Copyright © 2025 The Author(s)
Didaktika: Jurnal Kependidikan Vol. 14 No. 1 Februari 2025

Strategi Mengatasi Dampak Negatif Kebiasaan Penggunaan Gadget

Juita Lusiana Sinambela[1], Manogang Simanjuntak[2]
[1,2]Universitas Advent Surya Nusantara, Indonesia

[1]juitasinambela22741@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini mengkaji strategi penanggulangan dampak negatif kebiasaan penggunaan gadget di SD Advent Balikpapan. Dengan pendekatan kualitatif, penelitian ini melibatkan kajian pustaka, survei, dan wawancara untuk mengidentifikasi pola penggunaan gadget dan dampaknya terhadap siswa. Temuan awal digunakan untuk merancang strategi yang sesuai dengan konteks sekolah, yang kemudian diimplementasikan melalui program kolaboratif yang melibatkan siswa, guru, dan orang tua. Evaluasi dilakukan melalui wawancara dan observasi untuk menilai efektivitas strategi. Hasil penelitian ini memberikan rekomendasi praktis bagi sekolah dan masyarakat untuk mengurangi dampak negatif penggunaan gadget di kalangan siswa sekolah dasar. Dengan mengedukasi anak-anak tentang tanggung jawab dan batasan penggunaan gadget, serta melibatkan orang tua dalam pengawasan, diharapkan anak-anak di SD Advent Balikpapan dapat tumbuh lebih sehat, lebih seimbang, dan meningkatkan prestasi akademik mereka.
Kata kunci: Gadget, Motifasi belajar, Prestasi, Strategi Pendidikan

Pendahuluan

Penggunaan produk gadget tidak hanya ditemukan di kalangan orang dewasa saja, namun juga di kalangan remaja dan anak-anak. Tentu saja, hal ini tidak terjadi begitu saja, karena daya beli, sifat, dan kebutuhan masyarakat saat ini sangat berbeda dengan dekade-dekade sebelumnya. Saat ini, anak-anak sudah sangat familiar dengan produk gadget (Ariston & Frahasini, 2018). Di Indonesia, penggunaan perangkat elektronik pada anak usia 5 tahun mencapai 38% pada tahun 2011 dan meningkat sebesar 80% pada tahun 2015. Anak-anak lebih banyak menggunakan gadget sebagai cara bermain. Indonesia diperkirakan akan menjadi pengguna produk elektronik terbesar keempat setelah China, India, dan Amerika Serikat. Badan riset pemasaran digital Emarketer memperkirakan jumlah pengguna gadget diperkirakan akan melebihi 100 juta pada tahun 2018. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 46,1% anak menggunakan produk elektronik lebih dari 1 jam setiap hari atau dalam sehari, dan 27,6% anak memiliki perilaku sosial yang buruk. Hasil uji korelasi penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan gadget dengan perilaku sosial anak (Putri et al., 2020).

Pada dasarnya, saat ini bukanlah saat yang tepat untuk membekali anak dengan produk gadget seperti telepon seluler pribadi karena akan memicu perilaku konsumsi berlebihan pada anak. Oleh karena itu, orang tua harus lebih pintar dalam menyediakan alat-alat pendukung kebutuhan anaknya dan selalu mengontrol segala sesuatu yang ada di gadget anaknya. Seringkali orang tua menjadikan gadget sebagai jalan pintas untuk menghabiskan waktu bersama anak (Julaeha, 2022). Larangan tegas atau perlunya pengawasan ketat terhadap penggunaan gadget oleh siswa sekolah dasar dalam aktivitas sehari-hari masih patut dilakukan. Oleh karena itu, orang tua harus berhati-hati dan bijaksana dalam menyediakan alat penunjang

kebutuhan anaknya dan selalu mengontrol segala sesuatu pada gadget yang disediakan (Muslim, 2020).

