

Edukasi Bahaya Handphone bagi anak-anak SD Negeri 70 Oku

(Education on the Dangers of Mobile Phones for Students of SD Negeri 70 OKU)

Cindy Pratiwi^{1*}, Sandi Widodo², Syaipul Nuryadi³, Yuliantini Eka Putri⁴

Universitas Baturaja, Sumatera Selatan, Indonesia^{1,2,3,4}

pratiwicindy095@gmail.com^{1,4}, sandiwidodo371@gmail.com², xaominotea027@gmail.com³



Riwayat Artikel:

Diterima pada 15 April 2025

Revisi 1 pada 01 Mei 2025

Revisi 2 pada 10 Mei 2025

Revisi 3 pada 23 Mei 2025

Disetujui pada 01 Juni 2025

Abstract

Purpose: This study aims to provide digital literacy education to increase students' awareness of the negative effects of excessive mobile phone use. The activity focuses on instilling responsible and balanced digital habits among elementary school students through early education and behavioral modeling.

Research methodology: The program was conducted using an educational approach that combined interactive counseling, visual media, and simulation-based learning. A total of 100 students from grades IV to VI at Public Elementary School 70 OKU participated as respondents. Pre- and post-session evaluations were used to measure changes in understanding regarding the risks of excessive mobile phone use.

Results: The results showed that 80% of students demonstrated an improved understanding of the negative impacts of mobile phone use, including reduced concentration, health risks, and social isolation. Teachers and parents also showed strong engagement, supporting the cultivation of healthy digital behavior among children.

Conclusions: This educational initiative successfully increased digital awareness and encouraged collaboration between schools, teachers, and parents. It proved effective as a preventive measure to reduce the risks associated with technology misuse among children.

Limitations: The study was limited to one elementary school and a short evaluation period; thus, the long-term behavioral impact was not assessed.

Contribution: This activity contributes to early digital literacy education by promoting healthy technology habits and highlighting the importance of joint supervision between families and schools in the digital era.

Keywords: *Children, Education, Digital Literacy, Elementary Schools, Mobile Phones.*

How to cite: Pratiwi, C., Widodo, S., Nuryadi, S., Putri, Y. E. (2025). Edukasi Bahaya Handphone bagi anak-anak SD Negeri 70 Oku. *Jurnal Nusantara Mengabdi*, 4(3), 151-160.

1. Pendahuluan

Pada era digital saat ini, handphone atau telepon genggam sudah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, termasuk bagi anak-anak (Rachmaniyah et al., 2025; Shah & Phadke, 2023). Kemudahan akses terhadap informasi, hiburan, serta komunikasi melalui handphone membuat alat ini sangat menarik bagi mereka. Namun, penggunaan handphone yang tidak terkontrol dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, terutama pada perkembangan fisik, mental, dan sosial anak-anak ("Physical, Psychological and Social Effects of Mobile Phone Use in Children: A Prospective Cohort Study," 2023). Anak-anak usia Sekolah Dasar, termasuk siswa siswi pada Sekolah Dasar Negeri 70 OKU,

berada dalam tahap perkembangan yang sangat penting. di tahap ini, mereka masih sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan dan belum mampu memilah mana isu yang baik dan buruk. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan handphone secara berlebihan pada anak dapat mengakibatkan kecanduan, gangguan tidur, berkurangnya interaksi sosial, menurunnya konsentrasi belajar, serta risiko terpapar konten yang tidak sesuai usia (Domoff et al., 2017; Mendoza, Pody, Lee, Kim, & McDonough, 2018). Selain itu, radiasi dari perangkat elektronik juga dapat berdampak buruk pada kesehatan anak. Jika digunakan dalam waktu lama (Jiang, Zhao, Huang, Fan, & Hao, 2021; Putri Sitanggang & Pratiwi, 2025).

Melihat fenomena ini, penting untuk memberikan edukasi kepada anak-anak mengenai bahaya penggunaan handphone secara berlebihan. Sekolah sebagai institusi pendidikan memiliki peran penting dalam mendampingi dan membekali anak-anak dengan pemahaman yang benar tentang penggunaan teknologi (Amin, Heryanto, Athaya, & Fitri, 2025). oleh karena itu, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk memberikan edukasi secara langsung kepada siswa siswi SD Negeri 70 OKU mengenai bahaya penggunaan handphone, serta membentuk kesadaran sejak dini agar mereka dapat menggunakan teknologi secara bijak (Ervina et al., 2025). Motivasi utama dalam penelitian ini adalah untuk membantu anak-anak memahami konsekuensi dari penggunaan handphone yang tidak sehat, dan memberikan informasi yang mudah dicerna sesuai dengan usia mereka. dengan harapan, kegiatan edukatif ini dapat menjadi langkah awal dalam membentuk kebiasaan digital yang positif dan sehat di kalangan pelajar Sekolah Dasar (Amin, Pujiyani, Rusiyana, & Azzahra, 2025).

