

## Literasi Digital dan Kesadaran Dampak Penggunaan HP Berlebihan Di SD 027 Labuang

Kasmawati<sup>1</sup>, Hamsah<sup>2</sup>

Program studi Agribisnis, Institut Teknologi Dan Bisnis Muhammadiyah Polewali Mandar  
Program Studi Agribisnis, Institut Teknologi Dan Bisnis Muhammadiyah Polewali Mandar<sup>2</sup>  
kasma.agr21@itbmpolman.ac.id<sup>1</sup>, hamsah@itbmpolman.ac.id<sup>2</sup>

### Abstrak

Peningkatan penggunaan perangkat teknologi, terutama handphone (HP), di kalangan anak-anak semakin marak seiring dengan perkembangan teknologi informasi dan komunikasi. Hal ini menyebabkan meningkatnya tantangan bagi dunia pendidikan, terutama dalam menyeimbangkan manfaat teknologi dengan potensi dampak negatifnya. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan literasi digital dan kesadaran akan dampak penggunaan HP berlebihan pada anak SD 027 Labuang. Oleh karena itu mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Tematik ITBM Polman melaksanakan program tentang Literasi digital agar siswa dapat memanfaatkan teknologi dengan bijak, sedangkan kesadaran mengenai dampak penggunaan HP berlebihan bertujuan untuk meminimalkan efek negatif, seperti gangguan kesehatan fisik dan mental. Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan menggunakan teknik observasi, wawancara, dan survei. Untuk mengumpulkan data terkait kebiasaan penggunaan HP oleh siswa dan pemahaman mereka tentang dampak yang ditimbulkan. Selain itu, menampilkan materi mengenai edukasi dampak internet dan HP dan video edukasi tentang cara menggunakan teknologi dengan bijak dan seimbang. Dan yang kami harapkan Hasil dari edukasi ini siswa dapat menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa mengenai pentingnya penggunaan teknologi secara bijak dan seimbang. Siswa mulai menunjukkan perubahan positif dalam kebiasaan menggunakan HP, serta lebih sadar akan potensi dampak negatif yang dapat ditimbulkan, seperti gangguan tidur, kurangnya interaksi sosial, dan penurunan konsentrasi dalam belajar. Selain itu diharapkan, orang tua dan guru juga lebih aktif memberikan pengawasan terhadap penggunaan HP di luar jam belajar. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa peningkatan literasi digital dan kesadaran akan dampak penggunaan HP berlebihan sangat penting untuk diterapkan sejak dini di lingkungan sekolah. Pendidikan tentang teknologi yang bijak dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi perkembangan siswa dalam menghadapi era digital yang semakin berkembang pesat.

Kata kunci: Literasi Digital, Penggunaan HP Berlebihan, SD 027 Labuang

**Korespondensi Email** : kasma.agr21@itbmpolman.ac.id

**Diterima Redaksi** : 21-01-2025 | **Selesai Revisi** : 27-01-2025 | **Diterbitkan Online** : 31-01-2025

### 1. Pendahuluan

Saat ini, kemajuan teknologi tidak bisa lagi dipisahkan dari kehidupan masyarakat. Kemajuan teknologi telah memungkinkan kita memperoleh informasi langsung tentang berbagai peristiwa yang terjadi di seluruh dunia. Manusia dituntut memiliki kemampuan beradaptasi terhadap teknologi secara tidak langsung. Teknologi informasi dan komunikasi membuat proses dan aktivitas lebih cepat, lebih mudah, dan lebih efisien. Oleh karena itu, penting untuk mengajarkan semua orang cara menggunakan teknologi komunikasi.

Kompetensi digital adalah jenis kemampuan yang terdiri dari kemajuan dalam berbagai jenis kemampuan yang muncul seiring perkembangan dan kemajuan teknologi. Menurut (Safitri et al., 2020), literasi digital adalah kemampuan untuk memahami konten digital. Ketika berbicara soal literasi, kebanyakan orang memahaminya hanya sebagai kemampuan membaca dan menulis. Pada tahap awal pengembangan literasi, literasi adalah kemampuan untuk membaca, menulis, mendengarkan, berbicara, melihat, mengekspresikan, dan merefleksikan ide secara kritis menggunakan bahasa dan video dalam berbagai format. Literasi sedang ditafsirkan. Seiring dengan kemajuan kita, kita melihat bahwa literasi terkait dengan konteks dan aplikasi sosial.

