkan agar anak sudah terlanjur pengguna berat gadget berangsur-angsur dapat mengurangi aktivitasnya dalam penggunaan gawai (Karwati, Kurniawan & Anggraeni, 2020). Peran orang tua dalam kegiatan pembelajaran dengan menggunakan gadget sangatlah penting, yaitu orang tua membantu menjelaskan dan membimbing anak ketika sedang belajar (Asmuni, 2020).

Guru dapat memberikan pendidikan tentang penggunaan gadget yang sehat dan bijaksana. Mengajarkan anak-anak untuk menggunakan teknologi dengan tujuan yang positif, seperti untuk belajar atau mengembangkan keterampilan baru, serta mengatur waktu layar agar tidak berlebihan, mengembangkan keterampilan sosial anak-anak dengan mendorong mereka untuk berinteraksi secara langsung melalui kegiatan kelompok atau permainan fisik. Ini dapat membantu anak-anak untuk lebih aktif secara sosial dan mengurangi ketergantungan pada gadget (Cohen, 2017).

METODE PENERAPAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dapat diuraikan sebagai berikut:

a. Persiapan

Pada tahap ini, tim melibatkan mahasiswa untuk mempersiapkan materi edukasi, kuesioner, daftar hadir, dan pendekatan atau meminta ijin langsung atau koordinasi dengan pihak sekolah dan orang tua di PAUD Taruna Elim Kuanino untuk melakukan kegiatan PKM tersebut.

b. Pelaksanaan.

Kegiatan ini dilakukan di PAUD Taruna Elim yang diawali dengan pembukaan yang dibawakan oleh MC kemudian sambutan dari kepala Sekolah PAUD Taruna Elim Kuanino. Kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi oleh Mahasiswa Institut Agama Kristen Negeri Kupang Cintia Tung dan dimoderatori oleh Nelcy Saefatu. Peserta kegiatan PKM ini adalah 23 orang tua anak usia dini dan 2 guru di PAUD Taruna Elim Kuanino. Metode pelaksanaan PKM dilakukan dengan pemberian materi, sharing, diskusi dan pemeriksaan pengetahuan orang tua akan bahaya dari Gadget terhadap perkembangan psikologi anak melalui pemberian kuesioner. Kegiatan ini di isi dengan ice breaking dan kemudian ditutup dengan beberapa arahan dan tambahan dari Dosen Fredericksen V. Amseke M.Si., dan pemberian sertifikat kepada pihak PAUD Taruna Elim Kuanino.

c. Evaluasi.

Seusai pemberian materi, moderator memberikan kesempatan kepada peserta kegiatan untuk memberikan pertanyaan, *sharing* dan berbagi pengalaman. Keluhan dan pertanyaan yang diberikan tertuju bagaimana cara mengatasi anak yang terlalu kecanduan gadget, yang bertindak agresif dan tantrum ketika tidak memegang gadget saat makan.

d. Tindak Lanjut

Berdasarkan hasil diskusi dan pengisian kusioner, orang tua dan guru memiliki peran yang sangat penting dalam pencegahan penyalahgunaan gadget bagi anak usia dini. Guru dan orang tua harus memperhatikan dan membatasi pemakaian gadget bagi anak agar tidak terjadi dampak negatif yang dapat mengganggu perkembangan psikologis anak usia dini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini di mulai pada sabtu 14 Desember 2024 pukul 8.30 WITA dengan melakukan registrasi peserta kegiatan dan memberikan kertas berupa pertanyaan kepada peserta yang hadir. Selanjutnya, pada pukul 9.00 WITA kegiatan di mulai dengan pembukaan oleh kepala sekolah PAUD Taruna Elim Kuanino Ibu Imelda Kase, S.Pd.