Meskipun berbagai penelitian telah mengidentifikasi dampak negatif penggunaan handphone pada anak-anak, masih terdapat kesenjangan dalam penerapan program edukasi yang efektif di tingkat sekolah dasar, khususnya di wilayah non-perkotaan seperti Kabupaten Ogan Komering Ulu (OKU). Masalah utama yang ditemukan adalah kurangnya pemahaman anak-anak terhadap batasan penggunaan handphone secara sehat serta minimnya keterlibatan aktif pihak sekolah dan orang tua dalam membentuk kebiasaan digital yang positif. Selain itu, belum banyak kegiatan edukatif yang dikemas secara interaktif dan sesuai dengan karakteristik anak usia sekolah dasar, sehingga pesan yang disampaikan sering kali tidak terserap secara optimal. Oleh karena itu, penelitian ini memfokuskan diri untuk menjawab permasalahan bagaimana memberikan edukasi yang efektif dan menyenangkan kepada siswa-siswi SD Negeri 70 OKU agar mereka dapat memahami bahaya penggunaan handphone secara berlebihan sekaligus mengembangkan kesadaran dalam menggunakan teknologi secara bijak.

Perkembangan teknologi digital yang semakin pesat menjadikan handphone bukan lagi sekadar alat komunikasi, tetapi juga sarana hiburan, pembelajaran, hingga media sosial. Kondisi ini membawa dua sisi mata uang bagi perkembangan anak (Wang, Hsieh, & Kung, 2023). Di satu sisi, penggunaan handphone memberikan peluang bagi anak-anak untuk memperoleh informasi secara cepat, melatih kemampuan berpikir kritis, serta memperluas wawasan melalui konten edukatif yang tersedia secara daring. Namun, di sisi lain, penggunaan yang tidak terkontrol dapat mengarah pada ketergantungan, penurunan produktivitas belajar, hingga gangguan psikologis seperti stres, kecemasan, dan penurunan kemampuan berinteraksi sosial secara langsung. Penelitian terbaru (Muppalla, Vuppapapati, Pulliahgaru, Sreenivasulu, & kumar Muppalla, 2023) menunjukkan bahwa anak-anak yang menggunakan gawai lebih dari tiga jam per hari memiliki kecenderungan 40% lebih tinggi mengalami gangguan fokus dan penurunan prestasi akademik dibandingkan dengan mereka yang menggunakan perangkat digital secara terbatas.

Di Indonesia, data dari Kementerian Komunikasi dan Informatika mengungkapkan bahwa 68% anak-anak usia sekolah dasar telah memiliki akses ke handphone, baik milik pribadi maupun orang tua. Angka ini meningkat signifikan dibandingkan lima tahun sebelumnya yang hanya berkisar 45%. Ironisnya, peningkatan akses tersebut tidak diimbangi dengan edukasi literasi digital yang memadai. Anak-anak sering kali menggunakan perangkat digital tanpa pendampingan, baik dari orang tua maupun guru. Hal ini berpotensi penting dalam membentuk literasi digital yang sehat. Menurut Hu and Wang (2022), pengawasan orang tua memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku penggunaan gawai anak. Orang tua yang aktif mendampingi anak dalam menggunakan handphone cenderung dapat mencegah terjadinya kecanduan dan membentuk kebiasaan digital yang bertanggung jawab. Namun,

dalam konteks menimbulkan berbagai penyimpangan perilaku digital, seperti kecanduan bermain gim daring, paparan konten kekerasan, dan perilaku konsumtif terhadap iklan digital. Penelitian yang dilakukan oleh Muppalla et al. (2023) menemukan bahwa minimnya pemahaman anak terhadap risiko penggunaan gawai menyebabkan mereka lebih mudah terdistraksi dan sulit mengendalikan durasi penggunaannya. Kondisi ini memperlihatkan perlunya intervensi edukatif yang lebih intensif dan terstruktur di lingkungan sekolah dasar.

Selain faktor perilaku anak, peran keluarga dan sekolah menjadi komponen masyarakat pedesaan seperti di Kabupaten OKU, banyak orang tua yang belum memahami risiko penggunaan handphone karena keterbatasan literasi digital dan waktu pengawasan. Akibatnya, pengawasan sering diserahkan sepenuhnya kepada pihak sekolah. Padahal, peran kolaboratif antara sekolah dan keluarga menjadi kunci keberhasilan pembentukan karakter digital anak. Sejalan dengan pandangan Wijayanti (2024), sinergi antara pendidik dan orang tua diperlukan untuk membangun ekosistem pendidikan digital yang beretika, aman, dan berorientasi pada kesejahteraan anak.

