



## HUBUNGAN PENGGUNAAN GADGET DENGAN TANDA DAN GEJALA KESEHATAN MENTAL ANAK SISWA SEKOLAH DASAR DI SD NEGERI PAMANUKAN SEBRANG I KABUPATEN SUBANG

Deby Noer Sutandi,\*Lenny Lusia Simatupang  
Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Universitas Murni Teguh  
Email: [debyridha88@gmail.com](mailto:debyridha88@gmail.com), [lennylusia30@gmail.com](mailto:lennylusia30@gmail.com)

### ABSTRACT

Children's mental health is the mental condition of children who do not experience mental illness, and the ability to think clearly, control emotions, and socialize with children their age. Poor mental health during childhood can cause more serious behavioral disorders due to mental and emotional imbalance, as well as the child's poor social life. **Objective:** This research is to determine the relationship between gadget use and signs and symptoms of mental health of elementary school students at the Pramuka Public Elementary School, Pamanukan Sebrang I, Subang Regency. **Method:** Quantitative research method with a cross sectional survey, data collection was carried out using the Simple Random Sampling technique for a total of 93 students, the instrument used a questionnaire. The Chi-Square test was used to analyze research data. **Results:** The results of this study show that there is a relationship between the use of gadgets and signs and symptoms of mental health at the Pramuka I Public Elementary School, Subang Regency with a p value of  $0.684 > 0.05$ . **Conclusion:** There is a significant relationship between the use of gadgets and the signs and symptoms of mental health of students at the Pramuka Public Elementary School, Sebrang I, Subang Regency. It is hoped that the school can help provide an understanding of the use of gadgets and the signs and symptoms of mental health of students as well as carry out prevention and treatment to ensure children's mental health. still maintained at the Pramuka Public Elementary School, Sebrang I, Subang Regency.

**Keywords:** Gadget Use, Signs and Symptoms, Mental Health

### LATAR BELAKANG

Kesehatan anak-anak sangat dipengaruhi oleh asupan makanan dan nutrisi yang cukup serta aktivitas fisik yang teratur. Anak-anak yang sehat ditandai dengan berat badan, tinggi badan, dan lingkaran kepala yang sesuai dengan usianya. Kesehatan juga dapat dilihat dari kemampuan anak untuk menghadapi stres dan tekanan, serta aktivitas fisik dan sosial yang sehat. Asupan makanan yang sehat dan bergizi sangat penting bagi kesehatan anak-

anak. Orang tua perlu memberikan makanan yang mengandung karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral yang cukup untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak dan juga mencegah stunting pada anak. . Pemberian intervensi daun kelor dapat memberikan pengaruh terhadap peningkatan selera makan dan kenaikan berat badan anak balita setelah diberikan bakso pentol daun kelor pada makanan tambahan dalam menu sehari-hari selama 90 hari (Simatupang, 2024). Selain itu,

aktivitas fisik yang teratur juga perlu diperhatikan, seperti olahraga ringan atau bermain di luar rumah, untuk membantu meningkatkan kesehatan jantung dan paru-paru, serta kekuatan otot dan tulang anak.

Kesehatan mental dan emosional juga perlu diperhatikan pada anak-anak, karena mereka juga mengalami stres dan tekanan di sekitar mereka. Orang tua perlu memberikan dukungan emosional dan konseling jika dibutuhkan, serta membantu anak mengatasi stres dan kecemasan. Jika ada keluhan atau tanda-tanda tidak sehat pada anak, segera konsultasikan ke dokter atau fasilitas kesehatan terdekat. Pencegahan dan perawatan yang tepat dapat membantu mempertahankan kesehatan anak-anak dan mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal

Kesehatan mental merupakan komponen mendasar dari definisi kesehatan. Kesehatan mental yang baik adalah kondisi ketika batin kita berada dalam keadaan tenang dan tentram. Seseorang yang bermental sehat mempunyai kemampuan atau potensi diri secara maksimal dalam dirinya menghadapi tantangan hidup, serta menjalin hubungan positif dengan orang lain. Sebaliknya orang yang kesehatan mental terganggu akan mengalami gangguan suasana hati, kemampuan berfikir, serta kendali emosi dan pada akhirnya bisa mengarah pada perilaku

buruk (Kementrian Kesehatan, 2018). Berdasarkan Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa, kesehatan jiwa di definisikan sebagai dimana seorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual, dan sosial. Individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat mengatasi tekanan, dapat bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk komunitasnya. Anak yang sehat secara mental mempunyai kemampuan untuk berkembang secara psikologis, emosional, kreatif, intelektual dan spiritual (Suryanto, 2017).

