

Dampak Screen Time Berlebih Terhadap Perkembangan Bahasa Anak Di Posyandu Balita Tunas Mekar Dusun Monggang

The Impact of Excessive Screen Time on Children's Language Development at Toddlers Posyandu Tunas Mekar Monggang

Rahmah Widyaningrum¹

¹Program Studi S1 Keperawatan, STIKes Madani; ; Jl. Wonosari Km 10, Karanggayam, Sitimulyo, Piyungan Bantul. Kode Pos 55792, Yogyakarta, Indonesia.
email: rahmah.widyaningrum@gmail.com HP: 081329429984

Abstrak

Screen time adalah waktu yang dihabiskan anak untuk menonton televisi, menggunakan laptop atau komputer, bermain video game dan gawai. Durasi yang direkomendasikan oleh American Academy of Child and Adolescent Psychiatry adalah maksimal 1 jam per hari pada anak usia 2-5 tahun, sedangkan anak di bawah usia tersebut tidak direkomendasikan. Tujuan awal orang tua memberikan gawai adalah supaya anak lebih pintar, tidak rewel dan tidak mengganggu pekerjaan orang tua. Pemakaian gawai yang berlebihan memberikan dampak negatif bagi aspek fisik maupun psikososial anak, yakni gangguan kesehatan mata, pusing, stres, antisosial, serta keterlambatan bicara. Pengetahuan orang tua yang baik terkait acuan pemakaian gawai pada anak diharapkan dapat menurunkan dampak negatifnya. Tujuan kegiatan ini meningkatkan pengetahuan orang tua terkait dampak negatif screen time yang berlebihan terhadap perkembangan bahasa anak. Pengabdian masyarakat dilaksanakan tanggal 13 Desember 2022 melalui pendekatan metode ceramah selama 45 menit dilanjutkan sesi diskusi dan tanya jawab. Sasaran yang hadir sejumlah 10 orang tua dan 4 kader Posyandu Balita Tunas Mekar, Dusun Monggang. Data karakteristik sasaran menunjukkan mayoritas orang tua berusia 30 – 40 tahun sejumlah 80%, jenis kelamin perempuan 80%, dan mayoritas IRT sejumlah 80%, mayoritas anak berusia 1 – 3 tahun sejumlah 40%, dan jenis kelamin laki-laki 60%. Rerata skor pengetahuan orang tua terkait dampak screen time berlebih terhadap perkembangan bahasa anak adalah 6,80. Setelah dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat orang tua meningkat pemahamannya terkait dampak negatif penggunaan gawai yang berlebihan.

Kata Kunci: *Screen Time*, Perkembangan Bahasa, Anak

Abstract

Screen time is the time children spend watching television, using laptops or computers, playing video games, and using gadgets. The duration recommended by the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry is a maximum of 1 hour per day for children aged 2-5 years, while children under this age are not recommended. The initial goal of parents giving their children gadgets are making children smarter, not fussy, and not interfere with their parents' work. Excessive use of devices has a negative impact on children's physical and psychosocial aspects, namely eye health problems, dizziness, stress, anti-social behavior, and speech delays. Good parental knowledge regarding the use of gadgets by children is expected to reduce the negative impact. The purpose of this activity is to increase parents' knowledge regarding the negative impact of excessive screen time on children's language development. The community service was carried out on December 13th, 2022, through a 45-minute lecture approach followed by a discussion and question and answer session. The target audiences were 10 parents, 4 toddlers, and Monggang cadres. According to data on target characteristics, the majority of parents aged 30-40 years are 80%, the female sex is 80%, the majority are housewives are 80%, the majority of children aged 1-3 years are 40%, and the male sex is 60%. The mean score of parents' knowledge regarding the impact of excessive screen time on children's language development is 6.80. Parents' understanding increased regarding the negative effects of excessive gadget use.

Keywords: *Screen Time, Language Development, Children*

PENDAHULUAN

Menurut P2PTM Kemenkes *screen time* merupakan waktu yang dihabiskan untuk menonton televisi, menggunakan laptop atau komputer, bermain video game dan menggunakan gawai (gadget/ HP). Menurut American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (2022) merekomendasikan durasi *screen time* sebagai berikut: 1) anak usia 0 – 18 bulan tidak boleh sama sekali, kecuali video chat atau video call, 2) anak usia 18 – 24 bulan pengenalan *screen time*, 3) usia 2 – 5 tahun maksimal 1 jam per hari, 4) usia 6 – 17 tahun maksimal 2 jam per hari dengan waktu sisanya digunakan untuk aktivitas penting lainnya (sekolah, aktivitas fisik, dan tidur), 5) remaja dan dewasa usia >18 tahun 2 – 4 jam dengan disertai jeda istirahat dan perbanyak aktivitas fisik.