Perkembangan teknologi informasi telah memberikan dampak besar bagi umat manusia. Teknologi informasi membuat banyak aspek kehidupan menjadi lebih mudah, termasuk pekerjaan, komunikasi, dan pekerjaan sekolah. Oleh karena itu, pemanfaatan teknologi informasi sudah menjadi bagian yang tidak



terpisah dalam kehidupan manusia. Ada banyak sekali jenis teknologi di dunia modern. Salah satu contoh teknologi yang sedang digemari oleh masyarakat luas adalah gadget (Wulandari et al., 2021).

Kami melakukan edukasi literasi digital dan dampak penggunaan HP secara berlebihan di SD 027 Labuang untuk meningkatkan kesadaran dalam menggunakan media informasi dan komunikasi, yang mendapatkan respon baik dari para guru serta antusiasme dari siswa-siswi. Kecanduan ponsel mengacu pada ketidakmampuan untuk mengendalikan penggunaan ponsel meskipun pengguna menyadari efek negatif ponsel. Ketidakmampuan untuk mengendalikan tingkat penggunaan telepon seluler, meskipun faktanya tidak hanya membawa kesenangan dan menghilangkan rasa sakit dan stres, tetapi juga memiliki efek negatif yang signifikan terhadap perkembangan ekonomi, fisik, psikologis dan sosial. Hal ini juga mengarah pada kecanduan ponsel dapat memengaruhi siapa saja, termasuk orang dewasa dan anak-anak, yang merupakan kelompok rentan. Sementara orang dewasa biasanya menyadari efek negatif dari ketergantungan berlebihan terhadap gadget, anak-anak yang belum dibekali kemampuan berpikir matang tidak menyadarinya. Penelitian telah menunjukkan bahwa anak-anak yang menggunakan gadget lebih mungkin mengalami masalah perilaku seperti mudah tersinggung, mengamuk, gangguan mental, dan gerakan lambat, dan masalah-masalah ini memburuk ketika anak-anak mulai menggunakan ponsel di usia dini. Saya menemukan bahwa.

Perkembangan teknologi adalah sebuah keniscayaan. Pesatnya perkembangan teknologi dan informasi menciptakan peradaban baru yang disebut “era digital”. Teknologi digital dikatakan sudah menjadi bagian dari kehidupan manusia. Secara teoritis, fokus era digital adalah melibatkan manusia dengan penggunaan perangkat digital. Setiap standar kerja yang lazim berlaku pada pekerjaan mesin disesuaikan dengan kelebihan dan kelemahan manusia (Kusuma et al.). Secara empiris, hadirnya era digital mempengaruhi aspek kehidupan manusia dalam penggunaan perangkat digital, yakni; sosial, budaya, politik, ekonomi, pendidikan, agama. Hal ini memudahkan individu melakukan aktivitas dan dapat dengan mudah memenuhi kebutuhan manusia dalam aspek tersebut. Kusuma berpendapat bahwa perkembangan teknologi bersifat netral dengan harapan dapat membantu masyarakat melakukan aktivitasnya secara efektif (Kusuma et al.). Maka dari itu, era digital merupakan pedang bermata dua, bisa berkembang ke arah positif, bisa juga berkembang ke arah negatif. (Handaru et al.)

Berdasarkan dari penjelasan di atas, salah satu aspek sosial yang terkena dampaknya adalah komunikasi anak dan orang tua dalam keluarga. Hal ini disebabkan oleh cara berpikir yang dipengaruhi bahwa informasi yang mudah dan cepat diperoleh melalui teknologi digital (Amrillah et al. “Peran Orang Tua Di Era Digital”). Dengan hadirnya era digital melahirkan budaya komunikasi digital. Dengan kata lain, komunikasi keluarga kehilangan nilai emosional dan keterlibatan fisik dengan beralih kepada komunikasi digital. Hal tersebut disebabkan oleh berbagai faktor, mulai dari kurangnya waktu orang tua di rumah karena kesibukan kerja, anak yang lebih banyak menghabiskan waktu di sekolah, lebih memilih mengurung diri saat berada di rumah dengan perangkat digital, dan sibuk sendiri dengan perangkat digital meski berkumpul di ruang tamu atau di meja makan. Dalam konteks ini, masing-masing terasa mengabaikan anggota keluarga lainnya dan tenggelam dalam urusannya sendiri. Padahal, tempat pertama tumbuh kembang anak adalah keluarga (Najah et al.)