Berdasarkan pengisian kusioner orang tua memberikan gadget kepada anak 44% mulai usia 2 tahun, 55% mulai usia 3 tahun, dan 15% mulai usia 4 tahun. Rata-rata anak dari peserta PKM sudah pernah mengalami tantrum karena tidak di berikan gadget oleh orang tuanya. Akan tetapi, upaya orang tua dalam mengontrol anak dalam penggunaan gadget sudah di lakukan dengan cara pembatasan waktu penggunaan gadget. Pembatasan waktu yang di berikan orang tua kepada anaknya masih belum ketat dan di turuti oleh anak. Cara lain yang bisa di gunakan dalam membatasi waktu penggunaan gadget yaitu dengan menggunakan *timer* pada gadget atau bisa dengan aplikasi pengontrol *smartphone* seperti aplikasi *parental control* *screen time* (Hermawan, 2019)

Setelah selesai acara pembukaan pada pukul 9.00-9.30 WITA kegiatan ini dilanjutkan dengan pemateri pertama di bawakan oleh mahasiswa program studi pendidikan kristen ank usia dini atas nama Cintia Tung dan moderator oleh mahasiswa program studi pendidikan kristen ank usia dini atas nama Nelci Elisabet Saefatu. Materi yang disampaikan yaitu tentang pengaruh gadget terhadap perkembangan psikologi anak usia dini. Dalam materi tersebut, pemateri menjelaskan alasan anak memilih menggunakan gadget (Mustikawati, 2018), durasi menggunakan gadget sesuai usia anak (Rahman, et al, 2020), dampak positif dan dampak negatif gadget (Hidayah, Nashoib, Asyari, & Chumaidi, 2021; Nafaida, 2020). Beberapa alasan anak menggunakan gadget salah satunya yaitu sebagai hiburan. Selain sebagai hiburan, anak bermain gadget juga merupakan pelarian anak karena tidak ada hiburan yang menarik baginya. Orang tua seharusnya menjadi fasilitator yang tepat bagi anak untuk mmberikan hiburan yang dibutuhkan anak. Karena menurut anak, hiburan merupakan kebutuhan pokok setiap hari yang harus anak penuhi.



Gambar 1. Pembukaan kegiatan PKM di bawakan oleh Putri Simanjuntak



Gambar 2. Pemaparan materi pengaruh gadget terhadap perkembangan psikologi anak



Gambar 3 . Peserta yang mengikuti kegiatan 25 orang. Terdiri dari orang tua anak usia dini, guru, dan mahasiswa IAKN Kupang



Gambar 4. Ucapan terima kasih dari kepala sekolah PAUD Taruna Elim Kuanino Ibu Imelda Kase dan Bapak Dosen Psikologi Fredericksen Victoranto Amseke, M.Si

Tabel 1. Penilaian Pemahaman dalam Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Kategori Pemahaman	Jumlah Responden	Persentase (%)
Baik	20	80
Kurang Baik	5	20
Total	25	100%

Sumber: Olah Data, 2025

Menurut Manumpi (Anggraeni, 2019) menuliskan bahwa gadget merupakan suatu istilah yang digunakan dalam menyebut beberapa macam jenis alat teknologi yang sifatnya semakin berkembang pesat dan memiliki fungsi khusus, contohnya *smartphone*, *iphone*, *computer* dan tablet. *Smartphone* menjadi salah satu jenis gadget yang banyak digunakan oleh orang-orang, hampir setiap rumah memiliki *smartphone*. Lebih lanjut Anggraeni (2019) mengemukakan bahwa gadget memiliki perkembangan yang pesat yang membuat beberapa inovasi, dengan membuat berbagai fitur yang lebih banyak manfaatnya.

Berikut Penggunaan gadget pada anak-anak ada batasannya agar tidak terjadi hal negatif yang dapat mengganggu perkembangan dan pertumbuhan anak-anak seperti yang dijelaskan oleh WHO bahwa ada batasan *screen time* atau durasi untuk melihat layar digital (gadget, televisi, dan lain sebagainya) untuk anak dibawah 5 tahun. Menurut Lanca dan Saw (2020), anak usia 1-4 tahun tidak boleh lebih dari satu jam. Efek penggunaan layar pada seseorang tergantung kepada beberapa faktor dan faktor yang paling penting ialah berapa lama durasi yang digunakan untuk melihat layar, penggunaan dalam waktu yang lama dapat berpengaruh terhadap otak korteks frontal dan memiliki efek yang hampir sama dengan kokain. 209,3 Juta Orang di Indonesia menggunakan *smartphone* pada Tahun 2023.