Ibnul Qayyim Al-Jauziyah rahimahullah berkata,

إضاعة الوقت أشد من الموت ؛
لأنَّ إضاعة الوقت تقطعك عن الله والدار
الآخرة، والموت يقطعك عن الدنيا وأهلها

“Menyia-nyiakan waktu lebih berbahaya dari kematian, karena menyia-nyiakan waktu akan memutuskanmu dari Allah dan negeri akhirat, sedangkan kematian hanya memutuskan dirimu dari dunia dan penduduknya”. [Al-Fawaid hal 44]

Hasil penelitian (Subarkah, 2019) menunjukkan bahwa tujuan awal orang tua memberikan gawai kepada anaknya adalah sebagai alat bermain (mainan). Hal ini juga senada seperti yang disampaikan oleh (Novianti et al., 2020) bahwa orang tua memberikan gawai dengan tujuan: agar anak lebih pintar (22%), agar anak tidak rewel (21%), sebagai reward saat anak melakukan hal terpuji (14%), dan agar anak tidak ketinggalan dengan teman sebaya (9%). Menurut (Janiasih et al., 2022a) beberapa tujuan orang tua sebenarnya tidak berfokus pada anak, namun berfokus pada orang tua itu sendiri yakni: orang tua sibuk bekerja, orang tua ingin istirahat supaya tidak diganggu

anaknya, serta anak ngambek jika tidak diberikan gawai.

Dampak negatif yang ditimbulkan dengan pemakaian gawai yang terlalu sering atau melebihi waktu yang direkomendasikan antara lain: Menimbulkan rabun jauh atau mata minus, Ukuran kacamata bertambah bagi penderita mata minus, Mengalami kelelahan mata (mata anak berair, tampak lebih merah, sering dikucek, sering berkedip, atau anak mengeluh pusing), Kurang kontak sosial dengan teman (tidak mau diganggu saat main HP, sembunyi-sembunyi, dan menyendiri), introvert dan anti sosial, Perubahan perilaku pada anak, dan stres (Janiasih et al., 2022a).

Menurut penelitian literature review terdapat dampak positif pada kemampuan berbahasa pada anak yakni keterampilan berbahasa inggris dan literasi. Namun kontrol dan pengawasan orang tua terhadap *screen time* juga memegang peranan penting, bahwa orang tua harus terlibat secara aktif ketika *screen time* sedang berlangsung (Haura and Pranoto, 2022). Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi *screen time* pada anak adalah literasi budaya berdasarkan kearifan local, antara lain: permainan tradisional (engklek, gobag sodor, dongeng dan lain-lain), activity book dari kain flanel, membaca buku cerita daerah (Rachman and Azizah, 2022).

Posyandu Balita Dusun Monggang merupakan posyandu yang dikelola oleh ibu-ibu kader di dusun Monggang, desa Sitimulyo, Kecamatan Piyungan, Kabupaten Bantul. Secara geografis Monggang terletak di dataran rendah. Mayoritas penduduk memiliki mata pencaharian sebagai petani. Jumlah bayi dan balita di dusun tersebut adalah 53 anak dengan rentang usia antara 0 – 5 tahun. Di Monggang orang tua yang memiliki bayi & balita telah memiliki kesadaran dalam melakukan pemeriksaan BB, TB melalui kegiatan posyandu setiap bulannya. Jika dilihat dari KMS perkembangan bayi &

balita dalam kategori baik, dengan BB/U dalam rentang -2 hingga +2 SD. Kegiatan yang dilaksanakan di posyandu berupa pelayanan pengukuran BB, TB/PB, serta pemberian makanan tambahan. Hasil studi pendahuluan didapatkan 1 anak usia 5 tahun mengalami keterlambatan Bahasa, salah satunya karena orang tua sibuk bekerja dan anak difasilitasi dengan gawai.