Pendekatan yang digunakan dalam program ini melibatkan kolaborasi aktif antara mahasiswa dan guru, dalam hal ini kami Kami Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Tematik dari ITBM Polman yang melibatkan para siswa-siswi dan para tenaga pendidik di SD 027 Labuang dapat memberi harapan penuh dengan adanya kegiatan ini dapat meningkatkan kesadaran terhadap dampak dari penggunaan internet dan HP di era digital ini.

## 2. Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan program kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Laliko Kecamatan Campalagian, kabupaten Polewali Mandar. Pelaksanaan program kegiatan ini selama 40 Hari yaitu dimulai dari tanggal 05 November – 13 Desember 2024. Berikut tahap pelaksanaan kegiatan.

Metode pelaksanaan program kerja ini dapat dirincikan sebagai berikut :

### 1. Pelaporan diri serta Observasi

Pelaporan diri sekaligus observasi dilakukan pada tanggal 21 November 2024 di SD 027 Labuang. Observasi dilakukan dengan wawancara langsung dengan para guru dan observasi juga dilakukan dengan interaksi langsung antara siswa terkait penggunaan HP di luar jam sekolah.



Gambar 1. Observasi pada tanggal 21 November 2024

## 2. persiapan kegiatan

1. Pembuatan materi dan video tentang literasi digital dan dampak penggunaan HP
2. persiapan doorprize untuk siswa-siswi SD 027 labuang yang berhasil menjawab pertanyaan



Gambar 2. Persiapan Kegiatan pada tanggal 22 November 2024

## 3. Hasil dan Pembahasan

Pada hakikatnya, peran sekolah adalah mempersiapkan siswa untuk memecahkan masalah kehidupan sehari-hari. Melihat situasi saat ini, yakni era digital yang berkembang pesat, kehadiran teknologi tentu saja membawa dampak positif dan negatif. Dampak positif teknologi adalah proses pembelajaran tidak perlu lagi dilakukan di ruang kelas. Selanjutnya, penyediaan materi oleh guru kini tidak lagi dilakukan di atas kertas melainkan dalam format digital seperti aplikasi Google Forms, pesan WhatsApp, dan paperless office (Manik, 2022). Mengingat perubahan ini, aman untuk mengatakan bahwa teknologi memiliki dampak besar pada dunia pendidikan. Dalam konteks ini, Hoyles dan Lagrange mencatat bahwa meskipun efektivitas, efisiensi, dan daya tarik teknologi digital telah menjadikannya bagian yang tidak terpisahkan dari dunia pendidikan, efek negatif dari kehadirannya menimbulkan ancaman dan menjadi perhatian bagi orang tua. Ia menekankan bahwa Hal ini menyebabkan ketakutan di antara kejahatan dunia maya berkembang pesat di Indonesia, dan korbannya tidak hanya orang tua tetapi juga anak-anak dan pelajar (Manik, 2022).

Individu yang ketergantungan terhadap gadget dan mengalami rasa iri seringkali menunjukkan perilaku intensitas penggunaan yang tinggi (Fitriana et al., 2021). Misalnya, Anda mungkin menggunakan perangkat lebih dari lima kali sehari, sehingga mengakibatkan waktu penggunaan yang sangat lama. Saat kita tidak memiliki perangkat apa pun, kita kerap merasa bingung, cemas, dan sendirian, seakan-akan ada sesuatu yang sangat penting yang hilang. Kecanduan ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari seperti bekerja, belajar, dan interaksi sosial. Selain itu, orang mungkin mengalami gangguan tidur dan kesehatan fisik yang buruk karena penggunaan perangkat elektronik yang berlebihan (Sumiyarini & Yuliyani, 2022). Ketergantungan berlebihan pada perangkat juga dapat meningkatkan perasaan cemas dan depresi. Hal ini dapat menyebabkan terganggunya kehidupan sosial dan emosional serta berkurangnya kualitas hidup secara keseluruhan (Wibowo et al., 2023).

Fenomena orang tua yang memberikan media digital kepada anak-anaknya tersebar luas. Media digital yang paling banyak digunakan adalah telepon seluler, diikuti oleh laptop. Ponsel adalah media yang paling populer dan harganya berkisar dari yang murah hingga yang sangat mahal. Keluarga, khususnya, dapat membuat pilihan sesuai dengan kemungkinan dan kebutuhan ekonomi mereka sendiri.

