



EDUKASI BAHAYA PENGGUNAAN GADGET BAGI KESEHATAN MATA ANAK

Yureya Nita*, Desti Puswati, Yeni Devita, Alfianur, Dinda Selfianti

Program Studi S1 Keperawatan, Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru, Jl. Tamtama, No.06, Labuh Baru Timur, Pekanbaru, Riau 28292, Indonesia

*yureya.nita@payungnegeri.ac.id

ABSTRAK

Teknologi informasi yang saat ini menjadi trend yaitu gadget. Ketergantungan terhadap gadget terhadap pola pikir anak yang cenderung terbuka lebih mudah menerima hal-hal baru yang bersifat inovatif dibandingkan orangtua sehingga intensitas pemakaian dikalangan mereka dapat merubah pola interaksi sosialnya. Mata adalah indera penglihatan yang berfungsi mempersepsikan bentuk, ukuran, warna, maupun kedudukan suatu objek. Kesehatan mata sangatlah penting karena penglihatan tidak dapat digantikan dengan apapun, maka mata memerlukan perawatan yang baik. Pengabdian masyarakat ini bertujuan menambah pengetahuan terkait bahaya gadget yang dapat merusak kesehatan mata. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan dapat memberikan informasi bagaimana posisi yang benar dan durasi yang tepat selama menggunakan gadget. Sasaran pengabdian masyarakat ini pada anak di SDN 70 Pekanbaru. Metode yang digunakan adalah edukasi dan diskusi terkait penggunaan gadget bagi kesehatan mata anak. Sebelum dilakukan edukasi menanyakan terkait kesehatan mata terhadap gadget, 50% anak belum paham bahaya gadget terhadap mata, dan setelah diberikan edukasi 80% anak paham terkait bahaya gadget terhadap kesehatan mata. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat secara garis besar tercapainya tujuan kegiatan. Kegiatan edukasi bahaya penggunaan gadget terhadap kesehatan mata telah dilaksanakan dengan baik dan berjalan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun.

Kata kunci: anak; gadget; kesehatan mata

EDUCATION ON THE DANGERS OF USING GADGETS FOR CHILDREN'S EYE HEALTH

ABSTRACT

Information technology that is currently a trend is gadgets. Dependence on gadgets on the mindset of children who tend to be open is more receptive to new things that are innovative than parents so that the intensity of use among them can change the pattern of social interaction. The eye is a sense of sight that functions to perceive the shape, size, color, and position of an object. Eye health is very important because vision cannot be replaced with anything, so the eyes need good care. This community service aims to increase knowledge related to the dangers of gadgets that can damage eye health. This community service activity is expected to provide information on the correct position and the right duration while using gadgets. The target of this community service is for children at SDN 70 Pekanbaru. The method used is education and discussion related to the use of gadgets for children's eye health. Before education was carried out asking about eye health to gadgets, 50% of children did not understand the dangers of gadgets to the eyes, and after being given education 80% of children understood the dangers of gadgets to eye health. The results of community service activities generally achieve the objectives of the activity. Educational activities on the dangers of using gadgets on eye health have been carried out well and run smoothly in accordance with the activity plan that has been prepared.