Target luaran dalam kegiatan ini adalah orang tua anak mampu memahami bahwa berlebihan dalam *screen time* adalah perilaku yang tidak tepat dan menimbulkan dampak negatif bagi anak. Dampak negatif yang ditimbulkan meliputi: gangguan pada mata, sosial emosional, dan keterlambatan perkembangan bahasa.

METODE

Sasaran adalah orang tua yang mengantarkan anaknya untuk melakukan penimbangan dan pengukuran tinggi badan di Posyandu Balita Tunas Mekar, Dusun Monggang, Sitimulyo, Piyungan, Bantul. Tema kegiatan adalah “Bijak Ber-Gawai Bikin Anak Pandai” diharapkan mampu meningkatkan kesadaran orang tua akan pentingnya bijak dalam pemberian gawai dan waktu yang diberikan ke anak. Adapun rangkaian kegiatan dilaksanakan selama 6 bulan, yakni rentang Agustus 2022 – Januari 2023, diawali dengan pengkajian mitra, analisis kebutuhan mitra, pelaksanaan implementasi, dan evaluasi. Pengkajian mitra berupa wawancara ke kader dan September 2022, pengabdian kemudian menyusun proposal, telaah *literature*, dan menentukan media edukasi. Edukasi dilaksanakan pada tanggal 13 Desember 2022 dengan media PPT dan serta diskusi interaktif selanjutnya pada Januari 2023 pengabdian menyusun booklet untuk kemudian disampaikan ke kader dan perwakilan orang tua anak. Luaran tambahan kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa jurnal abdimas dan booklet yang diajukan Hak Cipta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil pengabdian masyarakat, maka dapat dijelaskan di dalam tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Sasaran Orang tua Berdasarkan usia, Jenis Kelamin, dan Pekerjaan di Posyandu Dusun Monggang (n= 10 orang)

No	Keterangan	Jumlah	Prosentase (%)
1.	Data Orang tua		
a.	Usia		
	(tahun)	1	10
	20 – 30	8	80
	30 – 40	1	10
	>40		
b.	Jenis kelamin	2	20
	Laki-laki	8	80
	Perempuan	2	20
c.	Pekerjaan	8	80
	Swasta		
	IRT		

Sumber: Primer (2022)

Berdasarkan tabel 1. terkait karakteristik sasaran orang tua berdasarkan usia, jenis kelamin, dan pekerjaan menunjukkan bahwa mayoritas orang tua berusia 30 – 40 tahun sejumlah 8 orang (80%), jenis kelamin perempuan 8 orang (80%), dan mayoritas IRT sejumlah 8 orang (80%).

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Anak Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin di Posyandu Dusun Monggang (n= 10 orang)

No	Keterangan	Jumlah (siswa)	Prosentase (%)
1.	Data Anak		
a.	Usia		
	0 – 6 bulan	2	20
	6 – 12 bulan	2	20
	1 – 3 tahun	4	40
	3 – 6 tahun	2	20
b.	Jenis kelamin		
	Laki-laki	6	60
	Perempuan	4	40

Sumber: Primer (2022)

Berdasarkan tabel 2. terkait karakteristik anak berdasarkan usia dan jenis kelamin menunjukkan bahwa

mayoritas anak berusia 1 – 3 tahun sejumlah 4 orang (40%), jenis kelamin laki-laki 6 orang (60%).

Kuesioner tentang pengetahuan berjumlah 10 pertanyaan dengan jawaban ya dan tidak. Hasil pengkajian didapatkan data pengetahuan orang tua tentang screen time tersaji dalam tabel berikut:

Tabel 3. Pengetahuan Orang Tua terkait Korelasi Screen Time dengan Perkembangan Bahasa Anak di Posyandu Dusun Monggang (n=10)

No	Keterangan	Skor Rerata
1.	Pengetahuan Orang Tua terkait Korelasi Screen Time dengan Perkembangan Bahasa Anak	6,80

Sumber: Primer (2022)

Berdasarkan tabel 3. Pengetahuan orang tua terkait korelasi screen time dengan perkembangan bahasa anak memiliki skor rerata 6,80. Pengetahuan yang diukur meliputi: pengertian screen time; waktu screen time yang direkomendasikan oleh American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (2022); dampak *screen time* berlebih terhadap fisik, psikososial, dan perkembangan bahasa.

