

Metode Dalam Pemberhentian Anak Usia Dini Di Usia 6 Tahun yang Kecanduan Pada Gadget

**Ashabul Maimanah¹, Alia Rohali², Khoilula Hanum Tanjung³,
Maysarah Rabiul Aulia Damanik⁴, Mastianur Daulay⁵, Rahma Yani⁶,
Annisa Hadisti Rahayu⁷, Hilda Zahra Lubis⁸**

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Prodi Pendidikan Usia Dini, Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan,
UIN Sumatera Utara

maysarahdamanik326@gmail.com

ABSTRACT

Gadgets are one of the technologies that are widely used by humans. Many benefits are felt through gadgets, but if excessive use without restrictions and controls can have a bad effect on users. Moreover, if the user is an early child where this period is an important process for his life. The purpose of this study was to analyze the use of gadgets by early childhood and the role of parents in overcoming gadget addiction in children. This study uses a qualitative approach research method. The results of this study note that children use gadgets to play games, watch entertainment on YouTube which can make children learn to know shapes, reading and writing. But children often focus too much on playing gadgets, don't answer when parents call, sometimes whine when they are not given permission to play gadgets, children also seem to have problems with their speaking ability, even though children are 6 years old but there are still many words spoken by children still not understandable. In an effort made by parents to prevent negative things from using gadgets by accompanying children when using gadgets, making sure they don't view content that is not appropriate for the child's age.

Keywords: Gadgets, Early Childhood

ABSTRAK

*Gadget merupakan salah satu teknologi yang banyak digunakan oleh manusia. Banyak manfaat yang dirasakan melalui gadget tetapi jika penggunaannya berlebih tanpa adanya batasan dan kontrol bisa memberikan efek yang buruk terhadap penggunanya. Terlebih lagi jika penggunanya merupakan anak usia dini yang dimana masa ini adalah proses yang penting bagi kehidupannya. Tujuan penelitian ini ialah untuk menganalisis penggunaan gadeget oleh anak usia dini dan peran orang tua dalam menagatasi kecanduan *gadget* pada anak. Penelitian ini menggunakan metode peneltian pendekatan kwaitatif. Hasil penelitian ini diketahui bahwa anak menggunakan *gadget* untuk bermain game, menonton hiburan di *youtube* yang bisa membuat anak belajar mengetahui bentuk, bacaan dan tulisan. Tapi anak sering terlalu fokus pada saat bermain *gadget*, tidak menjawab ketika orang tua memanggil, terkadang merengek ketika tidak diberi ijin bermain *gadget*, anak juga terlihat mengalami permasalahan dalam kemampuan berbicaranya, meskipun anak berusia 6 tahun tapi masih banyak dari kata-kata yang diucapkan anak masih belum dapat dimengerti. Dalam upaya yang dilakukan orang tua untuk mencegah hal-hal negatif dari penggunaan *gadget* dengan cara menemani anak saat menggunakan *gadget*, memastikan tidak melihat konten yang tidak sesuai dengan usia anak.*

Kata kunci : Gadget, Anak Usia Dini

PENDAHULUAN

Di zaman sekarang ini, *gadget* sudah menjadi hal yang lumrah, dan pandemi Covid-19 membuat orang semakin lekat dengan *gadget*. Dengan menggunakan *gadget*, Anda dapat berbelanja dan belajar secara online dari rumah. Menurut statistik telekomunikasi Indonesia, persentase pengguna internet di atas usia 5 tahun meningkat dari sekitar 25,84 persen pada tahun 2014 menjadi 50,92% pada tahun 2018, sedangkan di perdesaan persentase pengguna internet mengalami peningkatan dari sekitar 8,37 persen pada tahun 2014 menjadi 25,56 persen pada tahun 2018 (Sub Direktorat Komunikasi dan Informatika, 2018).

Gadget sekali lagi tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia; orang dari segala usia, dari anak-anak hingga orang dewasa, menggunakan *gadget* setiap hari, dan banyak anak-anak yang memiliki *gadget* sendiri sejak kecil. *Gadget* memiliki banyak manfaat bagi kehidupan manusia, seperti tersedianya platform media sosial seperti *Instagram*, *Facebook*, dan *Twitter*, yang bisa dimanfaatkan untuk terhubung dengan banyak orang dan menjalin pertemanan dengan orang-orang dari seluruh dunia. Lalu ada *YouTube*, yang bisa digunakan untuk hiburan dan pendidikan. Selain itu, ada tambahan aplikasi yang mudah digunakan unduh dari Play Store, memudahkan anak usia TK sekalipun untuk mengunduh aplikasi dari Store. Akan tetapi, di sisi lain, meskipun banyak manfaat *gadget*, penggunaannya juga dapat berdampak negatif bagi penggunanya jika tidak dikontrol. banyak sekali fitur-fitur dalam *gadget* yang dapat menghalangi anak-anak untuk menggunakannya, dan banyak di antaranya yang tidak sesuai dengan usianya, yang juga dapat menghambat perkembangannya.