Menurut Kirkorian, Wartella dan Anderson (2016), penggunaan gadget dalam penelitian yang berjudul *Media and young children's learning* bahwa aplikasi edukatif yang melibatkan sentuhan pada layar sentuh (seperti tablet atau ponsel) dapat membantu melatih keterampilan motorik halus anak-anak, terutama keterampilan yang melibatkan gerakan jari tangan dan pergelangan tangan. Anak-anak yang berinteraksi dengan aplikasi yang memerlukan ketepatan gerakan jari dapat meningkatkan koordinasi antara mata dan tangan, yang penting dalam perkembangan motorik halus.

Penelitian Nguyen et al (2014) mengungkapkan bahwa anak-anak yang menghabiskan waktu berlebihan di depan layar gadget cenderung mengalami gangguan penglihatan akibat paparan cahaya biru dari layar dan kurangnya waktu untuk beristirahat. Selanjutnya penggunaan gadget dapat meningkatkan resiko obesitas. Penggunaan gadget yang berlebihan pada anak-anak berhubungan dengan penurunan tingkat aktivitas fisik, yang meningkatkan risiko obesitas. Penelitian Park et al (2023) menemukan paparan gadget sebelum tidur mengurangi kualitas tidur anak-anak, menyebabkan gangguan tidur yang dapat memengaruhi konsentrasi dan mood anak keesokan harinya.

Peggunaan gadget pada anak boleh diberikan, akan tetapi harus memperhatikan perkembangan dan pertumbuhan anak. Karena gadget juga memiliki dampak negatif, maka orang tua harus meminimalisir dampak negatif tersebut supaya tidak terjadi pada anak usia dini. Pembatasan waktu penggunaan gadget

pada anak disesuaikan pada usia anak usia dini. Pada Usia 0-2 tahun, anak tidak boleh memegang atau melihat gadget. Usia 3-5 tahun anak diperbolehkan memegang dan memainkan, maksimal penggunaan 60 menit. Sedangkan usia 6-12 tahun, anak diperbolehkan bermain gadget dengan maksimal penggunaan 2 jam (Baskoro (2019),

Dalam materi ini, disampaikan bahwa anak usia dini mayoritas pasti mengenal media internet *youtube*. *Youtube* merupakan sumber informasi yang bisa memenuhi hiburan anak (Putra & Patmaningrum, 2018). Dalam *youtube* biasa jika tidak diatur batasan penggunaan, maka semua video yang ada pada *youtube* akan bisa diakses oleh anak. Oleh karena itu, diperlukan pengaturan pada *youtube* untuk pembatasan. Selain itu, juga bisa menggunakan *youtube kids* untuk diberikan kepada anak usia dini (Sisbintari & Setiawati, 2021). Dari bermain *game* pada gadget, anak akan mengalami kecanduan yang merupakan dampak negatif pada gadget (Junida, 2019). Selain kecanduan, anak juga akan lebih mudah emosi (Sawitri, Yannaty, Widyastika, Harumsih & Musyarofah, 2019). Ketika diingatkan untuk selesai bermain *game*. Ketika hal ini sudah terjadi pada anak, maka orang tua harus lebih tegas dalam membatasi gadget supaya anak tidak terlalu jauh mengalami dampak negatif penggunaan gadget. Oleh karena itu, pemateri memberikan saran kepada orang tua agar meminimalisir penggunaan gadget pada anak dengan mengalihkan pada informasi yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan anak.

