



## Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health Service)

e-ISSN 2797-1309

<https://jurnal.hip.ac.id/index.php/jpkk>

### Pendidikan Kesehatan: “Bijak Bermain Gadget, Anak Sehat Dan Ceria” Pada Anak Usia Sekolah Kelurahan Labuh Baru Timur

### *Health Education: "Wisely Playing With Gadgets, Healthy And Happy Children" For School-Age Children In Labuh Baru Timur Village*

Fina Oktavia<sup>1</sup>, Rahmadhani Sahara<sup>2</sup>, Putri Adila Khairiya<sup>3</sup>, Dhea Annisa Savitri<sup>4</sup>, Repika Tri Yurni<sup>5</sup>

Program Studi Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau

e-mail : [fina.oktavia2254@student.unri.ac.id](mailto:fina.oktavia2254@student.unri.ac.id)

\*(Corresponding Author)

#### Histori artikel

Received:  
30-11-2025

Accepted:  
1-12-2025

Published:  
05-12-2025

#### Abstrak

Kemajuan teknologi di era globalisasi menyebabkan penggunaan gadget meningkat pesat, termasuk di kalangan anak usia sekolah. Meskipun gadget memiliki manfaat dalam mendukung proses belajar, penggunaan berlebihan dapat berdampak negatif terhadap kesehatan fisik, psikososial, dan sosial anak, seperti gangguan tidur, penurunan konsentrasi, serta kecanduan. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anak usia sekolah tentang penggunaan gadget secara bijak agar mereka dapat menjaga kesehatan fisik, mental, serta membentuk perilaku positif dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan dilakukan melalui pendidikan kesehatan menggunakan metode ceramah dan diskusi dengan media PowerPoint dan leaflet dan disertai kegiatan permainan edukatif. Peserta adalah anak usia sekolah (6–12 tahun) di MDA Masjid Al-Hidayah RW 06 Labuh Baru Timur. Kegiatan dilengkapi dengan permainan edukatif. Hasil menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada skor pengetahuan peserta, dengan rata-rata skor pre-test sebesar 7,65 dan rata-rata skor post-

---

test mencapai 9,83. Diharapkan kegiatan edukasi serupa dapat dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan peran orang tua dan guru untuk memantau penggunaan gadget anak, serta menciptakan lingkungan yang mendukung tumbuh kembang anak yang sehat dan ceria.

*Kata Kunci:* gadget, anak usia sekolah, pendidikan kesehatan

---

---

#### Abstract

---

*Technological advancements in the globalization era have caused a rapid increase in gadget usage, including among school-age children. Although gadgets offer benefits in supporting the learning process, excessive usage can negatively impact children's physical, psychosocial, and social health, such as sleep disturbances, decreased concentration, and addiction. This activity aims to increase the knowledge and awareness of school-age children regarding wise gadget usage so they can maintain physical and mental health, as well as form positive behaviors in daily life. The activity method was conducted through health education and discussion with PowerPoint and leaflet media. Participants were school-age children (6–12 years old) at MDA Mesjid AlHidayah RW 06 Labuh Baru Timur. The activity was complemented with educational games. The result showed a significant increase in participants' knowledge scores, with an average pre-test score of 7.65 and an average post-test score reaching 9.83. It is expected that similar educational activities can be conducted sustainably by involving the roles of parents and teachers to monitor children's gadget usage, as well as creating an environment that supports the healthy and cheerful growth and development of children.*

