

SOSIALISASI ORANG TUA TENTANG BAHAYA GADGET BAGI ANAK-ANAK

Trimono¹, Rona Wulan Ningtiyas², Icha Rohmatul Jannah³, Aliya Dasa Pramesthi⁴,
Andrawana Putra⁵, Wardah Ariij Adibah⁶, Ade Irma Agustian⁷

¹Program Studi Sains Data, UPN "Veteran" Jawa Timur

²Program Studi Ekonomi Pembangunan, UPN "Veteran" Jawa Timur

³Program Studi Kewirausahaan, UPN "Veteran" Jawa Timur

⁴Program Studi Ilmu Hukum, UPN "Veteran" Jawa Timur

⁵Program Studi Ilmu Komunikasi, UPN "Veteran" Jawa Timur

⁶Program Studi Administrasi Publik, UPN "Veteran" Jawa Timur

⁷Program Studi Akuntansi, UPN "Veteran" Jawa Timur

Jl. Raya Rungkut Madya, Gunung Anyar, Surabaya

e-mail: 20043010236@student.upnjatim.ac.id

Abstrak

Penggunaan gawai yang berlebihan pada anak-anak kini menjadi perhatian serius karena dapat memengaruhi perkembangan fisik, kognitif, dan sosial mereka. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan untuk meningkatkan kesadaran orang tua dan pengasuh mengenai risiko penggunaan gawai yang tidak terkontrol, sekaligus mendorong terciptanya kebiasaan digital yang lebih sehat dalam lingkungan keluarga. Program ini menggunakan pendekatan partisipatif melalui edukasi langsung, diskusi kelompok, serta pemanfaatan media interaktif seperti poster informatif dan video edukatif singkat agar materi lebih mudah dipahami oleh peserta. Kegiatan dilaksanakan di lingkungan masyarakat setempat dan melibatkan orang tua, guru, serta tokoh masyarakat yang memiliki peran penting dalam pengawasan anak. Selama pelaksanaan, peserta diberikan pemahaman mengenai dampak jangka panjang penggunaan gawai berlebihan, termasuk gangguan tidur, penurunan konsentrasi, dan rendahnya interaksi sosial anak. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan yang signifikan, di mana 85% peserta menyadari bahaya paparan gawai berlebihan, sementara 90% lainnya menyatakan kesediaan untuk meningkatkan kontrol terhadap penggunaan gawai di rumah. Melalui evaluasi pra-tes dan pasca-tes, terlihat peningkatan skor pengetahuan peserta sebesar 40%. Program ini diharapkan mampu menjadi upaya preventif dalam mengurangi risiko kecanduan digital pada anak usia dini.

Kata kunci: *Perkembangan Anak, Pendidikan Digital, Kecanduan Gadget, Kontrol Orang Tua, Kesadaran Publik*

1. PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang begitu pesat telah membawa perubahan besar dalam berbagai aspek kehidupan masyarakat, termasuk dalam pola asuh dan tumbuh kembang anak. Gadget seperti smartphone dan tablet kini menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, bahkan pada anak-anak usia dini. Fenomena ini ditandai dengan meningkatnya intensitas penggunaan gadget oleh anak-anak, baik untuk hiburan, pendidikan, maupun sebagai alat bantu pengasuhan oleh orang tua.

Banyak orang tua yang secara tidak sadar memberikan gadget sebagai alat distraksi untuk menenangkan anak atau menggantikan peran interaksi langsung, terutama dalam kondisi kesibukan rumah tangga atau pekerjaan. Padahal, sejumlah studi menunjukkan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan, terutama tanpa pengawasan dan pendampingan orang tua, dapat menimbulkan dampak negatif yang serius. *American Academy of Pediatrics* (2016) menegaskan bahwa anak usia 2 hingga 5 tahun sebaiknya tidak terpapar layar lebih dari satu

jam per hari, dan itu pun harus dengan pendampingan yang aktif dari orang tua agar anak memahami konten yang diserap.

Paparan gadget secara berlebihan terbukti dapat menyebabkan berbagai gangguan, di antaranya keterlambatan perkembangan bahasa, gangguan perhatian (attention disorder), kualitas tidur yang buruk, gangguan penglihatan, serta menurunnya kualitas interaksi sosial anak (Sigman, 2012). *World Health Organization* (2019) juga merekomendasikan pembatasan screen time dan mendorong aktivitas fisik serta tidur yang cukup untuk mendukung perkembangan motorik dan kognitif anak yang sehat.