PENUTUP

Simpulan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema sosialisasi dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan psikologi anak usia dini, di sambut antusias dari pengelola lembaga PAUD serta mengizinkan orang tua dan juga mahasiswa dalam berpartisipasi mengikuti kegiatan PKM. Kegiatan ini memberi dampak dan manfaat positif bagi guru-guru untuk mendapatkan pemahaman dan pengetahuan agar dengan bijak menggunakan gadget. Kemajuan teknologi juga dapat membantu daya kreatifitas anak, jika pemanfaatnya diimbangi dengan interaksi dengan lingkungan sekitarnya khususnya orang tua. Gadget dapat mempengaruhi perkembangan otak anak dalam pertumbuhannya. Pengaruh penggunaan gadget terhadap perkembangan anak memiliki dampak positif dan dampak negatif.

Orang tua memiliki peran penting dalam masa perkembangan anak. Untuk menghindari dampak negatif dan memaksimalkan dampak positif, orang tua perlu membatasi waktu penggunaan gadget anak (maksimal 1-2 jam/hari) dan memantau konten yang diakses. Aktivitas fisik dan *outdoor* juga perlu ditingkatkan untuk mengembangkan motorik anak. Edukasi tentang penggunaan gadget yang seimbang dan peraturan penggunaan gadget di rumah juga perlu dibuat. Dengan demikian, anak dapat menggunakan gadget dengan bijak dan seimbang.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan Terima Kasih kepada Ibu Imelda Kase, S.Pd selaku Kepala sekolah PAUD Taruna Elim Kuanino yang sudah menerima kami mahasiswa Institut Agama Kristen Negeri Kupang Program Studi Pendidikan Kristen Anak Usia Dini Semester III dalam melaksanakan kegiatan PKM. Ucapan Terima Kasih juga kami sampaikan kepada Bapak dosen pengasuh mata kuliah psikologi perkembangan II Fredericksen Victoranto Amseke M.Si, yang begitu antusias dalam mendukung kami mahasiswa untuk mengembangkan potensi kami Tuhan Yesus Memberkati, Terima kasih juga kepada rekan-rekan mahasiswa yang membantu mempersiapkan semua rangkaian acara dari awal sampai selesai. Ini bukan akhir dari sebuah perjuangan ini adalah awal yang baik bagi kita mahasiswa untuk lebih semangat menciptakan karya-karya yang menarik dan berkualitas sehingga mampu menginspirasi banyak orang.

DAFTAR PUSTAKA

Amseke, F. V, Lelo, K., Banoet, J, & Afi, A.V. (2024). Penguatan Pendidikan Seks Anak Usia Dini Bagi Guru PAUD di Kabupaten Kupang. *Jurnal SOLMA*, 13(2): 1209-1219; <https://journal.uhamka.ac.id/index.php/solma/article/download/14566/4602/50391>

