DAMPAK BAGI ANAK YANG KECANDUAN GADGET

Galih Tri Winata

Program Studi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Bengkulu
galihtriwinata@gmail.com

ABSTRAK

Gadget saat ini marak diperbincangkan dikonsumsi oleh masyarakat saat ini karna kecanggihan teknologi *gadget* diciptakan dalam bentuk perangkat kecil yang fleksibel dan nyaman dibawa kemana saja. Bukan hanya orang dewasa, saat ini anak-anak mampu menggunakan gadget dalam kehidupan sehari-hari, dan mereka nyaman dalam menggunakan sehingga dapat mengakibatkan terjadinya kecanduan *gadget* yang dapat berdampak pada perkembangan anak berupa gangguan mental, emosi dan perilaku negatif anak. Jenis penelitian menggunakan metode *deskriptif analitik* yaitu dengan melihat gambaran kejadian gangguan mental dan emosional pada anak usia 3-6 tahun. Sampel penelitian ini adalah Anak usia 3-6 tahun sebanyak 100 orang dengan menggunakan teknik *purposive random sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan memenuhi karakteristik tertentu. Simpulan, sebagian besar anak mengalami kecanduan *gadget* dan sebagian besar anak beresiko mengalami gangguan emosional jika orang tua tidak melakukan tindakan bijak dalam penggunaan *gadget*.

Kata Kunci : Gadget, Gangguan Mental, Kecanduan, Gangguan Emosional

IMPACT FOR GADGET ADDICTED CHILDREN

Galih Tri Winata
Nursing Study Program, Bengkulu Muhammadiyah University
galihtriwinata@gmail.com

ABSTRACT

The current gadget is widely discussed being consumed by the public today because of the sophistication of gadget technology created in the form of a small device that is flexible and convenient to carry anywhere. Not only adults, nowadays children are able to use gadgets in their daily lives, and they are comfortable using them, which can lead to gadget addictions that can have an impact on children's development in the form of mental disorders, emotions and negative behavior of children. This type of research uses descriptive analytic method that is by looking at the picture of the incidence of mental and emotional disorders in children aged 3-6 years. The sample of this research is children aged 3-6 years as many as 100 people using purposive random sampling technique, which is the technique of determining the sample by meeting certain characteristics. Conclusion, most children are addicted to gadgets and most children are at risk of experiencing social problems if parents do not act wisely in the use of gadgets.

Keywords: Gadgets, Mental Disorders, Addiction, Emotional Disorders

PENDAHULUAN

Gadget saat ini marak diperbincangkan dikonsumsi oleh masyarakat saat ini karna kecanggihan teknologi *gadget* diciptakan dalam bentuk perangkat kecil yang fleksibel dan nyaman dibawa kemana saja. Bukan hanya orang dewasa, saat ini anak-anak mampu menggunakan gadget dalam kehidupan sehari-hari, dan mereka nyaman dalam menggunakan sehingga dapat mengakibatkan terjadinya kecanduan *gadget* yang dapat berdampak pada perkembangan anak berupa gangguan mental, emosi dan perilaku negatif anak.

Sebuah survei penelitian yang dilakukan melalui polling melalui saluran televisi Channel News didapatkan bahwa hasil survei menunjukkan sebanyak 47 persen dari orang tua mengungkapkan bahwa anak mereka banyak menghabiskan waktu sehari-hari di depan layar gadget ada yang membuka youtube, game, bahkan ada yang menggunakan sebagai sarana belajar seperti coloring, dll. Sedangkan sebanyak 43 persen lainnya mengaku bahwa anak mereka telah memiliki ikatan emosi dengan perangkat mobile yang dimiliki seperti menangis, marah jika gadget mereka diambil. Rata-rata anak, dari survei itu, menghabiskan waktu rata-rata lebih dari tiga jam untuk berkutat di depan layar gadget dalam sehari. Biasanya mereka bermain games, melihat video atau Youtube, dan berinteraksi di sosial media,

hasil penelitian yang dilakukan Profesor Sonia Livingstone dari London School of Economic (Ramadhan, Agung, 2017; Depkes RI, 2013).

Beberapa kasus yang tengah marak akhir-akhir ini terkait gangguan kejiwaan (mental, emosional dan perilaku) yang dialami anak akibat kecanduan gadget pada anak merupakan masalah ini dianggap penting dan harus di waspadai oleh seluruh orangtua yang memiliki anak terutama usia pra-sekolah dengan kebiasaan memainkan gadget. Untuk menghindari hal tersebut perlu dilakukan deteksi dini dalam penilaian status mental dan emosional anak sejak dini pada usia 3-6 tahun (IDAI, 2013).

Saat ini belum terlalu banyak penelitian yang mengacu pada gangguan mental dan emosional secara lebih luas terutama pada anak di Indonesia yang merupakan dampak dari kecanduan *gedget* yang merupakan hasil negatif dari perkembangan teknologi yang sedang berkembang saat ini. Meskipun ada beberapa faktor risiko lain yang menjadi penyebab terjadinya gangguan emosional pada anak misalnya jenis kelamin anak, jumlah saudara dalam keluarga, trauma emosional pada anak, kegagalan dalam bersosialisasi di masyarakat akibat isolasi yang dilakukan dan pola asuh yang tidak baik serta riwayat komplikasi saat kelahiran anak dan masa awal bayinya, riwayat penyakit kronis,

ketidakharmonisan dalam keluarga, faktor keturunan akibat orang tua menderita sakit mental atau ketergantungan obat, dan pola asuh orang tua. dan lain-lain, beberapa faktor diatas merupakan salah satu faktor pencetus gangguan mental dan emosional akan bermunculan lebih dini (Bayer, 2011). Fenomena yang terjadi ini dapat menjadi fenomena gunung es serta menjadi beban dan masalah baru kesehatan bagi pemerintah, dan menjadi penyebab rusaknya generasi penerus bangsa (CDC, 2013).