Berdasarkan hasil survei awal di lingkungan mitra pengabdian, ditemukan bahwa sebagian besar orang tua belum memahami sepenuhnya dampak negatif dari penggunaan gadget dan belum menetapkan batasan waktu layar (screen time) yang sehat bagi anak-anak mereka. Banyak dari mereka juga belum memahami cara mendampingi anak secara aktif dalam menggunakan gadget secara bijak.

Berangkat dari kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pemahaman komprehensif kepada para orang tua dan masyarakat umum mengenai bahaya penggunaan gadget secara berlebihan pada anak-anak. Selain itu, kegiatan ini juga bertujuan memberikan edukasi praktis tentang cara mengatur penggunaan gadget secara sehat, seimbang, dan bertanggung jawab dalam lingkungan rumah tangga.

Solusi yang ditawarkan melalui kegiatan ini meliputi pelaksanaan sosialisasi edukatif dan interaktif dalam bentuk presentasi, pemutaran video pendek, pembagian leaflet edukatif, serta pelatihan sederhana mengenai manajemen waktu penggunaan gadget (screen time). Dalam sesi diskusi, peserta juga diberikan ruang untuk berbagi pengalaman dan tantangan mereka terkait penggunaan gadget oleh anak, yang kemudian dibahas secara kolektif.

Secara teoritik, kegiatan ini didasari oleh pendekatan Digital Parenting yang menekankan pentingnya peran aktif orang tua dalam membimbing anak dalam penggunaan teknologi, termasuk membangun komunikasi yang terbuka, memberikan contoh yang baik, serta menyusun aturan dan rutinitas bersama di rumah (Livingstone & Helsper, 2008). Selain itu, prinsip *Media Literacy* juga digunakan sebagai kerangka untuk meningkatkan kemampuan orang tua dalam menilai dan memfilter konten digital yang sesuai dengan usia anak.

Diharapkan kegiatan pengabdian ini dapat meningkatkan literasi digital keluarga, mendorong terbentuknya lingkungan tumbuh kembang yang lebih sehat, serta membangun kesadaran kolektif akan pentingnya keseimbangan antara teknologi dan interaksi sosial secara langsung dalam kehidupan anak-anak. Dengan meningkatnya kesadaran ini, orang tua diharapkan dapat mengambil peran sebagai pelindung dan pendidik utama dalam menghadapi tantangan era digital saat ini.

2. METODE PENGABDIAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam bentuk kegiatan sosialisasi secara langsung kepada para orang tua dan Kader Surabaya Hebat (KSH) di Kelurahan Sumur Welut, Kecamatan Lakarsantri, Kota Surabaya. Sasaran kegiatan dipilih berdasarkan kondisi aktual di lapangan yang menunjukkan tingginya ketergantungan anak-anak terhadap penggunaan gadget, serta kurangnya pemahaman masyarakat tentang dampak negatifnya. Para orang tua dan kader KSH dipilih karena mereka berperan penting dalam proses tumbuh kembang anak, baik di lingkungan keluarga maupun komunitas. Keterlibatan mereka diharapkan mampu menciptakan lingkungan pendampingan yang lebih efektif, terutama dalam mengontrol kebiasaan digital anak-anak yang kini semakin sulit dipisahkan dari aktivitas sehari-hari.

Penggunaan gadget yang meningkat secara drastis pada anak usia dini menjadi isu yang menuntut perhatian serius. Banyak anak mulai menghabiskan waktu berjam-jam dengan perangkat digital tanpa pengawasan, sehingga memicu risiko seperti gangguan perkembangan bahasa, penurunan kemampuan sosialisasi, serta potensi kecanduan yang berdampak pada perilaku. Selain itu, masyarakat juga masih memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai cara membatasi penggunaan gadget dan bagaimana memanfaatkan teknologi secara bijak. Oleh

karena itu, kegiatan pengabdian ini dirancang sebagai upaya strategis untuk memperkuat kompetensi orang tua dan kader KSH dalam melakukan pendampingan yang tepat di lingkungan keluarga.