Kesenjangan pemahaman inilah yang menjadikan kegiatan edukasi langsung kepada siswa sangat relevan. Pemberian materi tentang bahaya penggunaan handphone tidak cukup dilakukan secara verbal melalui ceramah konvensional, melainkan perlu disampaikan melalui pendekatan yang menarik, interaktif, dan sesuai dengan dunia anak. Pendekatan berbasis aktivitas seperti permainan edukatif (*educational games*), kuis visual, dan simulasi dinilai lebih efektif dalam meningkatkan retensi pemahaman anak terhadap konsep yang diajarkan (Franciosi, Yagi, Tomoshige, & Ye, 2016). Melalui strategi ini, anak-anak tidak hanya mendengarkan informasi, tetapi juga mengalami dan mempraktikkan bentuk perilaku yang diharapkan. Pendekatan semacam ini sejalan dengan teori pembelajaran konstruktivistik Piaget yang menekankan pentingnya pengalaman langsung dalam membentuk pemahaman dan perilaku anak pada tahap perkembangan operasional konkret.

Selain aspek pendidikan, perlu pula dipahami bahwa isu penggunaan handphone berlebihan bukan hanya masalah perilaku, tetapi juga menyangkut kesehatan anak. Paparan radiasi elektromagnetik dari perangkat elektronik dalam jangka panjang dapat menimbulkan gangguan pada sistem penglihatan, otak, dan pola tidur (Jiang et al., 2021). Anak-anak yang terbiasa menggunakan handphone menjelang tidur cenderung mengalami penurunan kualitas istirahat, yang kemudian berdampak pada performa belajar di sekolah. Rahman (2018) bahkan menekankan bahwa durasi paparan layar lebih dari empat jam per hari berhubungan erat dengan meningkatnya risiko miopia (*rabun jauh*) pada anak usia sekolah. Dengan demikian, urgensi edukasi ini tidak hanya berkaitan dengan peningkatan literasi digital, tetapi juga sebagai upaya promotif dalam bidang kesehatan anak.

Fenomena global juga menunjukkan bahwa tantangan serupa dialami oleh banyak negara berkembang lainnya. Studi oleh Lee and Lee (2023) menemukan bahwa anak-anak di berbagai negara Asia Tenggara menghadapi peningkatan kasus kecemasan dan gangguan sosial akibat penggunaan gawai tanpa kontrol. Oleh karena itu, intervensi edukatif yang menanamkan nilai keseimbangan antara aktivitas digital dan aktivitas fisik menjadi strategi penting dalam membentuk pola hidup sehat di era digital. Sekolah dasar sebagai lembaga pendidikan formal memegang peran strategis dalam menanamkan nilai-nilai tersebut sejak dini. Melalui kegiatan penyuluhan dan simulasi, siswa tidak hanya diberi pemahaman mengenai bahaya, tetapi juga diarahkan untuk menerapkan perilaku positif seperti membatasi waktu bermain gawai, menjaga jarak pandang, serta mengutamakan interaksi sosial secara langsung.

Penelitian ini juga memiliki nilai praktis bagi pengembangan kurikulum pendidikan karakter berbasis teknologi. Dengan melibatkan siswa secara aktif melalui edukasi partisipatif, diharapkan terbentuk perubahan sikap dan kebiasaan digital yang lebih sehat. Selain itu, hasil kegiatan ini dapat menjadi acuan bagi pihak sekolah dan pemerintah daerah untuk merancang kebijakan internal terkait pembatasan penggunaan handphone di lingkungan sekolah. Program seperti “zona bebas gawai” selama jam belajar, atau penerapan kegiatan literasi digital berbasis permainan, dapat dijadikan langkah lanjutan yang bersifat preventif dan berkelanjutan.

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini tidak hanya bertujuan untuk memberikan penyuluhan tentang bahaya penggunaan handphone, tetapi juga menjadi sarana untuk menguji efektivitas pendekatan edukatif interaktif dalam meningkatkan pemahaman anak-anak usia sekolah dasar di wilayah pedesaan. Diharapkan melalui kegiatan ini, terbentuk kesadaran kolektif antara siswa, guru, dan orang tua untuk bersama-sama mengarahkan penggunaan teknologi secara bijak, aman, dan mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi nyata dalam upaya menciptakan generasi muda yang melek digital namun tetap berkarakter, sehat, dan bertanggung jawab terhadap penggunaan teknologi di era modern.

2. Tinjauan pustaka dan pengembangan hipotesis

Perkembangan teknologi informasi membawa dampak signifikan terhadap kehidupan manusia, termasuk anak-anak. Salah satu dampak yang cukup menonjol adalah penggunaan handphone secara berlebihan oleh anak-anak usia sekolah dasar. Menurut Franciosi et al. (2016), penggunaan gawai pada usia dini dapat memengaruhi perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak secara negatif. Penelitian oleh Hu and Wang (2022) menunjukkan bahwa 72% siswa sekolah dasar di wilayah perkotaan telah menggunakan handphone secara rutin setiap hari. Hal ini menimbulkan kekhawatiran terhadap potensi adiksi gawai yang dapat memengaruhi konsentrasi belajar. Adapun penelitian lainnya oleh Keikha, Qorbani, Tabaei, Djalalinia, and Kelishadi (2020) mengungkapkan bahwa anak-anak yang lebih dari 3 jam menggunakan gawai menunjukkan penurunan interaksi sosial dan peningkatan perilaku agresif. Beberapa penelitian lain juga menunjukkan bahwa paparan layar yang berlebihan dapat berdampak buruk pada kesehatan mata (Amin, Wihdatunnisa, Aisyah, & Kurniawan, 2024; Korres et al., 2024), pola tidur dan perkembangan bahasa (Amin, Hurry, Sumantri, & Fauzi, 2024; Reddy & Reddy, 2025).