- Amseke, F. V., Wulandari, R. W., Nasution, L. R., Handayani, E. S., Sari, N. R. S., Kep, M., ... & Tafonao, I. (2021). *Teori dan aplikasi Psikologi perkembangan*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Andrian, A. (2022). *Psikologi perkembangan: Tumbuh dan berkembangnya mental seseorang*. Jakarta: Pustaka Cendekia.
- Anggraeni, S. (2019). Pengaruh Pengetahuan Tentang Dampak Gadget Bagi Kesehatan Terhadap Perilaku Penggunaan Gadget Pada Siswa SDN Kebun Bunga 6 Banjarmasin. *Faletehan Health Journal*, 6 (2): 64-68 <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/PPKMDU/article/view/3846>
- Anil, A., & Shaik, S. (2019). Third Eye Syndrome gadget screen addiction among medical professionals in Chennai, Tamilnadu, India. *National Journal of Research in Community Medicine*, 8(3), 249–254. <https://doi.org/10.26727/NJRCM.2019.8.3.249-254>
- Ariston, Y., & Frahasini, F. (2018). Dampak penggunaan gadget bagi perkembangan sosial anak sekolah dasar. *Journal of Educational Review and Research*, 1(2), 86-91. <https://journal.stkipingsikawang.ac.id/index.php/JERR/article/view/1675>
- Asmuni, A. (2020). Problematika Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19 dan Solusi Pemecahannya. *Jurnal Paedagogy*, 7(4), 281. <https://doi.org/10.33394/jp.v7i4.2941>
- Baskoro, D. (2019). Menjadi Lebih Baik (parent healing). Jakarta: Elex Media Komputindo
- Bu'ulolo A.H, (2024). Dampak genggunaan gadget bagi anak usia dini Di desa Eho Hilisimaetano *Jurnal Bimbingan dan Konseling*. 4(1) 46-60. <https://jurnal.uniraya.ac.id/index.php/Counseling/article/download/1560/1100/>
- Cohen, D. (2017). *How the child's mind develops*. Routledge.
- Fitriani, A, Reza Fahlevi, dll. (2023). *Psikologi Perkembangan*. Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Frahasini dkk. (2018). Dampak Penggunaan Gadget pada Anak Usia Sekolah terhadap Perilaku Sosial Anak di Desa Semata. *Jurnal Ilmu Sosial Pendidikan* 7 (2), 161-168 <https://journal.stkipingsikawang.ac.id/index.php/JERR/article/view/1675>
- Hermawan, R. (2019). Penerapan Aplikasi Parental Control Screen Time dalam Penggunaan Smartphone bagi Anak-anak. *SAP (Susunan Artikel Pendidikan)*, 4(1), 66-74 <https://journal.lppmunindra.ac.id/index.php/SAP/article/view/4269>
- Hidayah, N., Nashoihi, A. K., Asyari, T. R., & Chumaidi, A. (2021). Sosialisasi Edukasi Smartphone terhadap Anak Dampak Positif dan Negatif Penggunaan Smartphone pada Anak. *Jumat Pendidikan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 23-26. <https://ejournal.unwaha.ac.id/index.php/abdimaspen/article/view/1159>
- Imron, R. (2018). Hubungan penggunaan gadget dengan perkembangan sosial dan emosional anak prasekolah di Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 148-154. <https://ejournal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKEP/article/view/922>
- Junida, D. S. (2019). Kecanduan online anak usia dini. *Walasuji*, 10(1), 57-68 <https://www.neliti.com/id/publications/292832/kecanduan-online-anak-usia-dini>
- Karwati, L., Kurniawan, D., & Anggraeni, R. (2020). Pendampingan Orangtua pada Anak Pengguna Gawai di Satuan Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Visi*, 15(1), 33-40. <http://repositori.unsil.ac.id/4107/>
- Kirkorian, H. L., Choi, K., & Pempek, T. A. (2016). Toddlers' word learning from contingent and noncontingent video on touch screens. *Child development*, 87(2), 405-413. <https://www.jstor.org/stable/24698245>
- Kirkorian, H. L., Wartella, E. A., & Anderson, D. R. (2008). Media and young children's learning. *The Future of children*, 39-61. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/EJ795859.pdf>
- Kurniawati, D. (2020). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Hasil Belajar Siswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(1), 79–84. <https://Edukatif.Org/Index.Php/Edukatif/Article/View/78>
- Lanca, C., & Saw, S. M. (2020). *The association between digital screen time and myopia: A systematic review*. *Ophthalmic and Physiological Optics*, 40(2), 216–229 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31943280/>
- LeBourgeois, M. K., Hale, L., Chang, A. M., Akacem, L. D., Montgomery-Downs, H. E., & Buxton, O. M. (2017). Digital media and sleep in childhood and adolescence. *Pediatrics*, 140(Supplement_2), S92-S96. <https://psycnet.apa.org/record/2018-42994-009>