Keywords: child; eye health; gadgets

PENDAHULUAN

Mata adalah indera penglihatan yang berfungsi mempersepsikan bentuk, ukuran, warna, maupun kedudukan suatu objek. Kesehatan mata sangatlah penting karena penglihatan tidak dapat digantikan dengan apapun, maka mata memerlukan perawatan yang baik. Fungsi mata sangat penting bagi kehidupan manusia, namun perhatian yang kurang terhadap kesehatan mata berpotensi menimbulkan gangguan, salah satunya adalah gangguan tajam penglihatan (Santosa & Sundari, 2018). Penurunan nilai tajam penglihatan dapat disebabkan oleh beberapa factor, diantaranya kuat pencahayaan, waktu papar terhadap objek terang, lanjut usia, dan adanya kelainan refraksi pada mata (Assagaf et al., 2021). Penggunaan gadget yang salah seperti frekuensi penggunaan gadget yang berlebihan, posisi yang tidak benar dan intensitas pencahayaan yang tidak baik, akan berdampak terhadap penurunan tajam penglihatan, yang akan berefek pada karir, sosial ekonomi, pendidikan bahkan juga tingkat kecerdasan pada seseorang. Selain itu, semakin bertambahnya miopi pada anak juga akan meningkatkan berbagai risiko komplikasi yang terjadi, seperti gangguan permanen visual (kebutaan), katarak dan glaucoma. Komplikasi lainnya yang dapat ditimbulkan oleh miopi yaitu Chorioretinal Degeneration (Chorioretinal athropy), Ablasio retina, serta gangguan okuler pada anak dengan miopi yang tinggi (Wandini et al., 2020).

Pengguna gadget di Indonesia semakin tumbuh dengan pesat, bahkan diproyeksikan bahwa jumlah pengguna gadget di Indonesia akan melampaui jumlah orang Indonesia (Rahmah, 2015). Menurut lembaga riset digital marketing pada tahun 2018 terjadi peningkatan jumlah pengguna aktif smartphone di Indonesia yang mencapai lebih dari 100 juta jiwa. Indonesia menjadi negara pengguna smartphone terbesar keempat di dunia, setelah China, India, dan Amerika Serikat (Zaini & Soenarto, 2019). Menurut hasil penelitian (Zaini & Soenarto, 2019) menunjukkan tingkat penggunaan smartphone pada anak usia TK 4-6 tahun yaitu sebesar 94%. Penyebab tingginya tingkat penggunaan smartphone pada anak usia TK 4-6 tahun, antara lain : 1) smartphone dan tablet sebagai sarana pengenalan teknologi informasi dan komunikasi; 2) smartphone dan tablet sebagai media edukasi untuk menambah wawasan anak; dan 3) smartphone dan tablet sebagai sarana hiburan agar anak tidak cerewet dan rewel.

Menurut penelitian (Santosa & Sundari, 2018) dari 62 siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) didapatkan bahwa durasi bermain game online tanpa jeda perhari dipaparkan dalam tabel 2. Didapatkan sejumlah 28 responden (45,2%) bermain selama 1-3 jam, 20 responden (32,3%) bermain selama 3-5 jam dan 14 responden (22,5%) bermain selama 5 jam. Hal ini menjadi catatan bahwa menjadi pendorong untuk dapat membahayakan kesehatan mata pada anak dan remaja. Hadirnya era teknologi digital di kalangan anak usia pra sekolah menjadi tantangan yang besar dan perhatian yang lebih bagi orangtua, guru, maupun pemerintah dalam membimbing mereka dan mengedukasi bahayanya untuk kesehatan mata anak keepannya. Berdasarkan hal tersebut maka pengabdian kepada masyarakat perlu dilaksanakan dengan tema “Edukasi bahaya penggunaan gadget bagi kesehatan mata pada anak”.

METODE

Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan service learning, yaitu pembelajaran atau edukasi kepada layanan masyarakat. Kegiatan ini dilakukan pada bulan Juni 2023, dengan sasaran siswa/i SDN 70 Pekanbaru. Peserta yang hadir sebanyak 19 orang anak. Tahap perencanaan yang dilakukan dengan persiapan proposal dan administrasi, media, leaflet, power point, serta peralatan, dan peralatan untuk edukasi. Kegiatan pengabdian pada