Bahkan, Lee and Lee (2023) mencatat adanya keterkaitan antara penggunaan smartphone dan gangguan kecemasan dini pada anak usia 7–12 tahun. Namun, berdasarkan telaah dari beberapa penelitian tersebut, ditemukan bahwa sebagian besar studi lebih banyak berfokus pada dampak negatif dari penggunaan handphone. Sangat sedikit yang secara langsung membahas tentang intervensi atau strategi edukatif yang dilakukan langsung kepada anak-anak sekolah dasar melalui pendekatan edukatif di sekolah, terutama di wilayah non-perkotaan seperti Kabupaten OKU. Menurut Prakosha, Fashiha, and Kusumastuti (2024), edukasi literasi digital seringkali hanya ditujukan pada orang tua atau guru, tanpa melibatkan siswa secara langsung. Kesenjangan ini membuka peluang bagi penelitian untuk mengembangkan dan menerapkan program edukasi langsung kepada siswa sekolah dasar mengenai bahaya penggunaan handphone yang tidak terkontrol (Žmavc, Horvat, Židan, & Selak, 2025). Penelitian oleh Pratiwi et al. (2021) menyoroti pentingnya pendekatan edukatif berbasis aktivitas langsung dan partisipatif sebagai metode yang efektif dalam menanamkan pemahaman kepada anak-anak. Sayangnya, masih sedikit yang mengimplementasikannya secara terukur di lapangan. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan melakukan kegiatan **Edukasi bahaya handphone secara langsung kepada anak-anak SD Negeri 70 OKU**, serta menganalisis perubahan pemahaman mereka setelah edukasi dilakukan.

3. Metodologi penelitian

Program utama dari aktivitas pengabdian kepada masyarakat ini adalah menyampaikan edukasi tentang dampak negatif penggunaan handphone bagi anak-anak Sekolah Dasar Negeri 70 OKU yang terletak di Desa Rantau Kumpai. Sasaran dari kegiatan ini adalah siswa-siswi Sekolah Dasar tersebut. Kegiatan dimulai dengan observasi awal atau survei lapangan di lokasi yang menjadi daerah pengabdian, yaitu SDN 70 OKU, dengan tujuan untuk mengidentifikasi situasi serta persoalan yang dihadapi. Berdasarkan hasil pengamatan, diketahui bahwa anak-anak pada desa ini telah terbiasa memakai handphone. Namun, kebiasaan tersebut berdampak negatif, di mana banyak dari mereka menjadi kurang aktif, enggan belajar, serta lebih suka menghabiskan waktu bermain gadget. Padahal, di usia mereka seharusnya mereka lebih banyak berinteraksi dengan lingkungan kurang lebih melalui permainan fisik. Penggunaan handphone yang berlangsung dalam waktu lama menjadi alasan pentingnya penyuluhan terkait bahaya penggunaan handphone.

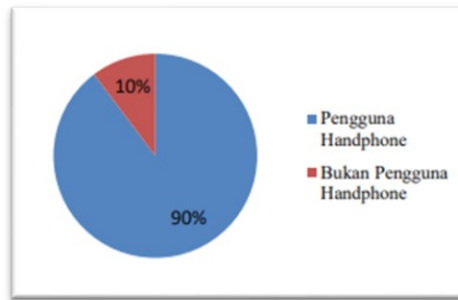
Tujuan dari program ini adalah untuk meningkatkan kesadaran siswa siswi SD Negeri 70 OKU mengenai penggunaan handphone secara bijak. Selain itu, aktivitas ini juga dimaksudkan buat memberi pemahaman tentang dampak negatif handphone terhadap kesehatan, sehingga siswa siswi dapat mulai membatasi penggunaan gadget tersebut secara mandiri (Otsuka, Kaneita, Itani, & Matsumoto, 2023). sebanyak 100 siswa dari kelas IV hingga kelas VI ikut serta dalam sesi edukasi ini. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan meliputi wawancara mengenai lama waktu penggunaan handphone, tujuan penggunaannya, serta jenis konten yang biasa diakses oleh anak-anak. setelah itu, dilakukan aktivitas penyuluhan di dalam kelas dengan memakai media presentasi PowerPoint. Materi yang disampaikan meliputi penggunaan handphone yang sesuai dan risiko paparan radiasi terhadap kesehatan. peserta didik juga diberikan pemahaman pentingnya menjaga pola hidup sehat pada usia dini. sebagai bentuk penilaian pemahaman, dilakukan permainan dan kuis berisi pertanyaan seputar materi yang telah disampaikan. peserta didik yang ingin menjawab diharuskan mengangkat tangan terlebih dahulu serta diberi kesempatan buat menjawab secara pribadi. Mereka yang bisa menjawab dengan sempurna akan mendapatkan hadiah sebagai bentuk apresiasi. Tahapan akhir dari kegiatan ini ditutup menggunakan diskusi bersama serta penarikan kesimpulan dari seluruh rangkaian materi edukasi yang telah disampaikan dalam program pengabdian ini.