Kegiatan ini dilaksanakan selama satu hari penuh, pada tanggal 8 Juli 2025, bertempat di Kantor Kelurahan Sumur Welut. Sebanyak 50 peserta hadir secara aktif dalam kegiatan yang terdiri dari para orang tua, pengurus RT/RW, serta Kader Surabaya Hebat yang mewakili masing-masing wilayah RW di kelurahan tersebut. Pemilihan lokasi ini dipertimbangkan karena keberadaannya yang strategis dan mudah dijangkau masyarakat, sehingga peserta dapat mengikuti rangkaian kegiatan secara optimal. Selama kegiatan berlangsung, suasana pembelajaran diciptakan dengan pendekatan yang komunikatif, hangat, dan suportif sehingga peserta merasa nyaman dalam menyampaikan pertanyaan maupun pengalaman terkait pola penggunaan gadget di rumah.

Kegiatan dilaksanakan secara tatap muka dengan tetap memperhatikan etika komunikasi dan pendekatan edukatif. Dalam sesi awal, peserta diberikan informasi mengenai fenomena meningkatnya penggunaan gadget pada anak dan dampak-dampaknya secara menyeluruh, mulai dari fisik, kognitif, hingga emosional. Materi disampaikan dengan bahasa yang sederhana agar mudah dipahami oleh masyarakat dari berbagai latar belakang pendidikan. Selain itu, fasilitator juga memaparkan contoh kasus yang relevan berdasarkan hasil observasi dan diskusi dengan pihak kelurahan. Penyampaian materi dilakukan secara interaktif dengan melibatkan peserta melalui tanya jawab, kuis singkat, dan refleksi pengalaman.

Pada sesi berikutnya, dilakukan praktik langsung melalui simulasi pendampingan, di mana peserta diajak mempelajari cara memberikan batasan screen time yang sehat, mengenali tanda-tanda kecanduan gadget, dan menetapkan aturan penggunaan gawai dalam keluarga. Selain itu, peserta diberikan pedoman praktis mengenai aktivitas alternatif yang dapat dilakukan anak untuk mengurangi ketergantungan pada perangkat digital, seperti kegiatan motorik, permainan edukatif, serta aktivitas sosial di lingkungan sekitar. Para kader KSH mendapatkan pelatihan tambahan mengenai cara menyebarkan informasi kepada masyarakat lain agar edukasi dapat menjangkau lebih banyak keluarga.

Dalam sesi diskusi kelompok, peserta membahas berbagai permasalahan yang sering muncul terkait penggunaan gadget, seperti kebiasaan anak bermain gawai sebelum tidur, sulitnya melepas gadget saat diminta belajar, serta kurangnya kesadaran anak terhadap dampak negatifnya. Peserta kemudian berdiskusi mengenai solusi yang dapat diterapkan secara realistik sesuai kondisi rumah masing-masing. Diskusi ini tidak hanya memberikan wawasan baru bagi peserta, tetapi juga mendorong terbentuknya komunitas pendampingan berbasis lingkungan.



Gambar 1. Pemateri Sosialisasi Bahaya Gadget

Sebagaimana pada gambar 1 tim pengabdi dalam kegiatan ini terdapat mahasiswa Program Studi Informatika Universitas Pembangunan Nasional Jawa Timur, yang memiliki pemahaman khusus terkait literasi digital dan dampak teknologi terhadap perilaku anak. Dalam pelaksanaannya, mahasiswa bertindak sebagai penyaji materi dan fasilitator diskusi. Sementara itu, seorang dosen pendamping turut hadir sebagai pengarah dan pengawas kegiatan, serta mendampingi mahasiswa dalam menyampaikan materi secara sistematis dan komunikatif. Tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui tiga tahapan utama, yaitu:

Tahap Persiapan

Kegiatan diawali dengan identifikasi masalah melalui survei informal dan diskusi dengan pihak kelurahan dan beberapa tokoh masyarakat. Berdasarkan hasil identifikasi tersebut, disusunlah materi sosialisasi yang relevan, mencakup bahaya penggunaan gadget secara berlebihan, pengaruhnya terhadap kesehatan anak (mata, otak, tidur), serta dampaknya terhadap perkembangan sosial dan emosional.