**Keywords:** gadget, school-age children, health education

---

## PENDAHULUAN

Saat ini tidak dapat di pungkiri bahwa kemajuan teknologi dan informasi membuat perubahan-perubahan yang sangat pesat di era globalisasi, perubahan tersebut di tandai dengan kemajuannya pada bidang teknologi dan informasi seperti di Negara Indonesia. Salah satu teknologi yang berkembang pesat di Indonesia adalah gadget. Gadget menjadi salah satu perangkat teknologi yang sangat populer dan hampir digunakan oleh semua kalangan, mulai dari orang dewasa hingga anak-anak (Tirtayanti et al., 2021). Perkembangan pesat teknologi informasi dan digital menjadikan gadget sebagai salah satu perangkat yang sulit dilepaskan dari kehidupan sehari-hari, termasuk di kalangan anak-anak usia sekolah. Gadget memang dapat memberikan akses informasi yang luas dan membantu anak dalam menyelesaikan tugas sekolah, sehingga berpotensi meningkatkan kreativitas serta prestasi belajar. Namun, dampak negatif jauh lebih dominan, terutama ketika penggunaan gadget tidak disertai pengawasan dan pembatasan dari orang tua (Saputri & Setyawan (2022). Penggunaan gadget yang berlebihan berdampak negatif pada kesehatan mental siswa, seperti gangguan kesehatan mental, perubahan perilaku, serta terganggunya pola tidur (Nahdiah et al., 2024). Paparan layar dalam waktu yang terlalu lama dapat menimbulkan kelelahan pada mata, rasa cemas, hingga mengakibatkan kesulitan tidur. Meskipun gadget dapat membantu akses informasi dan pembelajaran, dampak positif hanya muncul bila digunakan secara bijak (Kamaruddin et al., 2023).

Penelitian Sauri et al (2022) menemukan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan berdampak negatif pada perkembangan karakter siswa SD di Dusun Limbungan. Siswa menjadi individualis, jarang berinteraksi sosial, malas belajar, melalaikan kewajiban seperti salat dan mengaji, serta kehilangan sikap tanggung jawab. Anak lebih banyak menggunakan gadget untuk bermain game dan hiburan, bukan untuk belajar (Magdalena et al., 2021). Untuk meminimalisir dampak tersebut, peran orang tua dan guru sangat penting melalui pembatasan waktu layar, pendampingan, serta mengajak anak lebih banyak berinteraksi dan bermain di luar (Prakosha et al., 2024).

Berdasarkan hasil pengkajian menggunakan kuesioner terhadap 10 anak usia sekolah di wilayah RW 6, diperoleh data bahwa mayoritas anak (85,7%) menggunakan gadget setiap hari dengan durasi kurang dari 1,5 jam, sementara sebagian kecil lainnya (14,3%) menggunakan gadget lebih lama. Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget pada anak usia sekolah cukup tinggi dan berpotensi menimbulkan dampak negatif bila tidak diawasi dengan baik, seperti penurunan konsentrasi belajar, berkurangnya interaksi sosial, serta gangguan pola tidur.

Berdasarkan wawancara terhadap 10 anak usia sekolah di wilayah RW 6, diperoleh bahwa 8 anak menggunakan gadget untuk hiburan, terutama bermain game online dan menonton video di YouTube maupun TikTok sedangkan 2 lainnya untuk belajar. Durasi penggunaan gadget rata-rata berkisar 1 jam per hari. Waktu penggunaan paling sering adalah pada sore hingga malam hari setelah pulang sekolah. Hasil wawancara dengan beberapa orang tua juga memperlihatkan fenomena yang sama. Orang tua menyampaikan bahwa anak mereka sulit dilarang bermain handphone, bahkan ketika handphone diambil anak dapat menangis dan marah. Walaupun orang tua sudah berusaha melarang atau membatasi, anak tetap meminta kembali handphone dengan berbagai cara. Situasi ini menunjukkan adanya tanda-tanda perilaku adiktif terhadap gadget yang tidak hanya memengaruhi kesehatan fisik, tetapi juga kondisi psikologis anak..

## TUJUAN

Tujuan dari kegiatan pendidikan kesehatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran anak usia sekolah dalam menggunakan gadget secara bijak serta mendorong perilaku positif yang mendukung kesehatan fisik dan mental mereka.