Dalam pelaksanaan kegiatan, metode pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung, wawancara semi-terstruktur, dan pemberian kuesioner kepada peserta didik sebelum dan sesudah kegiatan edukasi (pre-test dan post-test). Kuesioner dirancang untuk mengukur tingkat pemahaman siswa terhadap dampak negatif penggunaan handphone serta perubahan perilaku dalam penggunaan sehari-hari. Instrumen penelitian berupa lembar observasi dan kuesioner tertutup dengan skala penilaian sederhana (1–5) yang disesuaikan dengan tingkat pemahaman anak sekolah dasar. Siswa yang mengikuti kegiatan dipilih menggunakan teknik total sampling, yaitu seluruh populasi siswa kelas IV hingga VI di SD Negeri 70 OKU sebanyak 100 orang, sehingga hasilnya dapat merepresentasikan kondisi faktual seluruh siswa pada jenjang tersebut.

Jenis kuis yang diberikan bersifat edukatif dan interaktif, meliputi pertanyaan berbentuk pilihan ganda, benar-salah, serta simulasi situasi sehari-hari terkait penggunaan handphone. Setiap jawaban benar diberi skor 1 dan jawaban salah diberi skor 0. Nilai akhir dihitung dari jumlah skor yang diperoleh dibandingkan dengan total pertanyaan. Indikator keberhasilan kegiatan ditetapkan berdasarkan peningkatan skor rata-rata pemahaman siswa minimal 30% antara pre-test dan post-test, serta partisipasi aktif dalam kegiatan diskusi dan permainan edukatif. Data yang diperoleh dari kuesioner dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk melihat peningkatan tingkat pengetahuan siswa, sedangkan data observasi dan wawancara dianalisis secara kualitatif guna menggambarkan respons dan keterlibatan siswa selama kegiatan berlangsung. Dengan pendekatan kombinasi ini, hasil kegiatan tidak hanya menggambarkan peningkatan kognitif siswa, tetapi juga perubahan sikap dan perilaku dalam penggunaan handphone secara bijak dan sehat.

4. Hasil dan pembahasan

Program utama dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberikan edukasi mengenai dampak negatif penggunaan handphone kepada anak-anak di SD Negeri 70 OKU. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan mulai tanggal 14 sampai 19 Juli 2025 secara bertahap yang berada di Desa Rantau Kumpai. Sebelum pelaksanaan program telah di survei ke lokasi sebagai langkah awal untuk mengetahui permasalahan yang ada di sekolah tersebut. berdasarkan hasil studi berikut jumlah penggunaan handphone oleh siswa Siswi di SDN 70 :



Gambar 1. Distribusi Penggunaan Handphone

Berdasarkan gambar 1. dapat diketahui bahwa bahwa sejumlah 90 anak atau 90% anak-anak menggunakan handphone dan hanya 10 anak atau 10% yang tidak menggunakan handphone. Dari hasil observasi, diketahui bahwa anak-anak di desa ini sudah akrab dengan penggunaan handphone. Sayangnya, hal ini menyebabkan mereka menjadi kurang aktif dalam kegiatan belajar dan lebih banyak menghabiskan waktu bermain dengan gawai. Seharusnya, anak-anak seusia mereka lebih banyak berinteraksi dengan lingkungan dan bermain secara fisik, namun kenyataannya mereka menghabiskan waktu yang cukup lama dengan handphone. Oleh karena itu, penyuluhan dan edukasi sangat diperlukan untuk menanamkan pemahaman tentang penggunaan handphone secara bijak. Penggunaan handphone rata-rata dilakukan saat sepulang sekolah yaitu mulai pukul 12.30 sampai pukul 15.00 WIB dan malam pada pukul 19.00 – 21.00 WIB. Dan pada hari libur siswa siswi menggunakan hanpone dengan jangka waktu lebih lama dengan durasi 8-9 jam. Durasi waktu yang lama serta jarak pandang mata akan mempengaruhi kesehatan mata. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk menanamkan pengetahuan kepada siswa SDN 70 OKU agar mereka memahami cara penggunaan handphone yang tepat serta menyadari potensi risiko terhadap kesehatan, khususnya dalam penggunaan yang berlebihan. Sebanyak 100 siswa dari kelas IV hingga VI ikut serta dalam program edukatif ini. Materi edukasi tidak hanya bahaya handpone bagi kesehatan tetapi juga penggunaan handphone yang benar. siswa siswi diberikan kesempatan bertanya terhadap materi yang tidak dipahami. berdasarkan hasil pengabdian dapat diketahui bahwa siswa siswi sebagian besar memahami terkait materi edukasi.