METODE

Jenis penelitian menggunakan metode *deskriptif analitik* yaitu dengan melihat gambaran kejadian gangguan mental dan emosional pada anak usia 3-6 tahun. Sampel penelitian ini adalah Anak usia 3-6 tahun sebanyak 100 orang dengan menggunakan teknik *purposive random sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan memenuhi karakteristik tertentu.

HASIL

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan tingkat kecanduan tinggi. Saat dilakukan wawancara kepada orang tua mengungkapkan bahwa diawali dengan meminjamkan sampai membelikan gadget yang canggih dengan model yang sesuai dengan keinginan anak, demi memberikan kebahagiaan pada anak, mengikuti *trend*. Selain itu orangtua yang memiliki

karir diluar rumah *gadget* sengaja difasilitasi untuk digunakan agar aktifitas anak terpantau dan dapat berkomunikasi dengan anak yang ada dirumah, sehingga orang tua mengetahui semua aktifitas yang dilakukan anak.

Sedangkan ibu dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga membelikan *gadget* pada anak dengan tujuan mengalihkan perhatian si anak agar tidak mengganggu aktifitas ibu dalam mengerjakan pekerjaan rumah tangga. Awalnya tujuan mereka berhasil, untuk komunikasi dan sebagai pengalihan perhatian pada anak. Namun lama-kelamaan anak mulai mencoba lebih aktif untuk mencoba fitur serta aplikasi lain yang lebih menarik, dan menantang sesuai dengan keinginan mereka masing-masing. Hal ini akan membuat anak akan lebih terfokus pada *gadgetnya* dan mulai meninggalkan dunia bermain mereka, dan merasa lebih nyaman dengan beberapa fitur yang ditawarkan di *gadget*.

PEMBAHASAN

Ada beberapa perilaku anak yang mengalami kecanduan *gadget* yang harus diwaspadai oleh guru maupun orang tua yaitu: (1) Ketika keasyikan dengan *gadget* anak jadi kehilangan minat dalam kegiatan lain. (2) Anak mulai tidak tertarik melakukan interaksi, atau bergaul dengan teman sebaya untuk bermain diluar rumah, (3). Anak mulai menunjukkan emosional yang kadang tidak bisa dikontrol, bahkan

tantrum ketika orang tua mengambil, merenut, atau melarang anak saat sedang asyik menggunakan *gadget*. (4) anak mulai menunjukkan perilaku negatif, dengan berani berbohong atau mencuri-curi waktu untuk bermain *gadget* saat orang tua sedang asyik beraktifitas, atau saat sedang tidur. Beberapa perilaku diatas merupakan sebagian tanda dan gejala pada anak bahwa mereka sedang membutuhkan bantuan dalam menghentikan aktifitasnya dengan kecanduan bermain *gadget*. Meskipun sebenarnya bermain *gadget* memiliki beberapa manfaat untuk membentuk sikap cekatan, melatih fokus, serta meningkatkan kecakapan dalam berbahasa inggris (Erol Dkk, 2005).

Dampak negatif pada anak yang menggunakan *gadget* dapat membuat anak mengalami ketagihan, sampai dengan fase kecanduan *gadget*. Anak akan membuang waktu sia-sia dalam bermain, bahkan anak menahan rasa lapar, haus, dan keinginan untuk melakukan *toileting*. Anak-anak mulai malas melakukan aktifitas rutin seperti belajar, bermain, makan, melakukan aktifitas seperti bermain bola pada anak laki-laki, pada anak perempuan bermain bersama teman sebaya, padahal beberapa aktifitas berpengaruh penting dalam mendukung kematangan dan perkembangan anak di berbagai aspek perkembangan yang ada pada dirinya, dan penunjang dalam perkembangan otak. Jika

anak dalam waktu lama terpapar dalam penggunaan *gadget*, dan menjadikan *gadget* sebagai aktifitas rutin yang dilakukan sehari-hari maka hal ini menjadi salah satu faktor penyebab terganggunya perkembangan otak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai deteksi dini deteksi dini gangguan mental dan emosional pada anak yang mengalami kecanduan *gadget* dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: Bahwa sebagian besar anak mengalami kecanduan *gadget* dan sebagian besar anak beresiko mengalami gangguan emosial jika orang tua tidak melakukantindakan bijak dalam penggunaan *gadget*, usia 1-5 tahun merupakan usia keemasan dalam membentuk semua karakter diri, sehingga pendampingan dan pola asuh yang baik dari orang tua sangat dibutuhkan dalam proses tumbuh dan kembang anak dari segala aspek.

REFERENSI

Dwi Wulandari & Dilfera Hermiati. (2019). DETEKSI DINI GANGGUAN MENTAL DAN EMOSIONAL PADA ANAK YANG MENGALAMI KECANDUAN GADGET. Jurnal Keperawatan Silampari 3 (1) 382-392 <https://doi.org/10.31539/jks.v3i1.843>