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di MDA Masjid AlHidayah Kelurahan Labuh Baru Timur dengan melibatkan 29 orang siswa MDA. Kegiatan berlangsung berupa untuk memberikan edukasi kesehatan mengenai “Pendidikan Kesehatan: “Bijak Bermain Gadget, Anak Sehat Dan Ceria” Pada Anak Usia Sekolah Di MDA Masjid Al-Hidayah Kelurahan Labuh Baru Timur”. Metode pelaksanaan dilakukan melalui ceramah dan diskusi yang didukung oleh media PowerPoint dan leaflet. Sebelum sesi edukasi dimulai, peserta diminta untuk mengisi kuesioner sebagai pretest guna mengetahui pemahaman awal mereka mengenai gadget. Setelah sesi edukasi selesai, peserta kembali diminta mengisi kuesioner yang sama sebagai post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi edukasi kesehatan.

## HASIL

Kegiatan penelitian ini dilaksanakan pada hari Minggu, 19 Oktober 2025. Kegiatan ini dilaksanakan Kelurahan Labuh Baru Timur. Pendidikan kesehatan dilaksanakan secara langsung dengan sasaran para siswa dan siswi yang berusia 6-12 tahun dengan jumlah 29

orang siswa anak usia sekolah. Pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan dilakukan secara sistematis, dimulai dengan pemberian pre-test kepada seluruh peserta. Instrumen pre-test diberikan secara terstruktur dan dikerjakan secara individual. Tahapan selanjutnya adalah pemberian pendidikan kesehatan melalui metode ceramah interaktif dengan menggunakan media. Setelah penyampaian materi, peserta mengikuti games edukatif sebagai strategi penguatan pemahaman melalui aktivitas belajar yang menyenangkan dan partisipatif. Kegiatan diakhiri dengan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta.

Cara menuliskan tabel:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah	
	Frekuensi (n)	Responden (%)
<b>Usia</b>		
6 tahun	0	0,0
7 tahun	6	20,7
8 tahun	9	31,0
9 tahun	7	24,1
10 tahun	5	17,2
11 tahun	1	3,4
12 tahun	1	3,4
Total	29	100,0
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	14	48,3
Perempuan	15	51,7
Total	29	100,0
<b>Durasi Penggunaan Gadget</b>		
< 1 jam	6	20,7
1– 2 jam	13	44,8
> 2 jam	10	34,5
Total	29	100,0

Berdasarkan tabel 1, karakteristik anak usia sekolah di MDA Mesjid Al-Hidayah berdasarkan variabel jenis kelamin didominasi oleh perempuan yang berjumlah 15 (51,7%), sedangkan untuk laki-laki berjumlah 14 (48,3%). Karakteristik berdasarkan usia mayoritas terdapat anak usia 8 tahun yaitu sebanyak 9 (31,0%), 9 tahun (24,1%), dan 7 tahun (20,7%). Distribusi karakteristik responden berdasarkan durasi penggunaan gadget terbanyak yaitu 13 anak (44,8%) dengan durasi 1-2 jam.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Pengetahuan	Mean	±SD	Min-Max	N	<i>p-value</i>
Pre-test	7,65	1,49	4-10	29	0,000
Post-test	9,82	0,38	9-10		

Berdasarkan tabel 2, skor rata-rata tingkat pengetahuan responden sebelum dilakukan pendidikan kesehatan (pre-test) adalah 7,65 dengan standar deviasi 1,49. Sedangkan skor rata-rata tingkat pengetahuan responden penelitian setelah dilakukan pendidikan kesehatan (post-test) adalah 9,82 dengan standar deviasi 0,38. Hasil uji statistic menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan *p-value* 0,000 yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) pendidikan kesehatan.



Gambar 1. Pemateri menyampaikan materi dan sesi tanya jawab



Gambar 2. Pemberian hadiah kepada peserta aktif

## PEMBAHASAN

Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah anak usia 8–9 tahun (31,0% dan 24,1%), dengan jenis kelamin didominasi oleh perempuan (51,7%). Durasi penggunaan gadget terbanyak adalah 1–2 jam per hari (44,8%). Temuan ini menggambarkan bahwa anak usia sekolah dasar sudah akrab dengan penggunaan gadget, dan sebagian besar menggunakannya dalam durasi yang cukup lama untuk kategori usia mereka.