Adapun rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa: 1) koordinasi dengan kader posyandu balita dusun monggang; 2) melakukan pengkajian tingkat pengetahuan orang tua terkait screen time; 3) analisis permasalahan orang tua berdasarkan hasil pengkajian dan mencari masalah prioritas; 4) menyusun strategi pemecahan masalah dan menyiapkan kelengkapan kegiatan (SAP, alat edukasi, dll); 4) melakukan edukasi interaktif meliputi: ceramah dan pemberian hand out materi tersebut. Selama kegiatan berlangsung pengabdian dibantu dan didampingi oleh bu dukuh dan ibu-ibu kader.

Rangkaian pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar, orang tua cukup

antusias dalam mengikuti kegiatan. Ibu dukuh dan ibu-ibu kader Posyandu Dusun Monggang ikut mendampingi pada saat kegiatan berlangsung, beserta sambutan hangat pada sesi awal dan akhir kegiatan. Adapun kendala yang dihadapi adalah sebagai berikut: 1) kesulitan dalam mengkondisikan orang tua dan anak yang datang ke posyandu, karena mayoritas hanya datang untuk menimbang kemudian pulang.

Berdasarkan hasil analisis data pengetahuan orang tua terkait korelasi screen time dengan perkembangan bahasa anak memiliki skor rerata 6,80. Berdasarkan penelitian (Fajrah, 2022) dari 45 responden lebih banyak responden memiliki pengetahuan yang cukup tentang bahaya penggunaan gadget dalam perkembangan otak balita sebanyak 51.1%, pengetahuan yang kurang 37.8%, dan pengetahuan yang baik sebanyak 11.1%. Hal ini sejalan dengan penelitian (Effendy and Sari, 2021) yang menyatakan bahwa Ibu memiliki pengetahuan kurang yaitu sebanyak 17 orang (45,9%) dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan pengetahuan Ibu meningkat menjadi cukup yaitu sebanyak 19 orang (51,4%).

Menurut (Badan Pusat Statistik, 2020) penggunaan gadget pada anak di Indonesia berdasarkan kelompok umur proporsi penggunaan gadget yang terbanyak adalah balita 3-5 tahun sebesar 47,7%, sementara untuk anak balita 1-3 tahun sebesar 25,9% dan bayi yang berusia kurang dari satu tahun sebesar 3,5%. Menurut (Chikmah and Fitrianiingsih, 2018) meneliti pada 70 anak usia prasekolah (3-6 tahun), didapatkan data 43 anak (60,6%) menggunakan gadget secara berlebihan (>1 jam per hari), dimana 30 anak (42,3%) mengalami gangguan emosional. Terdapat pengaruh antara durasi penggunaan gadget dengan masalah mental emosional pada anak pra sekolah di TK Negeri Pembina Kota Tegal.

Hasil penelitian (Sianturi and Simanjuntak, 2020) menyebutkan bahwa

menurut hasil observasi pada anak usia 6 tahun diketahui bahwa perkembangan bahasa anak masuk dalam kategori kurang baik untuk kedua sampel yang berusia 2 tahun. Hal ini didukung dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan salah satu orang tua anak. Orang tua F mengatakan “*Semenjak ada hp ini si fadhil susah diajak ngomong, susah ngungkapkan apa yang dia rasakan, kosakatanya kurang. Karena main game terus bu*”. Sesuai dengan penelitian (Subarkah, 2019) bahwa perkembangan teknologi menjadi tantangan bagi perkembangan anak, dampak negatif yakni mengganggu kesehatan, mengganggu perkembangan anak, rawan terhadap tindakan kejahatan, dapat mempengaruhi perilaku anak, sulit konsentrasi terhadap dunia nyata, terganggunya fungsi otak pada anak, dan dapat ketergantungan kepada gadget. Menurut (Anggraini and Yeni, 2019) dampak negatif gadget pada perkembangan bahasa anak mencakup bahasa reseptif, bahasa ekspresif, tidak mampu menggunakan bahasa Indonesia dengan baik, menghambat pengenalan bahasa ibu pada anak usia dini, dan anak tidak mampu berkomunikasi nonverbal, gadget mengurangi kontak mata anak ketika berinteraksi.

Menurut (Janiasih et al., 2022b) berdasarkan dari hasil wawancara yang dilakukan kepada lima narasumber menyatakan bahwa anak mereka mengalami gangguan pada mata yakni mata merah, sering kucek-kecek mata, dan mata berair saat menggunakan gadget terlalu lama. Dampak negatif lainnya yaitu anak-anak cenderung mengurung diri apabila sedang bermain gadget. Waktu orang tua bersama anak-anak cukup minim dan perkembangan kreatifitas anak menjadi terhambat.