Faktanya, penggunaan gadget oleh siswa sekolah dasar dalam aktivitas sehari-hari masih dilarang keras atau memerlukan pengawasan yang ketat. Oleh karena itu, orang tua harus lebih pintar dalam menyediakan alat-alat pendukung kebutuhan anaknya dan selalu mengontrol segala sesuatu yang ada di gadget anaknya. Seringkali orang tua menjadikan gadget sebagai jalan pintas bagi orang tua untuk menghabiskan waktu bersama anak. Dengan beragam fungsi dan aplikasi yang menarik, para orang tua memanfaatkannya untuk mendampingi anaknya, sehingga dapat beraktivitas dengan tenang, tanpa khawatir anaknya akan bermain kotor, membuat rumah berantakan, dan mengganggu aktivitas orang tuanya. Hal ini salah karena dapat berdampak buruk pada tumbuh kembang anak. Jangan sampai orang tua cuek dan menjadikan gadget sebagai alat mendampingi anaknya. Orang tua harus bisa berkomunikasi dengan anaknya dan mendiskusikan konten yang ada di gadget anaknya (Ariston & Frahasini, 2018).

Penggunaan Internet pada anak-anak semakin memprihatinkan dan tentunya berdampak negatif terhadap tumbuh kembang. Anak-anak lebih cepat beradaptasi dengan teknologi yang tersedia dan sering bingung dengan gadget yang rumit dan fitur-fitur yang ditawarkan. Penggunaan produk elektronik secara berlebihan dapat memberikan dampak buruk bagi anak. Anak yang menghabiskan waktu dengan gadget cenderung lebih murung bahkan mungkin merasa tidak nyaman ketika orang lain atau orang tua berbicara atau berencana berinteraksi secara fisik dengan anak padahal anak sedang sibuk bermain gadget seperti game. Kemalasan timbul dalam mengerjakan tugas sehari-hari seperti belajar, terkadang harus disuap untuk makan (Julaeha, 2022).

Anak-anak sekolah dasar di Advent Balikpapan, seperti di banyak tempat lainnya, terpapar pada penggunaan gadget sejak usia dini. Hal ini terlihat pada wawancara yang dilakukan pada 21 orang (guru, orang tua dan siswa) di Sekolah Dasar Advent Balikpapan menyatakan sepakat terdapat efek negative penggunaan gadget yang berlebihan. Fenomena ini memunculkan pertanyaan kritis tentang bagaimana kebiasaan penggunaan gadget dapat memengaruhi perkembangan sosial anak-anak. Gadget sering menjadi pengganti interaksi sosial tradisional, seperti bermain di luar, berkomunikasi secara langsung, dan berinteraksi dengan teman sebaya.

Dalam konteks ini, ditemukan kecenderungan anak-anak lebih banyak terlibat dengan layar daripada dengan lingkungan sosial mereka. Selain itu, peran orang tua dalam mengawasi dan mengelola penggunaan gadget anak-anak menjadi faktor penting yang memengaruhi dampak sosial tersebut. Keterbatasan pengawasan dan kurangnya pemahaman tentang dampak jangka panjang dari penggunaan gadget dapat menjadi masalah serius yang perlu dicermati. Oleh karena itu, penting untuk menjelajahi lebih dalam tentang bagaimana kebiasaan penggunaan gadget ini dapat memengaruhi aspek-aspek kritis dari perkembangan sosial anak-anak di Advent Balikpapan. Dalam era modern ini, fenomena penggunaan gadget pada anak sekolah dasar telah menimbulkan berbagai dampak yang signifikan terhadap perkembangan sosial mereka. Ketergantungan yang tinggi pada gadget menjadi masalah utama, di mana anak-anak cenderung lebih memilih berinteraksi dengan layar daripada dengan teman sebaya atau keluarga. Hal ini menyebabkan terputusnya interaksi sosial langsung, mengakibatkan kemampuan verbal anak mengalami penurunan. Tidak hanya itu, keterbatasan interaksi sosial langsung juga menjadi perhatian utama. Anak-anak yang lebih banyak terlibat dalam interaksi melalui layar gadget cenderung memiliki keterbatasan dalam membentuk hubungan interpersonal yang sehat. Mereka mungkin kurang memahami ekspresi wajah dan bahasa tubuh, aspek penting dalam mengembangkan keterampilan komunikasi efektif.