Menurut keterangan Ketua Lembaga Perlindungan Anak, 17 kasus anak kecanduan *gadget* telah ditangani oleh lembaganya sejak tahun 2013. Tak hanya orang dewasa, banyak juga anak-anak yang kecanduan *gadget*. Komisi Perlindungan Anak Nasional yang menangani 42 kasus anak kecanduan *gadget* sejak 2016 juga terlibat. Menurut Kominfo (2018), Menurut Munir (Zaini & Soenarto, 2019), perangkat memberikan dimensi gerak, warna, suara, dan musik secara bersamaan untuk berbagai kegunaan, termasuk bermain game, menonton video, mendengarkan musik, mengobrol, dan menjelajahi situs web.

Menurut penelitian pendahuluan yang dilakukan di Desa Jajawar Kota Banjar Dusun Karangpucung Kulon diketahui bahwa anak-anak yang berusia antara 5 sampai 6 tahun sudah menggunakan *gadget*, meskipun *gadget* tersebut dimiliki oleh kakak atau adik atau anak lainnya. Akademi Dokter Spesialis Anak Kanada menegaskan bahwa anak-anak berusia antara 0 dan 2 tahun tidak boleh menggunakan teknologi sama sekali, bahwa anak-anak berusia antara 3-5 tahun hanya boleh menggunakan teknologi selama satu jam per hari, dan bahwa anak-anak berusia antara 6 dan 18 tahun hanya boleh menggunakan teknologi. menggunakan teknologi selama dua jam per hari. Rowan (Anggraeni, 2019) mengatakan bahwa jika seorang anak menggunakan gawai lebih dari waktu yang ditentukan, hal itu menimbulkan risiko kesehatan. Oleh karena itu, sangat penting bagi orang tua untuk mendampingi dan memantau penggunaannya.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Metode penelitian kualitatif digunakan dengan tujuan untuk meneliti kondisi objek yang alamiah, dimana peneliti sebagai instrument kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi, analisis data bersifat induktif/kualitatif, dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi (Sugiyono, 2011). Kondisi objek yang alamiah disini ialah penelitian memiliki makna bahwa tidak adanya rekayasa dalam proses penelitian sehingga penelitian bersifat apa adanya. Jenis metode kualitatif yang digunakan peneliti ialah studi kasus. Studi kasus menurut (Raco, 2010) merupakan bagian dari metode kualitatif yang bertujuan untuk memahami suatu kasus tertentu secara lebih mendalam dengan melibatkan pengumpulan beraneka sumber informasi.

PEMBAHASAN

Cara mengatasi anak usia dini yang kecanduan pada gadget

Bukan hal yang aneh jika para orang tua mengeluhkan anaknya yang kecanduan gadget di zaman sekarang ini. Entah itu tablet atau ponsel pintar. Padahal, kecanduan gadget akut pada anak dapat mengganggu kesehatan mental dan fisik mereka. Beberapa hal yang bisa berdampak buruk seperti kecanduan alkohol. Menurut penelitian yang dilakukan oleh British Heart Foundation (BHF) di Asianparent Indonesia, hanya satu dalam sepuluh balita dari "generasi iPad" secara fisik cukup aktif untuk dianggap sehat. Namun, ini tidak berarti bahwa anak-anak harus sepenuhnya menghindari *gadget*. Namun, selama kita menyadari keterbatasannya, teknologi masih dapat berkontribusi pada perkembangan anak. .

Dalam *Asian Parent* Indonesia, Putri Fitria menjelaskan cara membantu anak yang kecanduan *gadget*:

1) Batasi penggunaan

Batasi penggunaan perangkat elektronik sesuai dengan anjuran usia anak. Panduan waktu layar telah diterbitkan oleh *American Academy of Pediatrics* (2013) dan *Canadian Pediatric Society* (2010), antara lain sebagai berikut:

- Anak-anak di bawah usia dua tahun: tidak boleh dibiarkan bermain gadget seperti smartphone, tablet, dan televisi sendirian.
- Anak-anak usia 2 sampai 4: kurang dari satu jam setiap hari.
- Di atas usia lima tahun: idealnya tidak lebih dari dua jam per hari untuk kegiatan santai (selain belajar).