- Mustikawati, I. (2018). Pembatasan Penggunaan Gadget Pada Anak/Siswa Pendidikan Dasar (Pendidikan 9 Tahun). *Majalah Ilmiah Pelita Ilmu*, 1(2). <http://jurnal.stiapembangunanjember.ac.id/index.php/pelitailmu/article/view/99>
- Nafaida, R. (2020). Dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan anak. *BEST Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 3(2), 57-61. <https://jurnal.uisu.ac.id/index.php/best/article/view/2807>
- Nguyen, T. V., Nguyen, Q. A. N., Nguyen, N. P., & Nguyen, U. B. (2024). Smartphone use, nomophobia, and academic achievement in Vietnamese high school students. *Computers in Human Behavior Reports*, 14, 100418. <https://ouci.dntb.gov.ua/en/works/9QLKvjgl/>
- Okika, C. C. (2017). Escapism By Digital Media : Assessing Screen Time Impact , Usage Guidelines / Recommendations Awareness And Adoption Among Undergraduate Students In Enugu State, South-East Nigeria. 2(1), 1–34. <http://rex.commpan.com/index.php/ijamrr/article/viewFile/56/54>
- Park SM, Choi JH, Lee JS, Sung HC (2023a) Current Status of Exotic Turtles Found in Jungnang Stream Located in Urban Area, Seoul, Republic of Korea. *Korean Journal of Environment and Ecology* 37: 251–258, <https://doi.org/0.13047/KJEE.2023.37.4.251>
- Pebriana, P. H. (2017). Analisis penggunaan gadget terhadap kemampuan interaksi sosial pada anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(1), 1-11. <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/26/24>
- Putra, A., & Patmaningrum, D. A. (2018). Pengaruh youtube di smartphone terhadap perkembangan kemampuan komunikasi interpersonal anak. *Jurnal Penelitian Komunikasi*, 21(2). <https://doi.org/10.20422/jpk.v21i2.589>
- Putriana, K., Pratiwi, E. A., & Wasliah, I. (2019). Hubungan durasi dan intensitas penggunaan gadget dengan perkembangan personal sosial anak usia prasekolah (3-5 tahun) di tk cendikia desa lingsar tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 7(2), 5-13. <https://jkqh.uniqhba.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/112>
- Radesky JS, Kistin CJ, Zuckerman B., Nitzberg K., Gross J., Kaplan-Sanoff M., dkk. (2014). Pola penggunaan perangkat seluler oleh pengasuh dan anak-anak selama makan di restoran cepat saji. *Pediatrics*. 133 e843–e849. 10.1542/peds.2013-3703
- Rahayu, N. S., Elan, E., & Mulyadi, S. (2021). Analisis penggunaan gadget pada anak usia dini. *Jurnal PAUD Agapedia*, 5(2), 202-210. <https://ejournal.upi.edu/index.php/agapedia/article/view/40743>
- Rahman, F. F., Ardan, M., & Johan, H. (2020). Edukasi Konten Pornografi Dalam Penggunaan Gadget Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Medika Samarinda. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 26(2), 60. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpkkm/article/view/16810/0>
- Rahmawati, A. (2022). *Program Parenting Pada Pendidikan Anak Usia Dini*. LovRinz Publishing
- Sahriana, N. (2019). Pentingnya Peran Orang Tua dalam Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *Jurnal Smart PAUD*, 2(1), 60–66. Retrieved from <http://ojs.uho.ac.id/index.php/smartpaud/article/view/5922/pd>
- Sawitri, Y., Yannaty, I. A., Widyastika, S. I., Harumsih, T. D., & Musyarofah, H. F. (2019). Dampak penggunaan smartphone terhadap perkembangan anak usia dini. In *Prosiding Seminar Nasional LPPM UMP*. 1(1), 691-697.
- Sisbintari, K. D., & Setiawati, F. A. (2021). Digital Parenting sebagai Upaya Mencegah Kecanduan Gadget pada Anak Usia Dini saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1562-1575. <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/1781/pdf>
- Tatminingsih, S. (2017). Dampak penggunaan TIK terhadap perilaku anak usia dini: studi kasus pada anak usia 4-7 tahun. *Jurnal Pendidikan*, 18(1), 42-52. https://www.researchgate.net/publication/338576359_DAMPAK_PENGGUNAAN_TIK_TERHADAP_PERILAKU_ANAK_USIA_DINI_STUDI_KASUS_PADA_ANAK_USIA_4-7_TAHUN
- Williams, T. (2024). *Cyber Psychology and Our Children, Navigating The Digital Age*. file:///C:/Users/PC%20ACER/Downloads/Cyberpsycology.pdf