Copyright © 2025 The Author(s)

Kemudian, ada juga risiko paparan pada konten negatif yang tidak sesuai dengan usia anak. Anak-anak mungkin terpapar pada materi yang dapat merusak nilai-nilai sosial, moral, dan perkembangan psikologis mereka. Hal ini dapat meningkatkan risiko perilaku agresif atau tidak pantas pada anak usia dini. Dampak lainnya termasuk gangguan tidur dan kesehatan mental. Penggunaan gadget sebelum tidur dapat mengganggu pola tidur anak, mengakibatkan penurunan kualitas tidur yang dapat berpengaruh pada kesehatan mental, konsentrasi, dan daya tahan tubuh mereka.

Kurangnya aktivitas fisik juga menjadi konsekuensi dari kebiasaan penggunaan gadget yang berlebihan. Anak-anak cenderung menghabiskan lebih banyak waktu di depan layar, mengurangi waktu untuk beraktivitas fisik yang penting untuk kesehatan fisik dan perkembangan keterampilan motorik kasar dan halus. Tak kalah pentingnya adalah kurangnya kemampuan bermain kreatif. Gadget sering kali menggantikan permainan kreatif dan imajinatif yang seharusnya mendukung perkembangan anak. Ini dapat menyebabkan penurunan kemampuan anak untuk bermain kreatif, berimajinasi, dan mengembangkan keterampilan *problem-solving*.

Ketidakseimbangan penggunaan waktu juga menjadi perhatian serius, di mana anak-anak dapat menghabiskan terlalu banyak waktu untuk menggunakan gadget tanpa pengawasan yang memadai. Gangguan pada jadwal harian, termasuk waktu belajar, bermain, dan berinteraksi sosial, dapat merugikan perkembangan holistik anak secara keseluruhan. Identifikasi masalah ini dapat menjadi dasar untuk merumuskan solusi dan langkah-langkah yang dapat diambil oleh pihak terkait, seperti sekolah dan orang tua, untuk mengelola dan meminimalkan dampak negatif penggunaan gadget pada perkembangan sosial anak-anak sekolah dasar di Advent Balikpapan.

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh strategi mengatasi dampak kebiasaan penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial anak Sekolah Dasar. Pertama, penelitian akan menganalisis secara mendalam dampak ketergantungan pada gadget terhadap kemampuan anak untuk berinteraksi sosial secara langsung dengan teman sebaya dan keluarga. Fokusnya adalah memahami bagaimana intensitas penggunaan gadget mempengaruhi kualitas hubungan interpersonal anak-anak. Selanjutnya, penelitian akan meneliti pengaruh konten negatif yang dapat diakses oleh anak-anak melalui gadget. Fokusnya adalah pada pemahaman dampak konten negatif terhadap nilai-nilai sosial, moral, dan perilaku anak usia dini. Dalam rangka menilai dampak pada kesehatan anak, penelitian ini akan mengkaji hubungan antara penggunaan gadget sebelum tidur dan gangguan tidur, serta pengaruhnya terhadap kesehatan mental, konsentrasi, dan daya tahan tubuh anak usia dini. Selanjutnya, penelitian akan mengevaluasi dampak kurangnya aktivitas fisik yang mungkin disebabkan oleh kebiasaan menggunakan gadget. Dengan merinci tujuan-tujuan ini dalam bentuk narasi, penelitian ini diarahkan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang bagaimana kebiasaan penggunaan gadget dapat memengaruhi perkembangan sosial anak sekolah dasar, serta memberikan landasan untuk pengembangan strategi intervensi yang efektif.

Metode

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dampak negatif penggunaan gadget di kalangan siswa Sekolah Dasar Advent Balikpapan dan mengembangkan strategi yang efektif untuk mengatasi masalah tersebut. Penelitian ini merupakan studi kasus deskriptif, yang berfokus pada analisis mendalam mengenai pola penggunaan gadget dan dampaknya pada siswa di lingkungan sekolah tertentu. Penelitian melibatkan siswa Sekolah Dasar Advent Balikpapan sebagai subjek utama, serta guru, orang tua, dan pihak sekolah lainnya sebagai informan kunci. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini meliputi: Panduan wawancara semi-terstruktur, untuk menggali pengalaman, persepsi, dan pandangan dari siswa, guru, dan

orang tua terkait penggunaan gadget. Lembar observasi untuk mencatat perilaku siswa terkait penggunaan gadget di lingkungan sekolah.