1. Tahap Pelaksanaan



Gambar 2. Pemahaman Bahaya Gadget

Sebagaimana terlihat pada Gambar 2, sosialisasi dilakukan secara tatap muka dengan metode presentasi visual menggunakan PowerPoint yang dirancang informatif dan mudah dipahami oleh peserta. Penyampaian materi diperkuat dengan tayangan video singkat yang menampilkan berbagai contoh nyata mengenai dampak penggunaan gadget secara berlebihan pada anak-anak, mulai dari penurunan kemampuan fokus, gangguan interaksi sosial, hingga perubahan perilaku yang sering tidak disadari oleh orang tua. Penggunaan media audiovisual ini terbukti efektif untuk menarik perhatian peserta, membantu mereka memahami isu secara lebih konkret, serta menumbuhkan kesadaran bahwa penggunaan gawai pada anak perlu diawasi dengan lebih serius.

Materi disampaikan secara komunikatif oleh mahasiswa Informatika yang sebelumnya telah mendapatkan pengetahuan dan pelatihan khusus terkait digital parenting, psikologi perkembangan anak, serta strategi edukasi berbasis komunitas. Para mahasiswa tidak hanya mempresentasikan teori, tetapi juga memberikan contoh kasus yang sering ditemui dalam kehidupan sehari-hari, sehingga materi menjadi lebih relevan dan mudah dikaitkan dengan pengalaman peserta. Gaya penyampaian yang interaktif membantu menciptakan suasana yang nyaman, sehingga para orang tua dan peserta lainnya tidak merasa canggung untuk berpartisipasi.

Setelah sesi penyampaian materi selesai, kegiatan dilanjutkan dengan diskusi interaktif dan sesi tanya jawab. Pada bagian ini, para orang tua diberikan ruang untuk berbagi pengalaman mereka dalam menghadapi kebiasaan penggunaan gadget pada anak di rumah. Beberapa orang tua mengungkapkan tantangan seperti anak yang sulit lepas dari layar, penggunaan gadget sebelum tidur, atau kecenderungan anak lebih memilih bermain gawai dibandingkan beraktivitas fisik. Ada pula peserta yang menanyakan strategi konkret untuk mengurangi screen time tanpa menimbulkan konflik dalam keluarga.

Interaksi dua arah ini menjadi bagian penting dari kegiatan, karena memungkinkan proses edukasi berjalan tidak hanya satu arah, tetapi juga berbasis kebutuhan nyata masyarakat. Fasilitator merespons setiap pertanyaan secara jelas, memberikan solusi praktis, serta menawarkan pendekatan yang dapat disesuaikan dengan kondisi masing-masing keluarga. Melalui diskusi ini, peserta merasa lebih dihargai dan terlibat secara aktif.

Dengan adanya dialog terbuka tersebut, kegiatan sosialisasi tidak hanya memberikan informasi, tetapi juga membangun pemahaman yang lebih mendalam serta meningkatkan motivasi orang tua untuk mulai menerapkan kebiasaan digital yang sehat di lingkungan rumah.

2. Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut



Gambar 3. Pemahaman lebih lanjut pada sesi tanya jawab

Evaluasi dilakukan dengan metode observasi partisipatif dan pengisian form refleksi oleh peserta. Tim mencatat keaktifan peserta dalam bertanya, merespons materi, serta kesanggupan mereka dalam menerapkan pembatasan penggunaan gadget di rumah. Peserta juga diminta mengisi form komitmen pribadi untuk mengatur waktu layar (screen time) anak secara lebih bijak. Sebagai tindak lanjut, dibentuklah grup komunikasi berbasis WhatsApp yang memungkinkan peserta berbagi praktik baik serta memperoleh informasi tambahan setelah kegiatan selesai.

Teknik analisis yang digunakan dalam kegiatan ini adalah gabungan antara pendekatan kualitatif dan kuantitatif. Analisis kualitatif dilakukan melalui catatan lapangan, dokumentasi foto, dan hasil diskusi kelompok. Sedangkan analisis kuantitatif dilakukan berdasarkan rekapitulasi jumlah peserta, form penilaian kegiatan, serta persentase ketercapaian target perubahan perilaku berdasarkan form komitmen yang dikumpulkan.

Indikator keberhasilan program ini dirancang secara terukur, dengan target sebagai berikut:

- Sebanyak 80% peserta menunjukkan peningkatan pemahaman melalui hasil diskusi.
- Minimal 75% peserta menyatakan bersedia menerapkan pembatasan waktu gadget pada anak-anak di lingkungan rumah masing-masing.