Gambar 2. Penyampaian materi pada anak-anak SDN 70 Oku



Gambar 3. Sesi tanya jawab setelah materi



Gambar 4. Pemberian Hadiah Kepada Pemenang Game Edukasi.

Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan sesi Game dan kuis yang bertujuan untuk mengukur sejauh mana siswa memahami materi yang telah disampaikan. Dalam permainan ini, siswa diberikan pertanyaan terkait materi, dan mereka yang dapat menjawab dengan benar akan diberi hadiah sebagai bentuk apresiasi. Kegiatan diakhiri dengan sesi diskusi bersama siswa dan penarikan kesimpulan dari rangkaian edukasi yang telah diberikan.

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang dilakukan, diperoleh data bahwa sebelum edukasi diberikan, hanya sekitar 35% siswa yang memiliki pemahaman cukup baik tentang bahaya penggunaan handphone secara berlebihan. Setelah pelaksanaan kegiatan edukasi, terjadi peningkatan signifikan di mana 80% siswa menunjukkan peningkatan skor pemahaman dengan rata-rata kenaikan 45% dibandingkan kondisi awal. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan edukatif berbasis interaktif dan visual efektif dalam meningkatkan kesadaran anak terhadap dampak negatif penggunaan handphone. Temuan ini sejalan dengan penelitian Indriyani dan Susanti (2022) yang menyebutkan bahwa pendekatan berbasis aktivitas partisipatif mampu meningkatkan retensi pengetahuan anak sekolah dasar hingga lebih dari 40%.

Kuis yang digunakan sebagai alat evaluasi terdiri dari 10 pertanyaan pilihan ganda dan 3 pertanyaan benar-salah terkait topik bahaya radiasi, durasi penggunaan ideal, serta etika penggunaan handphone di lingkungan sekolah dan rumah. Penilaian dilakukan dengan memberikan skor 1 untuk jawaban benar dan 0 untuk jawaban salah. Siswa dinyatakan berhasil apabila memperoleh nilai minimal 70 dari total skor 100, yang menjadi indikator keberhasilan edukasi. Selain itu, aspek partisipasi aktif selama sesi tanya jawab dan permainan edukatif juga menjadi pertimbangan dalam menilai keberhasilan kognitif dan afektif siswa.

Analisis data dilakukan menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif, dengan menghitung persentase peningkatan pemahaman dan rata-rata skor per indikator. Hasil observasi menunjukkan bahwa setelah edukasi, 73% siswa mulai membatasi waktu bermain handphone tidak lebih dari 3 jam per hari, dan 68% siswa mengaku lebih sering berinteraksi dengan teman sebaya di luar jam sekolah. Temuan ini mendukung hasil penelitian Sarasmita, Lee, Chan, and Chen (2024) yang menegaskan bahwa edukasi digital berbasis simulasi mampu mendorong perubahan perilaku penggunaan gawai pada anak-anak usia sekolah dasar secara nyata. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya memberikan dampak pada peningkatan pengetahuan, tetapi juga menghasilkan perubahan perilaku positif dalam penggunaan teknologi digital secara bijak dan proporsional.

5. Kesimpulan

5.1 Kesimpulan

Program edukasi tentang bahaya penggunaan handphone secara berlebihan yang dilaksanakan di SD Negeri 70 OKU berhasil meningkatkan pemahaman siswa siswi mengenai dampak negatif penggunaan handphone. kegiatan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa siswi sebelumnya menggunakan handphone dengan durasi dan cara yang kurang tepat, seperti terlalu dekat ke mata, terlalu lama, dan untuk aktivitas hiburan tanpa pengawasan. setelah diberikan edukasi melalui ceramah, media visual, dan simulasi, sebanyak 80% siswa siswi mengalami peningkatan pemahaman terhadap risiko penggunaan handphone, termasuk dampaknya terhadap kesehatan mata, konsentrasi belajar, dan

interaksi sosial. Selain itu, kegiatan ini mendapat respons positif dari pihak sekolah dan orang tua yang turut mendukung pembentukan kebiasaan digital sehat bagi anak-anak. Hal ini menunjukkan pentingnya kerja sama antara sekolah, orang tua, dan lingkungan dalam mengawasi dan mendampingi anak dalam penggunaan teknologi. Oleh karena itu, edukasi ini sebagai langkah preventif penting dalam membentuk kesadaran sejak dini di anak-anak agar memakai handphone secara bijak dan sehat, serta untuk melindungi proses tumbuh kembang mereka dari dampak negatif teknologi digital.