Langkah berikutnya adalah pengumpulan data. Data dikumpulkan melalui beberapa teknik berikut: Tinjauan pustaka, untuk memahami teori dan temuan sebelumnya mengenai dampak penggunaan gadget pada anak. Untuk memperoleh data kualitatif terkait dampak gadget pada aspek akademik, sosial, dan emosional siswa wawancara dilakukan terhadap 21 orang dengan perincian: siswa 2 orang, guru 4 orang, dan orang tua 15 orang. Selanjutnya Observasi langsung di lingkungan sekolah untuk mengidentifikasi perilaku siswa yang terkait dengan penggunaan gadget. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Langkah-langkah analisis meliputi: Reduksi data untuk menyaring informasi yang relevan dengan tujuan penelitian. Penyajian data dalam bentuk narasi deskriptif untuk mempermudah interpretasi. Penarikan kesimpulan berdasarkan triangulasi data dari wawancara, dan observasi untuk memastikan validitas dan keakuratan hasil penelitian. Hasil dari analisis ini menjadi dasar dalam merancang strategi penanganan yang melibatkan seluruh pihak terkait dan diimplementasikan melalui program sekolah.

Hasil

Penelitian ini mengevaluasi dampak negatif penggunaan gadget pada anak-anak Sekolah Dasar Advent Balikpapan serta strategi yang dapat diterapkan untuk mengatasinya. Data diperoleh melalui wawancara terhadap guru, orang tua, dan siswa, dengan fokus pada durasi penggunaan gadget, jenis aktivitas yang dilakukan, dampak yang dirasakan, serta strategi penanggulangan yang disarankan.

Durasi dan Pola Penggunaan Gadget

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar anak menggunakan gadget selama 3–5 jam per hari, dengan beberapa anak menggunakan lebih dari 5 jam per hari. Kegiatan utama yang dilakukan meliputi: Menonton video atau film, bermain game, berselancar di internet atau media sosial, berkomunikasi melalui aplikasi pesan.

Kesadaran Akan Dampak Negatif

Seluruh responden menyadari dampak negatif dari penggunaan gadget yang berlebihan. Dampak yang paling sering disebutkan adalah: Kurangnya interaksi sosial, gangguan tidur, penurunan konsentrasi dan motivasi belajar, masalah kesehatan mata dan obesitas, potensi paparan konten negatif (misalnya kekerasan, bullying, atau video yang tidak sesuai usia). Beberapa responden juga mencatat bahwa anak-anak yang terlalu sering menggunakan gadget menunjukkan perilaku seperti tidak mendengarkan saat dipanggil, kurang responsif terhadap lingkungan sekitar, serta meningkatnya ketergantungan pada gadget.

Perlunya Strategi Penanggulangan

Sebanyak 100% responden percaya bahwa baik sekolah maupun orang tua perlu menerapkan strategi khusus untuk mengatasi dampak negatif penggunaan gadget. Strategi yang dianggap paling efektif meliputi: Pembatasan waktu penggunaan gadget, pendidikan tentang penggunaan gadget yang sehat, melibatkan anak dalam kegiatan non-gadget (misalnya olahraga, berkebun, les privat, dan aktivitas sosial lainnya), keterlibatan orang tua dalam pengawasan konten dan aktivitas anak saat menggunakan gadget, evaluasi strategi.

Edukasi tentang Penggunaan Gadget yang Sehat

Orang tua menekankan pentingnya mendidik anak untuk menggunakan gadget secara positif dan sesuai dengan kebutuhannya. Para orang tua telah berupaya untuk membimbing anak-anak mereka dalam mengakses fitur atau situs tambahan yang dapat membantu pembelajaran online. Tujuannya, untuk mencegah anak-anak menjadi kecanduan terhadap

Copyright © 2025 The Author(s)

aplikasi yang mereka gunakan. Dengan jeli dalam memilih aplikasi, orang tua bisa memastikan anaknya hanya menerima konten positif. Artinya, semua game, platform media sosial, dan video harus berada di bawah pengawasan orang tua. Penting untuk diperhatikan bahwa unsur kekerasan dan pornografi kemungkinan besar ada atau mudah diakses dalam konten tersebut. Oleh karena itu, orang tua harus memantau dengan cermat penggunaan gadget anak-anak mereka dan memahami pentingnya membantu mereka memilih aplikasi yang mendorong pertumbuhan intelektual dan pola pikir yang sehat.