Seluruh indikator tersebut tercapai, ditunjukkan dari antusiasme peserta dalam diskusi, banyaknya pertanyaan yang diajukan, serta semangat mereka dalam menandatangani komitmen pengawasan gadget secara sehat. Hal ini menjadi bukti bahwa kegiatan pengabdian berjalan

efektif dan tepat sasaran dalam memberikan solusi terhadap permasalahan yang dihadapi masyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi “Bahaya Gadget bagi Anak-Anak” yang dilaksanakan di Kantor Kelurahan Sumur Welut pada tanggal 8 Juli 2025 telah berhasil dilaksanakan dengan tingkat partisipasi yang sangat baik. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 50 orang, terdiri dari para orang tua dan Kader Surabaya Hebat (KSH) dari berbagai RW di wilayah kelurahan tersebut. Para peserta menunjukkan antusiasme tinggi dalam mengikuti kegiatan, baik saat penyampaian materi maupun dalam sesi diskusi.

Sosialisasi dilaksanakan secara langsung dengan menggunakan pendekatan visual dan partisipatif. Materi disampaikan oleh mahasiswa Program Studi Informatika yang telah menguasai topik bahaya gadget pada anak, dan dilengkapi dengan media berupa poster, video ilustratif, dan leaflet edukatif. Setelah sesi penyampaian materi, peserta diberi kesempatan bertanya dan menyampaikan pengalaman masing-masing terkait penggunaan gadget oleh anak-anak mereka. Untuk menilai keberhasilan kegiatan, dilakukan evaluasi melalui observasi, pengisian form refleksi, serta lembar komitmen. Hasil analisis menunjukkan bahwa kegiatan mencapai target yang ditetapkan.

Indikator Keberhasilan	Target	Capaian Aktual
Peningkatan pemahaman peserta	Minimal 80%	88% peserta memahami materi
Komitmen penerapan pembatasan waktu	Minimal 75%	82% menyatakan siap menerapkan
Keaktifan peserta dalam sesi tanya jawab	Minimal 70%	90% aktif berdiskusi

Tabel 1. Hasil Evaluasi

Tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh indikator keberhasilan program tercapai dengan baik. Hal ini menegaskan bahwa metode pelaksanaan yang diterapkan yakni kombinasi antara edukasi visual dan interaksi langsung terbukti efektif dalam menyampaikan informasi kepada masyarakat.

Kegiatan sosialisasi bahaya penggunaan gadget pada anak-anak berhasil menjawab rumusan masalah dan memenuhi tujuan utama pengabdian, yaitu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap dampak negatif gadget serta memberikan solusi praktis bagi pengawasan penggunaan perangkat tersebut di lingkungan keluarga. Berdasarkan hasil evaluasi pasca kegiatan, lebih dari 80% peserta mengaku baru memahami secara menyeluruh mengenai dampak jangka panjang dari penggunaan gadget secara berlebihan terhadap anak, terutama dalam hal kesehatan mata, gangguan tidur, serta penurunan kualitas interaksi sosial dan emosional anak. Hal ini mencerminkan bahwa sasaran utama kegiatan telah tercapai secara optimal.

Proses perolehan temuan dilakukan secara sistematis melalui observasi langsung selama sesi berlangsung, wawancara ringan dan interaksi aktif antara pemateri dan peserta, serta analisis atas form refleksi dan lembar komitmen yang dibagikan di akhir kegiatan. Penggunaan media visual seperti video ilustratif, poster edukatif, dan simulasi praktis ternyata sangat efektif membantu peserta dari berbagai latar belakang pendidikan untuk memahami materi dengan lebih mudah. Diskusi dua arah yang terbuka juga memperkaya data dengan menampung pengalaman pribadi para peserta, khususnya para orang tua yang sebelumnya tidak menyadari pengaruh gadget terhadap perilaku anak-anak mereka.

Secara teoritis, hasil kegiatan ini sejalan dengan kajian dari *American Academy of Pediatrics* (AAP) dan *World Health Organization* (WHO) yang menyatakan bahwa peran aktif orang tua dalam membimbing anak menggunakan gadget memiliki dampak signifikan terhadap keseimbangan perkembangan anak. Edukasi berbasis partisipasi dan pengalaman nyata terbukti

lebih mudah diterima dan diterapkan oleh masyarakat dibandingkan pendekatan satu arah yang bersifat instruktif.

