



PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN SISWA TENTANG BAHAYA PENGGUNAAN GADGET / TELPON PINTAR TAHUN 2020

Veolina Irman¹, Dwi Christina Rahayuningrum², Satria Nurmaicing³

Prodi S-1 Keperawatan, Stikes Syedza Saintika Padang, Indonesia E-

mail : yeolina123@gmail.com

ABSTRAK

Gadget adalah sebuah perangkat atau instrumen elektronik yang memiliki tujuan dan fungsi praktis untuk membantu pekerjaan manusia. Penelitian bertujuan melihat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang bahaya penggunaan gadget di MAN 4 Pesisir Selatan tahun 2020. Jenis penelitian adalah pre eksperimen dengan one-group pre-test dan Post-test yang dilaksanakan pada bulan Juli 2020. Populasi seluruh siswa/siswi kelas X sebanyak 82 orang, dengan teknik sampel purposive sampling yang berjumlah 10 orang. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Hasil penelitian disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang bahaya penggunaan gadget, maka diharapkan kepada pihak sekolah terutama guru agar dapat mengingatkan kepada setiap siswa bahayanya penggunaan gadget terutama bagi kesehatan siswa.

Kata Kunci : Pendidikan Kesehatan; Tingkat Pengetahuan; Gadget

ABSTRACT

Gadget is an electronic device or instrument that has a practical purpose and function to help human work. The research aims to see the effect of health education on the level of student knowledge about the dangers of using gadgets in MAN 4 Pesisir Selatan in 2020. This type of research is a pre-experiment with one- group pre-test and post-test which was conducted in July 2020. The population of all students in class X is 82 people, with a purposive sampling technique of 10 people. Data collection using a questionnaire. The results of the study concluded that there was an effect of health education on the level of student knowledge about the dangers of using gadgets, so it is expected that the school, especially teachers, can remind every student of the dangers of using gadgets, especially for student health

Keywords : Health Education; Knowledge Level; Gadgets

PENDAHULUAN

Gadget atau handphone bukan hanya sekedar alat komunikasi, jaman sekarang sudah menjadi tren atau gaya hidup. Gadget dengan berbagai aplikasi dapat menyajikan berbagai media social, sehingga seringkali disalahgunakan oleh siswa (Ismanto, 2015).

Menurut data statistik dunia Penggunaan gadget dari tahun 2014-2020 terus meningkat. Di tahun 2016, jumlah pengguna ponsel diperkirakan mencapai 2,1 miliar. Sementara jumlah pengguna ponsel di seluruh dunia diperkirakan akan melampaui angka lima miliar pada tahun

Prosiding Seminar Nasional STIKES Syedza Saintika

2019. Jumlah pengguna ponsel ini diperkirakan akan terus tumbuh dari 2,1 milyar di tahun 2016 menjadi sekitar 2,5 miliar pada tahun 2019, dari pertumbuhan ini sebuah penelitian di Korea seperti di paparkan pada *American Psychiatric Association's* (2013) Menunjukkan bahwa pada remaja pengguna gadget yang aktif di dapatkan adanya perubahan perilaku seperti mudah mengalami banyak keluhan somatic/fisik, konsentrasi yang menurun, depresi, cemas, kenakalan remaja dan menjadi lebih agresif, mereka yang mengalami adiksi gawai juga mengalami



penurunan kualitas belajar dan bekerja.

Menurut asosiasi dokter anak Amerika dan Canada, mengemukakan bahwa anak usia 0-2 tahun alangkah lebih baik apabila tidak terpapar oleh gadget, sedangkan anak usia 3-5 tahun di berikan batasan durasi bermain gadget sekitar 1 jam dalam sehari, dan 2 jam perhari untuk anak usia 6-18 tahun. Akan tetapi, faktanya di Indonesia masih banyak anak-anak yang menggunakan gadget 4-5 kali lebih banyak dari jumlah yang direkomendasikan. Pemakaian gadget yang terlalu lama dapat berdampak bagi kesehatan anak, selain radiasinya yang berbahaya, penggunaan gadget yang terlalu lama dapat mempengaruhi tingkat agresif pada anak (Gunawan, 2017).

Menurut penelitian yang dipimpin oleh Yvonne Kelly dari *University College London* (UCL) mengasilkan temuan ini bahwa di ketahui hampir 40% remaja yang menghabiskan waktu lebih dari 5 jam sehari di media social menunjukkan gejala depresi. Para pakar di Amerika serikat menuturkan bahwa kita semestinya menghindari enam hal yang dapat dikatakan pemakaian gadget, dan selain itu ada delapan jenis pengguna gadget yang dapat dihindari. Sebuah Riset medis terbaru di Amerika menunjukkan bahwa laki-laki yang menggunakan gadget lebih dari 4 jam setiap hari, akan mengalami kekurangan 40% dari jumlah sel maninya jika di bandingkan dengan laki-laki yang prosentase pemakaian gadgetnya lebih rendah (Tim Perfech, 2017).

Dalam survey yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) yang bekerja sama dengan Asosiasi penyelenggara jasa internet Indonesia (APJII) menyebutkan, penetrasi penggunaan internet di Indonesia meningkat sekitar (8%) menjadi 143,26 juta jiwa. Ini setara (54,68%) dari populasi yang 262 juta orang, Menariknya profil survey

membuktikan, rentang usia 19-34 tahun menjadi kotributor utama dari sisi usia pengguna dengan (49,52%). Rentang usia 35-54 tahun (29,55%), sedangkan usia 13-18 tahun (16,68%). Dari sisi pendidikan, untuk S2/S3 berjumlah (88,24%), S1/Diploma (79,23%), SMA (70,54%), SMP (48,53%), dan SD (25,1%), sedangkan tidak sekolah (5,45%).