Menurut data (*World Health Organization, 2017*) melaporkan bahwa diseluruh dunia 10-15% anak-anak mengalami gangguan kesehatan mental seperti cacat perkembangan, depresi, kecemasan dan gangguan perilaku 5%. Dari 10-15% disebabkan karena penggunaan gadget berlebihan. Data nasional mengenai gangguan kesehatan mental pada anak belum memiliki angka prevalensi yang cukup jelas. Menurut Kementrian Kesehatan (2017) menyebutkan sekitar 7% anak mengalami gangguan kesehatan mental seperti gangguan keterlambatan perkembangan (motorik halus, kasar pendengaran, dan emosional).

Dari data diatas diperkirakan 3% gangguan kesehatan mental pada anak disebabkan karena penggunaan gadget

berlebih. Dalam hal ini kesehatan mental tentunya akan terganggu, dimana seseorang tidak mampu untuk mengontrol emosi, seperti simpati, sedih, atau senang. Pengguna gadget membuat anak tidak cukup mampu untuk merespon apa yang berlangsung dilingkungan sekitarnya sehingga akan mengganggu bersosialisasi bersama lingkungan sekitarnya. (Rachmawati, dalam Layyinatun Syifa, 2019 : 531) Kesehatan mental dapat berpengaruh buruk karena gadget dan kurangnya perhatian serta pengawasan dalam penggunaan gadget, dan disebabkan karena kekurangannya perhatian dari orang tuanya. Kesehatan mental merupakan kondisi yang menggambarkan perkembangan fisik, suasana hati dalam diri orang-orang.

#### METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian adalah sebagai model pendekatan penelitian yang sekaligus juga merupakan rancangan analisis data. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang didasari oleh filsafat positive yang menekankan kepada fenomena-fenomena objektif dan dikaji secara kuantitatif. Maksimal objektifitas desain penelitian ini dilakukan dengan menggunakan angka-angka, pengolahan statistik, struktur dan percobaan terkontrol. Adapun jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kuantitatif dengandesain deskriptif korelasional melalui pendekatan *cross sectional* dan menggunakan snapshot atau observasi dilakukan pada satu waktu tertentu, pendekatan *cross sectional* digunakan untuk mengkaji apakah ada hubungan antara penggunaan gadget variabel (independent) dengan tanda

dan gejala kesehatan mental anak variabel (dependen) (Sugiyono, 2015).

#### HASIL

**Tabel 4.1** Distribusi Frekuensi Karakteristik Usia, Jenis Kelamin, Responden

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
11 Tahun	40	43%
12 Tahun	53	57%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	33	35,5%
Perempuan	60	65,5%

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa dari 94 responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden berusia 12 tahun yaitu 53 responden (57%), dan untuk jenis kelamin responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 60 responden anak (65,5%).

#### Analisis Univariat

#### Frekuensi Responden Berdasarkan Penggunaan Gadget dan Kesehatan Mental Ana

Hasil penelitian penggunaan gadget dengan kesehatan anak siswa sekolah dasar di SD pamunakan sebrang I Kabupaten Subang 2024, dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

**Tabel 4.2** Distribusi Frekuensi Penggunaan Gadget

Penggunaan Gadget	Frekuensi	Persentase (%)
Nilai Positif	56	60%
Nialai Negatif	37	40%

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui sebagian besar responden anak dalam

penggunaan gadget memiliki nilai positif dengan 56 orang atau (60%) dan sebagian kecil anak menggunakan gadget dengan nilai negative sebesar 37 (40%).

**Tabel 4.3** Distribusi Frekuensi Kesehatan Mental Anak Siswa Sekolah Dasar

Mental Anak	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	57	61%
Kurang Baik	36	39%

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa sebagian besar responden status mental anak dalam kondisi baik 57 orang atau (61%) dan

**Tabel 4.4.** Hubungan Penggunaan Gadget dengan Kesehatan Anak Siswa Sekolah Dasar Di SD pamunakan sebrang I Kabupaten Subang

Penggunaan Gadget	Kesehatan Mental Anak		Total	P-Value	Persson chi-square	Valid
	Baik	Kurang Baik				
Nilai Positif	53	3	52	.000	65,996	100%
Nilai Negatif	4	33	8			
<b>Total</b>	57	36	93			

Berdasarkan tabel 4.4 di atas diketahui bahwa pada bari 1 kolom 1 tabel terdapat 53 anak SD yang menggunakan gadget dengan nilai positif dimana 53 anak SD tersebut kesehtan mental baik, dari tabel 1 kolom 2 terdapat 3 anak SD yang menggunakan gadget dengan nilai positif dimana 3 anak SD tersebut kesehtan mental kurang baik, pada tabel 2 kolom 1 terdapat 4 anak SD yang menggunakan gadget dengan nilai negatif dimana 4 anak SD tersebut kesehatan mental baik dan dari tabel 2 kolom 2 terdapat 33 anak SD yang menggunakan gadget dengan nilai negatif dimana 33 anak

36 (39%) responden anak memiliki status mental kurang baik. **Analisis Bivariat**

