

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Analisa Situasi

Penggunaan media sosial dan digital menjadi bagian yang menyatu dalam kehidupan sehari-hari anak muda Indonesia. Generasi yang lahir pada tahun 2001-sekarang merupakan generasi *digital citizenship*. Mereka terlahir di era teknologi dimana gadget seperti *smartphone* dan tablet sudah menjadi kawan sehari-hari. Perubahan struktur media di Indonesia, terutama dengan meningkatnya penggunaan ponsel, telah mengubah akses dan penggunaan media digital internet di kalangan anak dan remaja yang cenderung menggunakan semua-ponsel atau *smartphone* selama kegiatan sehari-hari. Tidak mengherankan bila kita melihat anak balita sekarang sudah mahir menggunakan tablet atau *smartphone* untuk menonton kartun ataupun lagu kesayangannya. Sedangkan anak yang lebih besar, sudah lebih canggih lagi memanfaatkan gadget-gadget tersebut untuk bermain game (Kominfo RI, 2014 dan theAsianparent Indonesia, 2018).

Setidaknya 30 juta anak-anak dan remaja di Indonesia merupakan pengguna internet dan media digital (Kominfo RI, 2014). Berdasarkan hasil survei tahun 2014 pada 2.500 orang tua di Asia Tenggara, 98% orang tua memperbolehkan anaknya menggunakan smartphone/tablet (67% menggunakan gadget milik orang tuanya, 18% berbagi dengan gadget keluarga, 14% gadget dengan kepemilikan sendiri). Alasan ijin penggunaan gadget yaitu 80% pendidikan, 68% pengenalan teknologi, 57% hiburan, dan 55% membuat anak sibuk (theAsianparent Indonesia, 2018).

Akademi Dokter Anak Amerika merekomendasikan bahwa anak umur 0-2 tahun seharusnya tidak boleh terpapar teknologi termasuk gadget sama sekali. Anak umur 3-5 tahun dibatasi hanya satu jam per hari dan anak umur 6-18 tahun dibatasi 2 jam saja per hari (*American Academy of Pediatrics*, 2016). Namun fenomena yang terjadi saat ini menunjukkan hal yang berbeda, banyak anak-anak di bawah 2 tahun sudah terpapar gadget dan waktu penggunaannya melebihi batas waktu yang direkomendasikan. Hasil survei tahun 2014 terhadap 2.500 orang tua di Asia Tenggara menunjukkan 41% anak memainkan gadget sekali duduk > 1 jam. Untuk tempat penggunaannya 99% di rumah, 71% saat bepergian, dan 70% di rumah makan. Harapan orang tua 85% penggunaan gadget adalah untuk aplikasi buku, 81% aplikasi pendidikan, 62% video, 50% aplikasi terkenal, 29% aplikasi hiburan. Namun kenyataan penggunaannya oleh anak adalah lebih banyak

untuk bermain game (72%) dan video (60%). Sedangkan aplikasi pendidikan sebesar 57% dan aplikasi buku 14% (theAsianparent Indonesia, 2018).

Di Posyandu Teratai 1 Desa Clumprit, Kecamatan Pagelaran, Kabupaten Malang, fenomena anak balita bermain gadget juga merupakan hal yang umum. Bermain gadget menjadi menyatu dalam kegiatan sehari-hari anak. Orang tua mengizinkan anaknya menggunakan gadget agar anak sibuk dan tidak rewel sehingga orang tua khususnya ibu bisa melakukan hal lain seperti pekerjaan rumah tangga tanpa gangguan dari anak. Anak sering dibiarkan bermain gadget tanpa ditemani dan diawasi. Hal yang sering dilakukan anak di gadget adalah membuka video di *youtube* dan bermain game.

Menggunakan gadget melebihi batas waktu yang dianjurkan pada anak-anak memiliki banyak dampak negatif. Penggunaan gadget berlebihan dapat mengganggu pertumbuhan otak anak. Stimulasi berlebih dari gadget (hp, internet, tablet, televisi, dll) pada otak anak sedang berkembang, dapat menyebabkan keterlambatan kognitif, gangguan dalam proses belajar, tantrum, kurang tidur, meningkatkan sifat impulsif, serta menurunnya kemampuan anak untuk mandiri. Paparan teknologi sejak dini juga memengaruhi kemampuan literasi dan prestasi akademik anak secara negatif. Penggunaan gadget juga membatasi gerak fisik anak sehingga berisiko obesitas. Penggunaan gadget pada anak dapat meningkatkan risiko depresi, gangguan kecemasan, kurang atensi, autisme, kelainan bipolar, psikosis, dan perilaku bermasalah lainnya. Konten di media yang bisa diakses anak, dapat menimbulkan sifat agresif pada anak. Kekerasan fisik dan seksual banyak tersebar di internet, dan jika tidak dilakukan pengawasan, anak bisa terpapar itu semua. Sehingga memicu timbulnya perilaku agresif dan cenderung menyerang orang lain pada anak (theAsianparent Indonesia, 2018).

Ketika orangtua khususnya ibu sebagai pemegang peran utama dalam stimulasi perkembangan anak terlalu bergantung pada teknologi, mereka akan semakin jauh dari anak. Untuk mengisi kekosongan ikatan dengan orangtua, anak juga mulai mencari hiburan dari gadget, yang pada akhirnya membuat mereka kecanduan teknologi, dan tidak bisa lepas darinya. Ibu lupa bahwa seharusnya dirinyalah yang seharusnya menjadi kawan terpenting anak saat bermain untuk menstimulasi perkembangan anak agar optimal dan normal sesuai usianya, bukan gadget. Ibu seharusnya membatasi penggunaan gadget sesuai usia anak, harus menyiapkan kegiatan alternatif lain agar anak tidak bosan dan beralih ke gadget lagi, tidak memberikan akses gadget penuh, menetapkan wilayah-

wilayah bebas gadget, mengajarkan anak pentingnya menahan diri untuk tidak bermain game dan memberikan pujian jika anak berhasil menahan diri, dan yang terpenting memberikan contoh yang baik dengan meletakkan HP serta bermain dengan anak (Kemenkes RI, 2016 dan theAsianparent Indonesia, 2018).

Berdasarkan uraian diatas tentang banyaknya fenomena anak balita bermain gadget tanpa pengawasan dan melebihi batas waktu yang dianjurkan mendorong penulis untuk melakukan pengabdian masyarakat tentang “Stimulasi Tumbuh Kembang untuk Mencegah Kecanduan Gadget pada Anak di Posyandu Desa Clumprit, Pagelaran, Kabupaten Malang”

### **B. Solusi yang Ditawarkan**

Berdasarkan analisa situasi dan permasalahan mitra di atas, solusi yang ditawarkan yaitu promosi kesehatan mengenai dampak penggunaan gadget berlebihan dan cara pencegahan kecanduan gadget dengan meningkatkan peran ibu dalam stimulasi tumbuh kembang