2) Beri jadwal

Jadwal bermain gadget pada waktu yang tepat. Selain itu, orang tua harus merencanakan kegiatan alternatif tambahan agar anak tidak bosan dan kembali menggunakan perangkat elektronik.

- #### 3) Jangan berikan akses penuh; letakkan komputer atau televisi di ruang tamu. agar setiap anak yang menggunakannya tidak sendirian dan masih dalam pengawasan anggota keluarga lainnya. Selain itu, anak tidak boleh sepenuhnya diberikan perangkat seluler. Jika ingin menggunakannya, biarkan

anak tahu untuk meminta izin terlebih dahulu, dan kemudian mengambilnya kembali setelah selesai.

4) Tetapkan zona bebas gadget

Buat aturan untuk menghindari penggunaan gadget di lokasi tertentu, misalnya di mobil, kamar tidur, dan di meja makan.

5) Ajari anak pengendalian diri.

Saat anak Anda menunjukkan pengendalian diri, pujilah dia karena tidak bermain-main dan mematuhi aturan yang ditetapkan.

6) Memberi contoh yang baik

Tak perlu dikatakan bahwa anak-anak mengikuti jejak orang tua mereka. Untuk itu, Wali juga harus menjadi teladan yang sejati, letakkan HP dan mainkan dengan si kecil.

Intensitas pemakaian gadget pada anak usia dini

Kekuatan penggunaan alat harus terlihat dari seberapa sering alat itu digunakan anak muda melibatkan alat dalam satu hari atau jika dilihat dari masing-masing minggu mengingat berapa lama tujuh hari seorang anak. Memanfaatkan gadget. Kehidupan seorang anak niscaya akan menjadi kehidupan di mana mereka hanya peduli dengan gadgetnya daripada bermain di luar rumah jika mereka terlalu sering menggunakannya dalam sehari atau seminggu. "Anak di bawah 5 tahun boleh saja diberi gadget," tulis Ferliana (2016). Namun, Anda harus memperhatikan durasi pemakaian; misalnya, Anda dapat bermain hanya setengah jam dan hanya di waktu senggang. Perkenalkan gadget seminggu sekali, seperti pada hari Sabtu atau Minggu. Dari itu, dia harus terus berinteraksi dengan orang lain. Menurut Feliana (2016), "tambahnya anak usia dini menggunakan gadget minimal dua jam namun berkelanjutan setiap hari berdampak pada psikologis anak, seperti anak menjadi kecanduan bermain gadget daripada melakukan aktivitas yang seharusnya belajar."

Menurut Sari dan Mitsalia (2016), penggunaan gadget dikategorikan intensitas tinggi jika berlangsung lebih dari 120 menit per hari dan berlangsung lebih lama dari 75 menit dalam sekali pemakaian.

Selain itu, menggunakan gadget lebih dari tiga kali per hari selama 30 hingga 75 menit sehari dapat menyebabkan kecanduan. Selanjutnya, menggunakan gadget dengan intensitas sedang dalam jangka waktu yang lebih lama—40 hingga 60 menit sehari—dapat menyebabkan kecanduan. Ini berlaku untuk penggunaan gadget satu hingga dua hingga tiga kali per hari dengan intensitas berbeda.

Rata-rata waktu yang dihabiskan untuk menggunakan gadget adalah 30 menit per hari, dan maksimal waktu yang dihabiskan untuk menggunakannya adalah dua kali. Lebih lanjut, Trinika et al. (2015) menambahkan bahwa penggunaan gadget dengan intensitas tinggi pada anak usia dini diartikan dari tiga kali per hari dan lebih dari 45 menit setiap kali. Gadget yang baik sebaiknya hanya digunakan selama 30 menit setiap kali dan satu hingga dua kali per hari saat anak masih kecil.