### Hubungan Penggunaan Gadget dengan Kesehatan Anak Siswa Sekolah Dasar Di SD pamunakan sebrang I Kabupaten Subang

Adapun hasil penelitian tentang hubungan penggunaan gadget dengan kesehatan anak siswa sekolah dasar di SD pamunakan sebrang I kabupaten subang. Pengujian untuk mengetahui hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji *chi-square* dan dapat dijelaskan pada tabel berikut ini :

SD tersebut kesehtan mental kurang baik. Berdasarkan hasil “*Chi-square tests*” diatas diketahui nilai chi square adalah sebesar 65,996 dan nilai chi square tabel untuk df +1 pada signifikasi ( $\alpha$ ) 5% atau 0,050 pada distribusi nilai chi square tabel statistic sebesar 3,841. Karena nilai chi square hitung 65,996 >3,841, dan nilai p-value sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari alpha ( $\alpha$ ) 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa H0 di tolak dan Ha diterima, sehingga dapat diartikan bahwa “ada hubungan antara penggunaan gadget dengan kesehatan anak siswa sekolah dasar di SD pamunakan sebrang I Kabupaten Subang.

### KESIMPULAN

1. Anak siswa sekolah dasar di SD pamunakan sebrang I sebagian besar dalam penggunaan gadget memiliki nilai positif dengan 56 orang atau (60%) dan

sebgain kecil anak menggunakan gadget dengan nilai negative sebesar 37 (40%).  
2. Anak siswa sekolah dasar di SD pamunakan sebrang I sebagian besar responden status mental anak dalam

kondisi baik 57 orang atau (61%) dan 36 (39%).

3. Berdasarkan hasil “Chi-square tests” diatas diketahui nilai chi square adalah sebesar 65,996 dan nilai chi square tabel untuk df +1 pada signifikasi ( $\alpha$ ) 5% atau 0,050 pada distribusi nilai chi square tabel statistic sebesar 3,841. Karena nilai chi square hitung 65,996 >3,841, dan nilai p-value sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari alpha ( $\alpha$ ) 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa H<sub>0</sub> di tolak dan H<sub>a</sub> diterima, sehingga dapat diartikan bahwa “ada hubungan antara penggunaan gadget dengankesehatan anak siswa sekolah dasar di SD pamunakan sebrang I Kabupaten Subang.

#### SARAN

Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan informasi dan perbandingan untuk memperoleh hasil penelitian yang lebih baik dan juga dapat dikembangkan dengan memvariasikan partisipasi wilayah dan menggunakan pendekatan lainnya seperti factor-faktor dan quasi eksperimen.

#### DAFTAR PUSTAKA

- A, H., Suman, M., Prachi, & C, J. (2019). Effect of Elektronik gadget's on the Behaviour, Academic Performance and Overall Health of Schooling Going Childern. *Journal of Advanced Medical and Dental Sciences Research*, 7.
- Antoro, B., Boeriswati, E., & Leiliyanti, E. (2021). Hubungan Antara Kegiatan Literasi dengan Prestasi Belajar di SMP Negeri 107 Jakarta . *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*.
- APJII. (2019). Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. *Survei Nasional Penetrasi dan Profil Perilaku Penggunaan Internet*.
- Azkia, S. N. (2022). *7 Formula Baru Mengatasi Kecanduan gadget Pada Anak*. Jombang:Juni,2022.
- Badan Pusat Statistik. (2010-2035). *Proyeksi Penduduk Indonesia*. Jakarta.
- Bansal, C. S., P, & P, B. (2020). Journal of Advanced Medical and Dental Sciences Research. *Journal of Advanced Medical and Dental Sciences Research*, 184-186.
- Siswa SMA Negeri 9 Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*,126-131.
- Doni, H. d. (2015). *pola ionteraksi sosial siswa pengguna gadget di SMA Negeri I Semarang*.
- Dwiana, A., Lestari, C., & Astuty, L. (2021). Hubungan Pengetahuan siswa tentang kesehatan mata dengan sikap penggunaan gadget yang berlebihan di SD N 13 engkasan kalimantan barat. *Journal of Health Research*, 1-8.
- Hafsari Putri, U. N., & dkk. (2022). *Kesehatan Mental*. Sumatera Barat: CV. AZKA PUSTAKA.
- Hafsari Putri, U. N., & Dkk. (2022). *Kesehatan Mental* . Sumatera Barat: CV. AZKA PUSTAKA.
- Simatupang, L.L., Hutahaean, M. M (2024) Inovasi Bakso Pentol Daun Kelor (Morinaga Oleifera) Terhadap Selera Makan pada Anak Sebagai Upaya Pencegahan dan Penanganan Stunting. *Jurnal Online Keperawatan Indonesia*. (7) 1. 7-11 DOI:

<https://doi.org/10.51544/keperawatan.v7i1.5314>