Gb 1. Kader posyandu sedang melakukan pengukuran TB anak



Gambar 2. Kader posyandu sedang melakukan pengukuran BB anak



Gambar 2. Pengabdian memberikan edukasi dan diskusi dengan orang tua
Rangkaian pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar, orang tua cukup

antusias dalam mengikuti kegiatan. Ibu dukuh Monggang dan Kader Posyandu Balita juga ikut mendampingi pada saat kegiatan berlangsung, beserta sambutan hangat pada sesi awal hingga akhir kegiatan. Adapun kendala yang dihadapi adalah sebagai berikut: 1) kesulitan dalam mengkondisikan anak-anak karena segera ingin pulang; 2) Tidak semua orang tua berkenan bergabung dalam kegiatan edukasi karena mayoritas ibu rumah tangga yang memiliki tanggungan pekerjaan rumah (memasak, mengasuh anak dan lain-lain).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Pendekatan pengabdian masyarakat yang digunakan berupa *community empowerment* yakni melakukan stimulus kepada subjek pelaksana yakni kader dan orang tua anak melalui metode ceramah interaktif, diskusi, dan pembagian hand out materi merupakan teknik yang cukup efektif. Target luaran dalam kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan orang tua terkait dampak negatif *screen time* yang berlebihan terhadap perkembangan bahasa anak. Peran serta kader maupun orang tua sangat dibutuhkan dalam membentuk kebiasaan anak untuk bijak dalam menggunakan gawai.

Saran

Selanjutnya perlu diadakan suatu pelatihan/ edukasi yang lebih komprehensif terkait metode yang tepat untuk menghindari kebiasaan *screen time* berlebih pada anak. Metode-metode yang aplikatif diharapkan dapat menjadi alternatif orang tua untuk menghindarkan anak dari penggunaan gawai yang berlebihan.

DAFTAR RUJUKAN

Anggraini, V., Yeni, I., 2019. Dampak Gadget terhadap Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini 3.
Badan Pusat Statistik, 2020. Penggunaan Gadget pada Anak di Indonesia.

Chikmah, A.M., Fitriyaningsih, D., 2018. Pengaruh Durasi Penggunaan Gadget terhadap Masalah Mental Emosional Anak Pra Sekolah di TK Pembina Kota Tegal 07.

Effendy, H.V., Sari, S.M., 2021. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Digital Parenting terhadap Pengetahuan Ibu dan Kebutuhan Tidur Anak Prasekolah.

Fajrah, S., 2022. Pengetahuan dan Sikap Orang Tua tentang Bahaya Penggunaan Gadget dalam Perkembangan Otak Balita Usia 3-5 tahun di Desa Bambalemo Kecamatan Parigi Kabupaten Parigi Moutong 22.

Haura, F.M., Pranoto, Y.K.S., 2022. Peran Screen Time dan Gadget Terhadap Kemampuan Berbahasa pada Anak Usia Dini.

Janiasih, P., Wardana, K.E.L., Suarmini, K.A., 2022a. Dampak Pemberian Gadget Pada Anak Balita Di Desa Patemon Kecamatan Seririt. JMU 8, 136–148.
<https://doi.org/10.47859/jmu.v8i02.216>

Janiasih, P., Wardana, K.E.L., Suarmini, K.A., 2022b. Dampak Pemberian Gadget Pada Anak Balita Di Desa Patemon Kecamatan Seririt. JMU 8, 136–148.
<https://doi.org/10.47859/jmu.v8i02.216>

Novianti, R., Copriady, J., Firdaus, L., 2020. Parenting di Era Digital: Telaah Pandangan Filsafat Progresivisme John Dewey.

Rachman, Y.A., Azizah, F.N., 2022. Literasi Budaya Berbasis Kearifan Lokal sebagai Aktivitas untuk Menurunkan Screen Time pada Anak Usia Dini.

Sianturi, R.O., Simanjuntak, J., 2020. Dampak Gadget terhadap Perkembangan Bahasa Anak Usia 3-6 tahun di TK Kartika Tebing Tinggi. Jurnal Tematik.

Subarkah, M.A., 2019. Pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Anak. Rf 15. <https://doi.org/10.31000/rf.v15i1.1374>