Pengembangan Aktivitas Alternatif

Ketika anak-anak memiliki lebih banyak waktu luang, kemungkinan kebosanan meningkat. Saat dihadapkan pada rasa bosan, anak sering kali tertarik bermain gadget dan ponsel sehingga menimbulkan kecanduan dan kesulitan melepaskan diri. Untuk mengatasi hal ini, ada baiknya menawarkan kegiatan konstruktif untuk anak-anak, seperti les menyanyi, les piano, les bahasa Inggris, dan lain-lain. Menurut orang tua Sekolah Dasar Advent Balikpapan ada beberapa hal kegiatan alternativ yang dapat dilakukan untuk menghindari penggunaan gadget, yaitu: menyiapkan literatur yang beraneka ragam agar anak-anak sekolah ditingkatkan literasinya, meningkatkan permainan bersama, olahraga bersama dan kegiatan di alam.

Pembentukan Etika Penggunaan Gadget

Orang tua mempunyai peran dalam membatasi waktu yang mereka habiskan untuk menggunakan perangkat elektronik. Orang tua membolehkan anaknya menggunakan gadget ketika mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas yang diberikan guru saat pembelajaran daring. Membatasi penggunaan produk elektronik oleh anak berarti hanya memperbolehkan anak bermain ponsel di dalam atau di luar rumah selama lebih dari 1 jam 30 menit. Setelah waktu yang dihabiskan untuk bermain ponsel selesai, anak segera mengembalikan ponsel tersebut. Peran orang tua dalam memberikan batasan waktu pada anaknya adalah untuk mencapai tujuan pendidikan yang baik. Jika anak mendapat batasan waktu yang baik dari orang tuanya, dan anak mau mematuhi batasan waktu tersebut, maka dapat menghindarkan anak dari dampak negatif penggunaan produk elektronik, seperti kecanduan. Anak juga bisa sukses di sekolah dan mendapat nilai bagus.

Pengawasan Orang Tua dalam penggunaan Gadget

Menjadi orang tua dari anak-anak yang hidup di era informasi global saat ini bukanlah hal yang mudah. Apalagi di zaman sekarang ini, segala aktivitas membutuhkan teknologi dalam menjalankannya. Hal ini membuat orang tua mempunyai peranan penting dalam tumbuh kembang anaknya yang semakin mahir dengan gadget yang dimilikinya. Sebab jika orang tua dibujuk oleh anak yang pandai bermain gadget, lama kelamaan anak hanya bisa bermain gadget dan tidak bisa berkomunikasi dengan lingkungan sekitar. Dalam hal ini orang tua Sekolah Dasar Advent Balikpapan sepakat sangat penting membuat pengawasan penggunaan gadget terhadap anak-anak mereka, dan sangat penting mendampingi anak ketika menggunakan gadget.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol berdampak negatif pada perkembangan anak, terutama dalam aspek sosial, akademik, dan kesehatan. Seluruh responden sepakat bahwa strategi pembatasan, edukasi, dan pengawasan aktif dari orang tua serta sekolah merupakan langkah penting untuk mengatasi dampak negatif gadget. Implementasi strategi ini diharapkan dapat membantu anak-anak menggunakan teknologi secara bijak, tanpa mengorbankan keseimbangan sosial, akademik, dan kesehatan mereka.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan berdampak negatif terhadap perkembangan sosial, akademik, dan kesehatan anak-anak di Sekolah Dasar Advent Balikpapan. Penggunaan gadget selama lebih dari 3–5 jam per hari menyebabkan anak-anak cenderung kurang berinteraksi dengan teman sebaya, mengalami gangguan tidur, dan menunjukkan penurunan motivasi belajar. Selain itu, anak-anak juga berisiko terpapar konten negatif serta mengalami gangguan kesehatan seperti obesitas dan gangguan mata. Implementasi strategi pengurangan penggunaan gadget melalui pengawasan orang tua, pembatasan waktu, serta pengembangan aktivitas alternatif terbukti membantu mengurangi dampak negatif tersebut. Anak-anak yang mengikuti program ini menunjukkan peningkatan dalam interaksi sosial, konsentrasi belajar, dan pola tidur yang lebih baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri et al., (2020) yang menemukan bahwa durasi penggunaan gadget berhubungan signifikan dengan perilaku sosial anak. Studi lain oleh Ashifa et al., (2022) juga mendukung temuan ini dengan menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkendali dapat menghambat interaksi sosial anak dan menurunkan prestasi akademik mereka. Penelitian oleh Arisanti (2023) juga menyoroti risiko kesehatan seperti gangguan tidur dan obesitas akibat penggunaan gadget yang berlebihan. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat temuan sebelumnya tentang dampak negatif gadget pada anak-anak serta menambahkan strategi efektif yang dapat diterapkan dalam lingkungan sekolah dan keluarga.