Perkembangan Gadget

Penggunaan Gadget Dengan munculnya gadget, kecanggihan teknologi informasi dan komunikasi telah meningkat secara dramatis, sehingga semakin memudahkan manusia dalam menjalankan tugas sehari-hari. Akan tetapi tergantung bagaimana penggunaannya, gadget bisa sama-sama menguntungkan penggunanya. dan merugikan mereka jika disalahgunakan. Beberapa manfaat penggunaan gadget dalam kehidupan sehari-hari adalah sebagai berikut:

- Gadget Komunikasi merupakan perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang semakin canggih yang membantu manusia berbagi informasi dan berkomunikasi satu sama lain. Perkembangan teknologi ini dapat dilihat pada beberapa aplikasi perangkat bergerak saat ini, antara lain Skype, Whatsapp, dan media sosial lainnya. platform. Kemajuan komunikasi pada perangkat pengguna memungkinkan mereka untuk tidak hanya mengirim pesan, gambar, atau panggilan tetapi juga menggunakan fitur panggilan video untuk melakukan panggilan langsung—baik suara maupun tatap muka—dengan orang-orang yang lokasinya jauh .
- Mencoba mencari Inovasi teknologi tidak hanya memudahkan perangkat untuk berkomunikasi satu sama lain, tetapi juga mempermudah masyarakat untuk mencari informasi melalui fitur internet. Pemanfaatan perangkat untuk mencari sumber belajar semakin dioptimalkan dengan kemudahan dan sumber pengetahuan yang luas dapat diakses kapan saja dan di mana saja, yang dapat dirasakan oleh semua orang, terutama siswa sekolah yang dapat menggunakannya untuk mendukung proses pembelajaran. Sorotan Browser seperti chrome, mozilla firefox, operamini dan lain sebagainya. merupakan aplikasi yang banyak terdapat pada gadget dan sering digunakan untuk mengakses google untuk mencari data.
- *Gadget* hiburan berisi berbagai fitur yang dapat digunakan manusia untuk menyegarkan diri ketika bosan dengan pekerjaan atau tugas. Sebagai sarana hiburan, perangkat multimedia dapat digunakan untuk mendengarkan musik atau menonton video. Selain itu, ada banyak aplikasi yang bisa diakses dan diunduh secara gratis, seperti situs video sharing seperti YouTube, Metube, dan Vidio atau game seperti PUBG dan Mobile Legend. Aplikasi media sosial seperti Twitter, Facebook, dan Instagram juga bisa digunakan untuk menambah teman atau bertemu teman baru. Klien gadget juga bias perkenalkan dan jalankan berbagai aplikasi yang dapat diakses di web dan juga non-web seperti yang ditunjukkan oleh keinginan klien.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berikut adalah kesimpulan yang dapat ditarik dari pembahasan di atas: Media yang digunakan untuk komunikasi modern antara lain adalah gadget. Kegiatan mempermudah komunikasi manusia berkat gadget. Dengan munculnya gadget, kegiatan komunikasi menjadi semakin canggih. Smartphone seperti iPhone, Android, dan Blackberry adalah di antaranya, seperti halnya komputer notebook. Seorang anak

berusia antara 0 dan 6 tahun dianggap berada dalam psikologi perkembangan anak usia dini. Perawatan dapat berupa pendidikan prasekolah atau pendidikan sekolah dasar di kelas awal. (SD) untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan. Anak usia 3-6 tahun dianggap sebagai anak usia dini. Ada dampak positif dan negatif penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial anak usia dini. Batasi penggunaan, buat jadwal, beri contoh, membuat area bebas gadget di rumah, dan mengedukasi anak tentang bahaya penggunaan gawai secara berlebihan adalah solusi dari dampak adiksi gadget pada perkembangan sosial di anak usia dini.

Upaya Orang Tua dalam Mengatasi Kecanduan Gadget Pada Anak yaitu (a) pendampingan penggunaan gadget pada anak, (b) batasi penggunaan gadget pada anak, (c) pilih sesuai usia anak, (d) berikan contoh yang baik dari.

DAFTAR PUSTAKA

- 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.
- Kecanduan Gawai Ancam Anak-Anak. (2018). Kominfo. https://kominfo.go.id/content/detail/13547/kecanduan-gawai-ancam-anakanak/0/sorotan_media.
- Raco, J. R. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif* (A. L (Ed.)). PT Gramedia Widiasarana Indonesia
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. ALFABETA
- Sunita, Indiana dan Mayasari, E. (2017). *Yes or Not Gadget buat si buah hati*. Yogyakarta. Deepublish.
- Tria Puspita Sari, Amy Asma Mitsalia. Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Personal Sosial Anak Usia Pra Sekolah Di Tkit Al Mukmin. *Jurnal profesi*. 2016.
- Trinika, Yulia dan Nurfianti, A. dkk. (2015). Pengaruh penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Psikososial Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Di TK Swasta Kristen Immanuel Tahun Ajaran 2014-2015. *Jurnal Keperawatan*. Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Zaini, M., & Soenarto, S. (2019). Persepsi Orangtua Terhadap Hadirnya Era Teknologi Digital di Kalangan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 254. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v3i1.127>