Masyarakat yang dilaksanakan dengan cara tatap muka langsung. Pertemuan tatap muka dengan metode ceramah/penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan dengan cara tatap muka untuk edukasi bahaya penggunaan gadget bagi kesehatan mata pada anak. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan langsung kepada siswa/i SDN 70 Pekanbaru yang berjumlah 19 orang, yang dilaksanakan di Kelas SDN 70 Pekanbaru itu sendiri. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 22 Juni 2023. Pada kegiatan pengabdian ini dilakukan pertanyaan sebelum kegiatan intervensi, diskusi, dan di akhiri dengan evaluasi. Pertanyaan sebelum dan setelah kegiatan berupa pertanyaan seputar pengetahuan dan perilaku anak terhadap penggunaan gadget dalam kehidupan sehari-hari, durasi, pola dan waktu penggunaannya. Materi yang ditanyakan dan di evaluasi adalah, Pengertian mata, Pengertian gadget atau gawai, Hal yang diperhatikan saat menggunakan gadget, Efek penggunaan gadget yang berlebihan, Cara mengatasi kecanduan dalam penggunaan gadget, dan Cara merawat kesehatan mata.

Pelaksanaan pengabdian ini dibantu oleh beberapa orang mahasiswa IKes Payung Negeri Pekanbaru. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat secara garis besar tercapainya tujuan kegiatan. Sebelum dilakukan edukasi menanyakan terkait kesehatan mata terhadap gadget, 50% anak belum paham bahaya gadget terhadap mata, dan setelah diberikan edukasi 80% anak paham terkait bahaya gadget terhadap kesehatan mata. Kegiatan edukasi bahaya penggunaan gadget bagi kesehatan mata pada anak telah dilaksanakan dengan baik dan berjalan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun. Target peserta yang direncanakan adalah minimal 20 orang anak yang hadir. Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini diikuti oleh 19 orang anak SDN 70 Pekanbaru. Dimana anak yang hadir pada kegiatan tersebut adalah siswa/i SDN 70 Pekanbaru. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa target peserta yang hadir adalah hampir 100%. Angka tersebut menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat ditinjau dari jumlah peserta yang hadir dapat dikatakan berhasil. Secara keseluruhan kegiatan pengabdian ini dapat dikatakan berhasil. Selain dilihat dari hal diatas, juga dilihat dari kepuasan remaja terhadap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, dengan antusiasnya anak bertanya dan menjawab pertanyaan seputar bahaya penggunaan gadget yang terlalu lama dan bahaya untuk mata, dan pemahaman anak juga sudah mulai baik setelah dilakukan edukasi dan diskusi.



Gambar 1. Dokumentasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat



Gambar 2. Dokumentasi kegiatan pengabdian kepada masyarakat

SIMPULAN

Kegiatan penyuluhan kesehatan edukasi bahaya penggunaan gadget bagi kesehatan mata pada anak ini telah dilaksanakan dengan baik dan berjalan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun, walaupun masih ada beberapa anak yang belum begitu paham saat di evaluasi saat setelah pelaksanaan edukasi yang belum terlalu paham dengan materi yang disampaikan. Kegiatan ini juga mendapat sambutan baik dari pihak sekolah yaitu dewan guru dan staf SDN 70 Pekanbaru, terbukti dengan keaktifan anak saat bertanya dan menjawab pertanyaan, serta antusias anak untuk datang kedalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Assagaf, A. R., Tamtelahitu, C. L., & Rahawarin, H. (2021). Hubungan Tingkat Kecanduan Bermain Online Game Dengan Tingkat Astenopia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon. *PAMERI: Pattimura Medical Review*, 2(2), 145–160. <https://doi.org/10.30598/pamerivol2issue2page145-160>
- Rahmah, A. (2015). Digital Literacy Learning System for Indonesian Citizen. *Procedia Computer Science*, 72, 94–101. <https://doi.org/10.1016/j.procs.2015.12.109>
- Santosa, N. A., & Sundari, L. P. R. (2018). Hubungan Antara Durasi Bermain Game Online Dengan Gangguan Tajam Penglihatan Pada Anak Sekolah Menengah Pertama (SMP) di Kota Denpasar. *E-Jurnal Medika*, 7(8), 1–12. <http://ojs.unud.ac.id/index.php/eum>
- Wandini, R., Novikasari, L., & Kurnia, M. (2020). Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Kesehatan Mata Anak Di Sekolah Dasar Al Azhar I Bandar Lampung. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4), 810–819. <https://doi.org/10.33024/manuju.v2i4.3049>
- 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>