Kegiatan edukasi ini dilaksanakan selama lima hari (14–19 Juli 2025) secara bertahap dengan melibatkan seluruh siswa kelas IV–VI SD Negeri 70 OKU. Edukasi dilakukan menggunakan pendekatan interaktif melalui ceramah, media visual, simulasi, dan permainan edukatif. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman siswa hingga 80%, menandakan efektivitas metode ini dalam membangun kesadaran digital sejak dini. Ke depan, diperlukan program lanjutan dan keterlibatan aktif orang tua serta sekolah untuk menumbuhkan kebiasaan digital sehat secara berkelanjutan di kalangan anak-anak.

5.2 Saran

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, ruang lingkup edukasi yang dilakukan masih terbatas di satu lokasi, yaitu SD Negeri 70 OKU, sebagai akibatnya hasil temuan tidak bisa digeneralisasikan secara luas ke seluruh wilayah atau sekolah lain dengan kondisi yang berbeda. Kedua, metode penilaian dampak edukasi yang dilakukan belum memakai pendekatan kuantitatif yang komprehensif, sehingga pengukuran perubahan perilaku atau pemahaman peserta didik masih bersifat deskriptif dan kualitatif. Selain itu, keterlibatan orang tua pada kegiatan edukasi ini belum menjadi fokus utama, padahal peran mereka sangat penting dalam mengawasi penggunaan handphone di rumah. Untuk studi lanjutan, disarankan supaya penelitian berikutnya memperluas cakupan lokasi ke beberapa sekolah menggunakan latar belakang sosial yang tidak sama guna memperoleh gambaran yang lebih representatif. Penelitian juga sebaiknya memakai instrumen penilaian yang lebih terstruktur, seperti pre-test dan post-test, untuk mengukur efektivitas edukasi secara lebih objektif. Selain itu, studi mendatang bisa melibatkan orang tua pada program edukasi supaya pendekatan yang dilakukan bersifat keseluruhan, meliputi lingkungan sekolah serta keluarga pada upaya meminimalkan dampak negatif penggunaan handphone di anak-anak.

Ucapan terima kasih

Terima kasih kepada kepala desa dan seluruh jajaran serta guru SDN 70 Oku Desa Rantau Kumpai Kecamatan Sosoh Buayrayap Kabupaten Oku yang telah mendukung dalam kegiatan pengabdian masyarakat dari Universitas Baturaja ini, juga terima kasih atas bantuan dan dukungan teman-teman KKN yang ikut menjalankan kegiatan ini.

Referensi

- Amin, S., Heryanto, P., Athaya, R., & Fitri, N. A. (2025). Perkembangan Terkini dalam Desain Obat Berbasis Kimia Medisinal. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 5(1), 41-48. doi:<https://doi.org/10.35912/jimi.v5i1.4558>
- Amin, S., Hurry, Z. A. Z., Sumantri, T. A., & Fauzi, R. A. (2024). Studi Komputasional Senyawa Flavonoid Tanaman Obat sebagai Kandidat Agen Antidiabetik. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 4(1), 21-40. doi:<https://doi.org/10.35912/jimi.v4i1.4553>
- Amin, S., Pujiyani, D., Rusiyana, N. P., & Azzahra, S. M. (2025). Evaluasi Potensi Antikanker Senyawa Daun Kelor melalui Kimia Medisinal. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 5(1), 23-30. doi:<https://doi.org/10.35912/jimi.v5i1.4544>
- Amin, S., Wihdatunnisa, I., Aisyah, R., & Kurniawan, Y. S. (2024). Potensi Senyawa Kuersetin sebagai Antikanker Payudara melalui Pendekatan Molecular Docking. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 4(1), 41-51. doi:<https://doi.org/10.35912/jimi.v4i1.4565>
- Domoff, S., Harrison, K., Gearhardt, A., Gentile, D., Lumeng, J., & Miller, A. (2017). Development and Validation of the Problematic Media Use Measure: A Parent Report Measure of Screen Media “Addiction” in Children. *Psychology of Popular Media Culture*, 8, 2-11. doi:<https://doi.org/10.1037/ppm0000163>