Secara teoritis, penelitian ini memperkaya kajian tentang dampak teknologi terhadap anak-anak dengan menegaskan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat mengganggu perkembangan sosial dan akademik. Hal ini mendukung teori perkembangan anak yang menekankan pentingnya interaksi sosial dalam membangun keterampilan komunikasi dan kognitif. Secara praktis, temuan ini memberikan wawasan bagi sekolah, guru, dan orang tua untuk lebih proaktif dalam mengelola penggunaan gadget di kalangan siswa sekolah dasar. Dengan menerapkan strategi pembatasan waktu, edukasi penggunaan gadget yang sehat, serta meningkatkan aktivitas alternatif yang bersifat sosial dan fisik, dampak negatif gadget dapat diminimalkan. Selain itu, penelitian ini juga mendorong kebijakan sekolah dalam mengatur penggunaan gadget di lingkungan pendidikan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya dilakukan pada satu sekolah, yaitu Sekolah Dasar Advent Balikpapan, sehingga hasilnya mungkin tidak sepenuhnya dapat digeneralisasikan ke sekolah lain dengan latar belakang sosial dan ekonomi yang berbeda. Kedua, metode yang digunakan dalam penelitian ini bersifat kualitatif dengan wawancara dan observasi, yang dapat dipengaruhi oleh subjektivitas responden. Ketiga, durasi implementasi strategi masih terbatas, sehingga efek jangka panjang dari intervensi ini belum dapat dipastikan secara menyeluruh.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar cakupan penelitian diperluas dengan melibatkan lebih banyak sekolah dengan latar belakang yang beragam agar hasilnya lebih representatif. Selain itu, penggunaan metode kuantitatif dengan analisis statistik dapat memperkuat validitas temuan terkait hubungan antara durasi penggunaan gadget dan dampaknya terhadap perkembangan anak. Penelitian longitudinal juga diperlukan untuk melihat efek jangka panjang dari strategi pengurangan penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial, akademik, dan kesehatan anak-anak.

Copyright © 2025 The Author(s)

Kesimpulan

Penelitian berjudul "Strategi Mengatasi Dampak Negatif Kebiasaan Penggunaan Gadget di Sekolah Dasar Advent Balikpapan" menemukan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan di kalangan anak-anak sekolah dasar membawa dampak negatif signifikan pada perkembangan mereka. Dampak-dampak ini meliputi penurunan interaksi sosial, gangguan tidur, obesitas, masalah kesehatan mata, serta penurunan prestasi akademis dan motivasi belajar. Untuk mengatasi masalah ini, penelitian mengusulkan beberapa strategi penting seperti pembatasan waktu penggunaan gadget, edukasi mengenai penggunaan gadget yang sehat, serta pengembangan aktivitas alternatif yang bermanfaat seperti olahraga dan kegiatan luar ruangan.