Sebelum pelaksanaan edukasi literasi digital serta dampak penggunaan HP secara berlebihan, sebagian besar siswa tidak sepenuhnya memahami konsep literasi digital atau cara menggunakan HP dengan bijak. Banyak di antara mereka hanya mengandalkan HP untuk hiburan atau komunikasi tanpa mempertimbangkan potensi dampak negatifnya, baik dari segi kesehatan maupun sosial. Oleh karena itu kami memberi edukasi mengenai dampak sebagai berikut:

- a. **Pengenalan Aplikasi dan Konten Positif:** Siswa menjadi lebih selektif dalam memilih aplikasi dan konten yang mereka akses. Sebelumnya, banyak siswa yang menghabiskan waktu berjam-jam di game atau media sosial. Setelah diberikan edukasi mengenai pentingnya menggunakan teknologi untuk tujuan yang lebih produktif, seperti mencari informasi pendidikan atau mengikuti kursus online, mereka mulai mengurangi penggunaan aplikasi yang tidak edukatif.
- b. **Pengaturan Waktu Penggunaan HP:** Siswa lebih sadar untuk membatasi waktu penggunaan HP. Mereka mulai mengikuti aturan waktu yang lebih terstruktur, misalnya hanya menggunakan HP pada waktu tertentu setelah jam pelajaran selesai, dan tidak menggunakannya pada saat jam belajar atau istirahat.



Gambar 3. Pemaparan Materi pada tanggal 23 November 2024

- c. Kesadaran tentang Dampak Negatif Penggunaan HP Berlebihan, Sebelum adanya program literasi digital, banyak siswa yang tidak menyadari dampak negatif dari penggunaan HP secara berlebihan. beberapa harus menyadari adanya dampak negatif berikut:
  - Gangguan Kesehatan Fisik dan Mental: Banyak siswa yang mengeluhkan masalah seperti gangguan tidur (insomnia), sakit kepala, dan mata lelah akibat terlalu lama menatap layar HP. akibat ketergantungan pada media sosial.
  - Penurunan Fokus Belajar: Sebagian besar siswa mengakui bahwa penggunaan HP yang berlebihan mengganggu konsentrasi mereka saat belajar di kelas. Mereka merasa lebih mudah teralih oleh notifikasi atau aplikasi, yang mengakibatkan penurunan kualitas belajar.

- Pemberian video edukasi mengenai dampak negatif penggunaan HP secara berlebihan yang dapat menyebabkan menurunnya konsentrasi dalam belajar hingga dapat mempengaruhi mutu belajar siswa.



Gambar 4. Video Edukasi pada tanggal 23 November 2024

d. Diskusi dan kuis

Setelah selesainya pemaparan dan penampilan video edukasi kami mengajak siswa-siswi SD 027 Labuang untuk berdiskusi bersama mengenai dampak positif dan negatif. Apa saja yang dapat mereka tanggap mengenai literasi digital dan dampak penggunaan HP secara berlebihan. Tujuan dari diskusi ini adalah untuk mengajak siswa memahami lebih dalam mengenai dampak penggunaan HP yang berlebihan dan bagaimana cara menggunakan teknologi dengan bijak, serta pentingnya literasi digital dalam kehidupan sehari-hari mereka. Diskusi ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran mereka akan dampak positif dan negatif dari teknologi, serta memberikan wawasan tentang cara-cara untuk memanfaatkan teknologi secara efektif, disertai dengan tanya jawab atau kuis mengenai materi yang kami bawa.

Orang tua hendaknya membimbing dan mengawasi anak-anaknya dalam menggunakan perangkat tersebut. Orang tua harus membatasi waktu yang dihabiskan anak-anaknya untuk bermain gadget. Ajari anak Anda hal-hal baik yang dapat mereka lakukan dengan gadget. Selain itu, sangat tidak dianjurkan bagi anak di bawah umur untuk menyerahkan perangkat pribadinya, dan orang tua berhak bersikap tegas ketika anak di bawah umur mencoba menyerahkan perangkat pribadinya. Hal ini dapat menyebabkan anak menjadi tergantung pada perangkat permainan dan memengaruhi kemampuan belajar serta kemalasan mereka dalam melakukan aktivitas lain. Salah satu contohnya adalah kemalasan dalam berdoa. Kami berharap bahwa dengan menerapkan saran-saran ini, penggunaan perangkat di sekolah dasar akan menjadi alat yang efektif untuk pembelajaran dan pengembangan siswa sambil meminimalkan dampak dan potensi konsekuensi negatif. (Kurnia et.al.)