- Ervina, L., Berawi, K., Busman, H., Irawan, B., Azizah, N., & Yolanda, J. E. (2025). Laboratory and Clinical Manifestation Correlation of Neonatal Sepsis in Abdul Moeloek Hospital. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*, 4(2), 145-115. doi:<https://doi.org/10.35912/jimi.v4i2.4250>
- Franciosi, S. J., Yagi, J., Tomoshige, Y., & Ye, S. (2016). The effect of a simple simulation game on long-term vocabulary retention. *Calico Journal*, 33(3), 355-379. doi:<https://doi.org/10.1558/cj.v33i2.26063>
- Hu, Y.-t., & Wang, Q. (2022). Self-control, parental monitoring, and adolescent problematic mobile phone use: testing the interactive effect and its gender differences. *Frontiers in Psychology*, 13, 846618. doi:<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.846618>
- Jiang, L., Zhao, W., Huang, J., Fan, Y., & Hao, J. (2021). Effects of interactions in natural gas/water/rock system on hydrocarbon migration and accumulation. *Scientific reports*, 11(1), 22070. doi:<https://doi.org/10.1038/s41598-021-01653-0>
- Keikha, M., Qorbani, M., Tabae, M. S. K., Djalalinia, S., & Kelishadi, R. (2020). Screen time activities and aggressive behaviors among children and adolescents: A systematic review. *International journal of preventive medicine*, 11(1), 59. doi:https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_71_20
- Korres, G., Kourklidou, M., Sideris, G., Bastaki, D., Demagkou, A., Riga, M., . . . Korres, G. (2024). Unsupervised Screen Exposure and Poor Language Development: A Scoping Review to Assess Current Evidence and Suggest Priorities for Research. *Cureus*, 16(3). doi:<https://doi.org/10.7759/cureus.56483>
- Lee, M.-S., & Lee, H. (2023). Problematic smartphone use and its relationship with anxiety and suicidal ideation among South Korean adolescents. *Psychiatry investigation*, 20(9), 843. doi:<https://doi.org/10.30773/pi.2023.0051>
- Mendoza, J. S., Pody, B. C., Lee, S., Kim, M., & McDonough, I. M. (2018). The effect of cellphones on attention and learning: The influences of time, distraction, and nomophobia. *Computers in Human Behavior*, 86, 52-60. doi:<https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.04.027>
- Muppalla, S. K., Vuppapapati, S., Pulliahgaru, A. R., Sreenivasulu, H., & kumar Muppalla, S. (2023). Effects of excessive screen time on child development: an updated review and strategies for management. *Cureus*, 15(6). doi:<https://doi.org/10.7759/cureus.40608>
- Otsuka, Y., Kaneita, Y., Itani, O., & Matsumoto, Y. (2023). A school-based program for problematic internet use for adolescents in Japan. *Children*, 10(11), 1754. doi:<https://doi.org/10.3390/children10111754>
- Physical, Psychological and Social Effects of Mobile Phone Use in Children: A Prospective Cohort Study. (2023). *Journal of Biomedical Research & Environmental Sciences*, 4, 1207-1232. doi:<https://doi.org/10.37871/jbres1788>
- Prakosha, D., Fashiha, A. A., & Kusumastuti, S. D. (2024). Bahaya Penggunaan Gadget Berlebihan Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(1), 211-217.
- Putri Sitanggang, R., & Pratiwi, I. (2025). Ecoprint Sekolah Bersih: Penguatan Karakter Siswa Sanggar Belajar Muhammadiyah Keping, Malaysia. *Jurnal Pemberdayaan Umat*, 4(1), 25-36. doi:<https://doi.org/10.35912/jpu.v4i1.4685>
- Rachmaniyah, F., Kusmayasari, D., Khamila, N., Astuti, S. L. D., Prameswana, H., & Indriani, A. D. (2025). Analisis Minat Masyarakat terhadap Layanan Fintech Syariah: Studi Pengabdian Bersama BSI Gresik. *Jurnal Pemberdayaan Umat*, 4(1), 13-24. doi:<https://doi.org/10.35912/jpu.v4i1.4643>
- Reddy, R., & Reddy, S. (2025). Impact of screen time on language development and sleep patterns in children: An observational cohort study. *Asian Journal of Medical Sciences*, 16, 97-101. doi:<https://doi.org/10.71152/ajms.v16i3.4412>
- Sarasmita, M. A., Lee, Y.-H., Chan, F.-Y., & Chen, H.-Y. (2024). Digital serious games to promote behavior change in children with chronic diseases: scoping review and development of a self-management learning framework. *Journal of Medical Internet Research*, 26, e49692. doi:<https://doi.org/10.2196/49692>
- Shah, S. A., & Phadke, V. D. (2023). Mobile phone use by young children and parent's views on children's mobile phone usage. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 12(12), 3351-3355. doi:https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe_703_23

- Wang, J. C., Hsieh, C.-Y., & Kung, S.-H. (2023). The impact of smartphone use on learning effectiveness: A case study of primary school students. *Education and Information Technologies*, 28(6), 6287-6320. doi:<https://doi.org/10.1007/s10639-022-11430-9>
- Wijayanti, I. (2024). *Peran Orang Tua dalam Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini di Desa Sadar Sriwijaya Kecamatan Bandar Sribhawono*. IAIN Metro. Retrieved from <https://repository.metrouniv.ac.id/id/eprint/10751>
- Žmavc, M., Horvat, J., Židan, M., & Selak, Š. (2025). The effectiveness of school-based interventions to reduce problematic digital technology use and screen time: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*, 14(2), 571-589. doi:<https://doi.org/10.1556/2006.2025.00043>