Selain itu, penelitian juga menekankan pentingnya pembentukan etika penggunaan gadget dan pengawasan dari orang tua. Dengan mendidik anak-anak tentang tanggung jawab dan batasan dalam penggunaan gadget, serta memastikan orang tua terlibat aktif dalam mengawasi dan mengontrol akses anak-anak ke konten digital, dampak negatif dari penggunaan gadget dapat diminimalkan. Implementasi strategi-strategi ini diharapkan dapat membantu anak-anak di Sekolah Dasar Advent Balikpapan tumbuh dan berkembang dengan lebih sehat dan seimbang, serta meningkatkan prestasi akademis mereka.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya dilakukan pada satu sekolah sehingga hasilnya mungkin tidak dapat digeneralisasikan ke lingkungan sekolah lain dengan latar belakang sosial dan ekonomi yang berbeda. Kedua, data yang dikumpulkan terutama bersifat kualitatif, yang dapat dipengaruhi oleh subjektivitas responden. Oleh karena itu, penelitian lanjutan dengan cakupan lebih luas dan pendekatan kuantitatif direkomendasikan untuk memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai dampak penggunaan gadget serta efektivitas strategi penanggulangannya.

References

Arini, L., Rizqi, N. R., Yenni, D., & Harahap, N. (2022). Pentingnya Pembatasan Penggunaan Gadget Untuk Meningkatkan Minat Belajar Anak. *JALIYE: Jurnal Abdimas, Loyalitas, Dan Edukasi*, *1*(1), 8–13. https://doi.org/10.47662/JALIYE.V1I1.247

Arisanti, K. N. (2023). *Yuk Antisipasi Dampak Negatif Gadget bagi Anak*. Kemenkes: Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2518/yuk-antisipasi-dampak-negatif-gadget-bagi-anak

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://doi.org/10.26737/JERR.V1I2.1675

Ashifa, R., Yulianti, Y., & Wahyuningsih, Y. (2022). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Sosial dan Prestasi Belajar Siswa di Sekolah Dasar. *Journal on Education*, *5*(1), 503–510. https://doi.org/10.31004/JOE.V5I1.635

Damayanti, E., Ahmad, A., & Bara, A. (2020). Dampak Negatif Penggunaan Gadget Berdasarkan Aspek Perkembangan Anak Di Sorowako. *Martabat: Jurnal Perempuan Dan Anak*, *4*(1), 1–22. https://doi.org/10.21274/martabat.2020.4.1.1-22

Filza, N. I., & Wulandari, H. (2023). Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, *6*(4), 3176–3181. https://doi.org/10.31004/JRPP.V6I4.21931

Fitriana, Ahmad, A., & Fitria. (2020). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Remaja Dalam Keluarga. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, *5*(2), 182–194. https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v5i2.7898

Haerunisya, N. I., Zzahrani, W. P., Sari, A. S., & Windarti, Z. A. (2023). Sosialisasi Dampak

Penggunaan Gadget Pada Anak SD Negeri Maguwoharjo 1. *GIAT : Teknologi Untuk Masyarakat*, *2*(1), 69–77. https://doi.org/10.24002/GIAT.V2I1.7232

Hidayatuladkia, S. T., Kanzunnudin, M., & Ardianti, S. D. (2021). Peran Orang Tua dalam Mengontrol Penggunaan Gadget pada Anak Usia 11 Tahun. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, *5*(3), 363–372. https://doi.org/10.23887/JPPP.V5I3.38996

Julaeha, S. (2022). Dampak Penggunaan Gadget Bagi Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar Di SDN 2 Sukahurip. *GUAU: Jurnal Pendidikan Profesi Guru Agama Islam*, *2*(2), 127–132. http://studentjournal.iaincurup.ac.id/index.php/guau/article/view/217

Kamaruddin, I., Leuwol, F. S., Putra, R. P., Aina, M., Suwarma, D. M., & Zulfikhar, R. (2023). Dampak Penggunaan Gadget pada Kesehatan Mental dan Motivasi Belajar Siswa di Sekolah. *Journal on Education*, *6*(1), 307–316. https://jonedu.org/index.php/joe/article/view/2944

Magdalena, I., Nurlaelah, & Hasanah, I. R. (2023). Pengaruh Perkembangan Psikologi Anak Sdn Cengklong 1 Terhadap Keberhasilan Kegiatan Belajar Mengajar. *Berajah Journal*, *3*(2), 343–354. https://doi.org/10.47353/BJ.V3I2.235

Marpaung, J. (2018). PENGARUH PENGGUNAAN GADGET DALAM KEHIDUPAN. *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program*, *5*(2), 55–64. https://doi.org/10.33373/KOP.V5I2.1521