Hasil kegiatan ini sejalan dengan Wijayanti et al. (2021) yang menemukan dengan uji statistic yaitu  $p = 0,001$  artinya secara statistik ada pengaruh penyuluhan tentang bahaya gadget. Hasil ini sejalan dengan penelitian Fetriani et al. (2022) yang menunjukkan bahwa penyuluhan menggunakan metode ceramah interaktif dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap anak terhadap penggunaan gadget. Edukasi yang disertai powerpoint, leaflet dan permainan edukatif sebagaimana dilakukan dalam kegiatan ini, mampu menarik perhatian anak dan meningkatkan daya ingat mereka terhadap pesan yang disampaikan.

Hasil uji statistic menggunakan uji *Wilcoxon* didapatkan *p-value* 0,000 yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pendidikan kesehatan. Dengan demikian, kegiatan pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan diskusi yang disertai dengan media dan permainan edukatif terbukti efektif dapat meningkatkan pemahaman anak mengenai penggunaan gadget.

## SIMPULAN

Kegiatan pendidikan kesehatan Pendidikan Kesehatan: “Bijak Bermain Gadget, Anak Sehat Dan Ceria” Pada Anak Usia Sekolah Di MDA Mesjid Al-Hidayah Kelurahan Labuh Baru Timur telah terlaksana dengan baik dan sesuai perencanaan. Diketahui secara statistik terdapat perbedaan yang signifikan antara rata-rata tingkat pengetahuan sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) pendidikan kesehatan. Disarankan agar anak usia sekolah menerapkan kebiasaan penggunaan gadget yang lebih terkontrol, termasuk membatasi durasi penggunaan serta memilih konten yang sesuai usia. Bagi orang tua dan guru, perlu dilakukan pendampingan dan pengawasan yang konsisten terhadap penggunaan gadget anak. Selain itu, pihak sekolah diharapkan dapat melaksanakan edukasi serupa secara berkala guna mempertahankan dan meningkatkan pengetahuan siswa mengenai penggunaan gadget yang sehat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada pihak MDA Mesjid Al-Hidayah dan para peserta yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan ini, serta kepada Fakultas Keperawatan Universitas Riau yang telah memberikan dukungan terhadap pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Fetriani, F., Zulyan, Z., Saputra, E., Hasibuan, M., & Lisdayanti, S. (2022). *Penyuluhan Dampak Negatif Gadget Bagi Anak-Anak. Jurnal Pemberdayaan Sosial dan Teknologi Masyarakat*, 2(1), 7.
- Nahdiah, A. C. F., Chairy, A., Fitria, N., & Volta, A. S. (2024). Sisi Gelap Layar: Investigasi Dampak Negatif Penggunaan Gadget Pada Perkembangan Psikologi Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi (JIPP)*, 1(4), 169–175.
- Tirtayanti, S., Majid, Y. A., & Hajj, A. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Psikososial Pada Anak Sekolah Dasar: Literature Review. 2(2), 1–7.
- Wijayanti, A. E., Nur Anisah, & Andri Purwandari. (2021). Edukasi Smart Gadget pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan*, 1(2), 36–43.
- Kamaruddin, I., Leuwol, F. S., Putra, R. P., Aina, M., Suwarma, M., & Zulfikhar, R. (2023). Dampak Penggunaan Gadget pada Kesehatan Mental dan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah. *Journal On Education*, 06(01), 307–316.
- Magdalena, I., Insyirah, A., Putri, N. A., & Rahma, S. B. (2021). Pengaruh Penggunaan Gadget Pada Rendahnya Pola Pikir Pada Anak Usia Sekolah (6-12 Tahun) Di SDN Gempol Sari Kabupaten Tangerang. *Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 3, 166–177.
- Prakosha, D., Fashiha, A. A., & Kusumastuti, S. D. (2024). Bahaya Penggunaan Gadget Berlebihan Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(1), 211–217.
- Saputri, R. D. R., & Setyawan, A. (2022). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Karakter Anak Sekolah Dasar. *Indonesian Multidiscipline Of Social Journal*, 3(1), 24–31.
- Sauri, S., Sulastri, A., Hakim, A. R., & Sururuddin, M. (2022). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Karakter Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio*, 8(3), 1167–1173. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i3.3326>