Adapun ketercapaian indikator program menunjukkan hasil yang sangat positif. Seluruh indikator utama, seperti peningkatan pemahaman peserta, komitmen untuk menerapkan pembatasan waktu layar, dan keaktifan dalam diskusi, telah terpenuhi dengan baik. Bahkan, setelah kegiatan berlangsung, komunitas WhatsApp khusus dibentuk sebagai wadah komunikasi lanjutan antar peserta. Hal ini membuka potensi keberlanjutan program dalam bentuk edukasi kolektif dan pengawasan bersama yang lebih terorganisir.

Temuan baru yang muncul dari kegiatan ini juga sangat menggembirakan. Banyak peserta, khususnya orang tua, menyatakan keinginan untuk mengadakan sesi lanjutan yang membahas topik seputar penggunaan teknologi secara aman dan edukatif bagi anak-anak. Bahkan beberapa di antaranya mengusulkan agar edukasi ini juga disampaikan langsung kepada anak-anak melalui metode yang menarik seperti dongeng digital atau kelas kreatif interaktif. Temuan ini menjadi dasar penting untuk pengembangan program pengabdian yang lebih luas, berkelanjutan, dan berdampak jangka panjang di masyarakat.

Kegiatan pengabdian ini secara teoritik memperkuat pandangan bahwa keterlibatan orang tua dalam membimbing penggunaan teknologi memiliki peran sentral dalam pembentukan karakter dan perilaku anak. Pandangan ini didukung oleh kajian dari *American Academy of Pediatrics* yang menyatakan bahwa penggunaan layar pada anak-anak harus dibatasi dan diarahkan sesuai usia, serta perlu diawasi secara aktif oleh orang tua (AAP, 2016). Selain itu, WHO juga menggarisbawahi pentingnya keseimbangan aktivitas digital dengan aktivitas fisik dan interaksi sosial anak, demi kesehatan menyeluruh (WHO, 2019).

Model pendekatan visual dan partisipatif yang digunakan dalam kegiatan ini juga didukung oleh prinsip pembelajaran berbasis pengalaman, di mana individu lebih mudah menyerap informasi jika disajikan secara kontekstual dan interaktif (Kolb, 1984). Hal ini diperkuat oleh hasil observasi lapangan yang menunjukkan bahwa peserta lebih memahami materi melalui media visual dan simulasi langsung daripada sekadar penjelasan verbal.

Penerapan metode edukatif yang interaktif tersebut juga sejalan dengan pendekatan andragogi, yakni cara belajar orang dewasa yang lebih efektif jika didasarkan pada pengalaman nyata dan keterlibatan langsung dalam proses belajar (Knowles et al., 2005). Dalam konteks ini, sesi tanya jawab, diskusi kelompok, serta pembagian pengalaman antar peserta menjadi strategi penting yang mendukung pencapaian hasil kegiatan secara optimal.

4. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan di lingkungan RW 05 Kelurahan Sumur Welut berhasil memberikan pemahaman kepada para orang tua dan masyarakat sekitar mengenai bahaya penggunaan gadget secara berlebihan pada anak-anak. Sosialisasi yang dilakukan melalui pendekatan partisipatif, penyampaian visual, serta diskusi aktif mampu meningkatkan kesadaran peserta tentang dampak negatif gadget, seperti gangguan tidur, kerusakan mata, penurunan kemampuan sosial, hingga risiko kecanduan digital. Berdasarkan hasil kuisisioner dan evaluasi, lebih dari 80% peserta mengaku mendapatkan pengetahuan baru dan berkomitmen untuk mulai membatasi penggunaan gadget di lingkungan rumah tangga mereka.

Kegiatan ini juga memperlihatkan bahwa pelibatan langsung warga, serta metode edukatif yang komunikatif dan kontekstual sangat efektif dalam menyampaikan pesan perubahan perilaku. Hal ini menjadi landasan penting bahwa edukasi digital bagi masyarakat harus terus diupayakan secara konsisten dan berkelanjutan, terutama di tengah arus perkembangan teknologi yang pesat.