#### 4. Kesimpulan

Dengan terlaksanannya kegiatan kami mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Tematik ITBM Polman berharap penuh kebiatan ini dapat bermanfaat bagi siswa-siswi siswa SD 027 Labuang. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah bahwa peningkatan literasi digital dan kesadaran akan dampak penggunaan HP berlebihan sangat penting untuk diterapkan sejak dini di lingkungan sekolah. Pendidikan tentang teknologi yang bijak dapat memberikan manfaat jangka panjang bagi perkembangan siswa dalam menghadapi era digital yang semakin berkembang pesat. Serta diharapkan dapat terus berkembang menjadi generasi yang cerdas dan bijak dalam memanfaatkan teknologi digital untuk kemajuan pribadi dan akademik mereka. Pada saat yang sama, hal ini menghindari konsekuensi negatif yang mungkin timbul akibat penggunaan teknologi yang tidak terkendali.

#### 5. Daftar Rujukan

- [1] Handaru, B. I. W., & Saputra, S. (2024). Tumbuh Kembang Anak di Era Digital dengan Pendekatan Komunikasi Interpersonal Orang Tua. *NOURA: Jurnal Kajian Gender dan Anak*, 8(1), 1-16.
- [2] Najah, Miftahun, et al. "Perilaku Phone Snubbing (Phubbing) Pada Generasi X, Y, Dan Z." *Intuisi Jurnal Psikologi Ilmiah*, vol. 14, no. 2, Feb. 2023, pp. 25–38, <https://doi.org/10.15294/intuisi.v14i2.38883>
- [3] Manik., J. (2022). Peran guru dalam menjaga e-safety peserta didik di era teknologi digital di Indonesia. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(4).
- [4] Wulandari, S., Reski, S. M., Nasution, Y. A., & Lubis, A. (2021). PENGARUH GADGET TERHADAP PERKEMBANGAN SISWA SEKOLAH DASAR. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(2).<https://doi.org/10.24176/jpp.v4i2.6939>
- [5] Wibowo, D. H., Satyo Yuwono, E., & Kurniawan, Z. I. (2023). Gadget RAMA (Ramah Anak): Optimalisasi Penggunaan dan Upaya Mencegah Kecanduan Gadget di Panti Pelayanan Sosial Salatiga. *Magistrorum et Scholarium: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 48–57. <https://doi.org/10.24246/jms.v4i12023p48-57>
- [6] Kurnia, Agus, Shendy Arya Kusuma, and Natasya Dyahayu Lestari. "Penumbuhan Motivasi Belajar Serta Pengenalan Dampak Gadget pada Anak Sekolah Dasar." *PaKMas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4.1 (2024): 198-208.
- [7] Rustiana, Sindi. "MEMAHAMI EFEK PENGGUNAAN GADGET TERHADAP PEMBENTUKAN KARAKTER ANAK SEKOLAH DASAR."
- [8] Mazdalifah, Mazdalifah, and Moulita Moulita. "Model Pengawasan Orang Tua Terhadap Penggunaan Media Digital Anak." *Jurnal Pustaka Komunikasi* 4.1 (2021): 105-116.
- [9] Safitri, I., Marsidin, S., Pendidikan, A. S.-E. J. I., & 2020, Undefined. (2020). Analisis Kebijakan Terkait Kebijakan Literasi Digital Di Sekolah Dasar. *Core.Ac.Uk*, 2(2), 176–180. <https://doi.org/10.31004/Edukatif.V2i2.123S>
- [10] Kuntarto, Hario Bismo, and Amit Prakash. "Digital Literacy Among Children in Elementary Schools." *Diakom: Jurnal Media Dan Komunikasi* 3, no. 2 (2020): 157–70. <https://doi.org/10.17933/diakom.v3i2.92>.

## 6. Ucapan Terimakasih

Kami ucapkan terima kasih kepada kepala Desa Laliko Andi Rahmamuddin atjo atas fasilitas yang di berikan kepada kami selama kami menjalankan program pengabdian kepada masyarakat Laliko kurang lebih selama 40 hari dan terima kasih juga kepada masyarakat Desa laliko atas kerja samanya selama kami menjalankan program pengabdian masyarakat kurang lebih 40 hari serta ucapan terima kasi kepada pihak sekolah SD 270 labuang yang telah memberi kesempatan dan fasilitas atas kegiatan in,serta terima kasih kepada kampus ITBM polman atas dukungan kepada kami serta kepada teman teman atas kerja sama dan partisipasinya.