Muslim, P. (2020). Dampak Penggunaan Gadget Bagi Perkembangan Sosial Peserta Didik Di Sekolah Dasar. *Social, Humanities, and Educational Studies (SHES): Conference Series*, *3*(3), 2116–2122. https://doi.org/10.20961/SHES.V3I3.57078

Mustikawati, I. (2018). Pembatasan Penggunaan Gadget Pada Anak/Siswa Pendidikan Dasar (Pendidikan 9 Tahun). *Majalah Ilmiah Pelita Ilmu*, *1*(2), 12. https://doi.org/10.37849/MIPI.V1I2.99

Putri Ananda, Z., & Hadikusuma Ramadan, Z. (2023). Dampak Negatif Penggunaan Gadget Pada Perilaku Sosial Anak di Sekolah Dasar. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, *8*(3), 5180–5197. https://doi.org/10.23969/JP.V8I3.11538

Putri, E. O., Utami, A., & Lestari, R. F. (2020). Hubungan lama penggunaan gadget dengan perilaku sosial anak prasekolah. *Jurnal Cakrawala Promkes*, *2*(2), 80–86. https://doi.org/10.12928/PROMKES.V2I2.1832

Rahmayanti, R., Astuti, D. D., & Rustini, T. (2022). Analisis Pengaruh Aspek Perkembangan Anak Usia Sekolah Dasar Terhadap Efektifitas Pelaksanaan Pengelolaan Kelas. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, *6*(2), 10682–10688. https://www.jptam.org/index.php/jptam/article/view/4122%0Ahttps://www.jptam.org/index.php/jptam/article/download/4122/3456

Rosiyanti, H., & Muthmainnah, R. N. (2018). Penggunaan Gadget Sebagai Sumber Belajar Mempengaruhi Hasil Belajar Pada Mata Kuliah Matematika Dasar. *FIBONACCI: Jurnal Pendidikan Matematika Dan Matematika*, *4*(1), 25–36. https://doi.org/10.24853/fbc.4.1.25-36

Sabani, F. (2019). Perkembangan Anak - Anak Selama Masa Sekolah Dasar (6 - 7 Tahun). *Didakta: Jurnal Kependidikan*, *8*(2), 89–100. https://doi.org/https://doi.org/10.58230/27454312.71

Saragih, S. R. D., Pratiwi, U., & Syahputri, R. (2022). Sosialisasi Dampak Penggunaan Gadget Bagi Anak Sekolah Dasar. *RAMBATE*, *2*(2), 281–288. https://jurnal.una.ac.id/index.php/rambate/article/view/3120

Sauri, S., Sulastri, A., Hakim, A. R., & Sururuddin, M. (2022). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Karakter Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, *8*(3), 1167–1173. https://doi.org/10.31949/EDUCATIO.V8I3.3226

Shabarina, S. E., & Nurdibyanandaru, D. (2018). Penerapan Program “Sayangi Diriku” Melalui

Copyright © 2025 The Author(s)

Metode Storytelling Untuk Meningkatkan Pengetahuan Personal Body Safety Pada Anak Usia 7 Tahun Di Sekolah Dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, *7*(6), 18–28. https://journal.unair.ac.id/JPPP@penerapan-program-“sayangi-diriku”-melalui-metode-story-telling-untuk-meningkatkan-pengetahuan-personal-body-safety-pada-anak-usia-7-tahun-di-article-12835-media-53-category-10.html

Syifa, L., Setianingsih, E. S., & Sulianto, J. (2019). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Psikologi pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar*, *3*(4), 527–533. https://doi.org/https://doi.org/10.23887/jisd.v3i4.22310

Wahyono, W., & Khotimah, H. (2024). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Sosial Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Desa Pegagan Kidul Cirebon. *Equalita: Jurnal Studi Gender Dan Anak*, *3*(2), 253–261. https://doi.org/10.24235/EQUALITA.V3I2.9847

Windari, S., Reski, S. M., Nasution, Y. A., & Lubis, A. (2021). Pengaruh Gadget Terhadap Perkembangan Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, *4*(2), 260. https://doi.org/10.24176/JPP.V4I2.6939

---Halaman ini sengaja dikosongkan---