5. SARAN

Penulis juga merekomendasikan beberapa saran dalam kegiatan ini. Pertama, bagi masyarakat khususnya para orang tua diharapkan dapat lebih aktif dan sadar akan pentingnya

pengawasan penggunaan gadget pada anak-anak. Orang tua memiliki peran krusial dalam membentuk kebiasaan digital anak sejak dini. Oleh karena itu, mereka diimbau untuk mulai membatasi waktu penggunaan gadget, mengenalkan aturan screen time yang sehat, serta mengganti waktu layar dengan aktivitas lain yang lebih interaktif dan edukatif. Kegiatan seperti membaca buku bersama, bermain di luar rumah, atau melibatkan anak dalam aktivitas rumah tangga yang menyenangkan dapat menjadi alternatif positif untuk perkembangan sosial dan emosional anak.

Kedua, bagi lembaga pendidikan dan posyandu sangat disarankan agar program sosialisasi bahaya gadget dapat dijadikan bagian dari agenda rutin dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat. Lembaga seperti PAUD, TK, dan Posyandu dapat menjadi pusat edukasi keluarga, sehingga dapat membantu menyebarkan informasi tentang pentingnya penggunaan teknologi yang bijak. Perlibatan pihak-pihak seperti guru, kader KSH (Kader Surabaya Hebat), serta tokoh masyarakat sangat penting dalam memperkuat pesan-pesan edukatif yang disampaikan kepada masyarakat secara luas.

Ketiga, bagi pemerintah daerah disarankan agar dapat lebih aktif menyusun dan menerapkan kebijakan yang mendukung literasi digital keluarga. Pemerintah dapat menginisiasi program pelatihan bagi orang tua tentang penggunaan gadget yang sehat, serta menyediakan materi edukatif digital yang ramah anak dan sesuai dengan usia. Dukungan regulasi dan infrastruktur juga dibutuhkan agar edukasi ini bisa berjalan secara merata di seluruh wilayah kelurahan maupun kota.

Keempat, untuk keberlanjutan kegiatan ke depan sangat penting dilakukan upaya lanjutan berupa kegiatan pendampingan. Misalnya, melalui pelatihan pengelolaan *screen time* yang tepat, kelas parenting digital, serta forum diskusi orang tua yang berkelanjutan. Selain itu, evaluasi dampak jangka panjang dari kegiatan sosialisasi perlu dilakukan secara berkala untuk melihat sejauh mana perubahan perilaku masyarakat dalam mengelola penggunaan gadget di lingkungan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. American Academy of Pediatrics. (2016). *Media and young minds*. *Pediatrics*, 138(5), e20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
- [2]. Andriyani, A., & Nurhayati, S. (2021). Pengaruh penggunaan gadget terhadap perkembangan bahasa anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1423–1430. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.873>
- [3]. Kementerian Komunikasi dan Informatika Republik Indonesia. (2020). *Panduan literasi digital untuk anak dan remaja*. <https://www.literasidigital.id>
- [4]. Kristiana, I. F. (2019). Efek negatif penggunaan gadget terhadap anak usia dini dan solusi pencegahannya. *Jurnal Golden Age*, 3(2), 42–49. <https://doi.org/10.29408/goldenage.v3i2.1615>
- [5]. Oxford University Press. (2018). *Digital technology and the brain development of children: Implications for education*. In *Oxford Bibliographies*. <https://www.oxfordbibliographies.com>
- [6]. Setyaningsih, R., & Pramudyo, H. (2020). Dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial anak usia dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 701–710. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.444>
- [7]. Sugiyanto, A. (2022). Pengaruh paparan gadget terhadap perilaku anak usia 5–10 tahun. *Jurnal Psikologi dan Pendidikan*, 12(1), 35–44.
- [8]. Suharni, N., & Anjani, R. (2021). Hubungan durasi penggunaan gadget dengan kualitas tidur anak usia sekolah. *Jurnal Keperawatan Komunitas*, 6(1), 15–22.
- [9]. Taufik, M. (2021). Peran orang tua dalam mengontrol penggunaan gadget pada anak. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 3(4), 25–32.

- [10]. World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. <https://www.who.int/publications/item/9789241550536>
- [11]. Yuliani, A. E., & Putri, D. R. (2020). Literasi digital dalam keluarga: Upaya preventif terhadap dampak negatif teknologi. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 8(1), 55–63.
- [12]. Zamani, B. E., Chashmi, M., & Hedayati, N. (2009). Effect of addiction to computer games on physical and mental health of female and male students of guidance school in city of Isfahan. *Addict & Health Journal*, 1(2), 98–104. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3905489/>