Berdasarkan data dari emarketer, pada tahun 2018 Indonesia akan memiliki lebih dari 100 juta pengguna smarthphone aktif. Hal tersebut membuat Indonesia akan berada di peringkat 4 dunia sebagai Negara dengan penggunaan smarthphone (Fahdian, 2018). Pertumbuhan pesat itu di dorong oleh pengguna usia muda dengan porsi 61% dari seluruh penggunaan gadget yang terlalu berlebihan dan tidak sewajarnya akan menimbulkan pengaruh terhadap kepribadian, kesehatan, karakter peserta didik di banyak sekolah.

Untuk Wilayah Sumatera Barat, data penggunaan gadget dengan akses internet berdasarkan jenis kelamin bahwa pada laki-laki datanya 41% dengan banyak penggunaan bermain game online dan wanita banyak penggunaannya melalui media social 57% (Febrinca, 2014). Gadget sudah sangat menyatu dengan kehidupan social masyarakat seakan orang tidak biasa lepas dari gadget. Sekitar 80% dari masyarakat perkotaan memiliki perangkat ponsel khususnya smartphone (Rezkiyasi, 2014). Berdasarkan data tersebut terungkap jumlah penggunaan gadget di Indonesia terus bertambah, dengan laju pertumbuhan majemuk tahunan (CAGR) mencapai 33% dari 2013-2017. Pertumbuhan pesat itu di dorong oleh penggunaan usia muda 18-24 tahun, dengan porsi 61% dari seluruh penggunaan gadget (Ningrum, 2015).

Penggunaan gadget yang berebihan



membuat seorang siswa akan bersikap tidak peduli terhadap lingkungan baik dalam keluarga maupun masyarakat. Anak akan menjadi malas bergaul dengan teman-temannya akibat pengaruh gadget. Gadget memberi kemudahan dalam mengakses berbagai media informasi dan teknologi sehingga menyebabkan anak menjadi malas bergerak dan beraktivitas. Anak akan berdiam diri di depan gadget dalam waktu yang lama, dan melupakan waktu bermain dengan teman-teman maupun keluarga lain (Tim Perfech, 2017).

Menurut penelitian (Bian dan Leung, 2014), kemunculan gadget membuat banyak kalangan remaja lebih asik dan sibuk dengan fitur yang terdapat pada alat tersebut, Mereka jauh lebih menyukai interaksi via jejaring social media, dari pada harus bertatap muka langsung Adanya gadget juga memiliki efek baru pada perilaku penggunaannya.

Penelitian tentang dampak gadget menunjukkan bahwa gadget dapat menyebabkan beberapa masalah kesehatan seperti penyakit neurologis, kecanduan pikologis, kognisi, gangguan tidur, masalah perilaku, bahkan dapat meningkatkan resiko terjadinya kanker (Hardell, 2017). Gadget memiliki dampak positif dan negative. Namun yang lebih sering mendapat sorotan adalah sisi negatifnya. Menurut Rini (2011), ada empat dampak gadget yakni terhadap kesehatan, kepribadian, pendidikan, keluarga dan masyarakat. Apabila tubuh terkena langsung cahaya radiasi gadget akibat begadang selama 24 jam untuk penggunaan gadget, banyak sekali gangguan kesehatan yang ditimbulkan baik fisik maupun mental, seperti kerusakan mata, penurunan prestasi belajar, berat badan menurun akibat lupa makan dan minum karena keasyikan menggunakan gadget, terganggunya pola

tidur (Chen & Park, 2005).

Menurut penelitian Moh. Saiful (2017) yang berjudul hubungan penggunaan gadget terhadap pola tidur pada anak remaja diperoleh nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara penggunaan gadget dengan pola tidur.

Di Kota Padang juga mulai berkembang yang namanya gadget yang mempunyai banyak aplikasi-aplikasi yang bisa di akses sesuai yang diinginkan. Gadget tidak hanya berdampak di Kota Padang saja, tetapi di kabupaten Pesisir Selatan juga maraknya penggunaan gadget terhadap kalangan siswa/pelajar yang belum mengetahui dampak negative dari penggunaan gadget (Kemenag Pesisir Selatan, 2019). MAN 4 Pesisir Selatan merupakan lembaga pendidikan sekolah menengah atas dengan jumlah siswa kelas X (sepuluh) yaitu sebanyak 82 orang siswa. Berdasarkan data yang diterima dari Kepala Sekolah MAN 4 Pesisir Selatan Siswa/Siswi tidak mengetahui dampak dari penggunaan gadget ini, terlihat dari penurunan derajat kesehatan, perilaku yang tidak baik, dan proses pikir belajar yang menurun.

METODE

Jenis penelitian bersifat *Pre Eksperimen* dengan *one-group pre-test* dan *Post -test* yaitu peneliti sebelumnya memberikan *pre-test* dengan membagikan kuesioner kepada remaja yang akan diberikan perlakuan. Kemudian peneliti melakukan perlakuan dengan memberikan pendidikan kesehatan, setelah selesai pendidikan kesehatan peneliti memberikan *post-test* dengan membagikan kuesioner menggunakan aplikasi google form. Besarnya pengaruh perlakuan dapat diketahui secara lebih akurat dengan cara



membandingkan antara hasil *pre-test* dengan *post-test*.

pengetahuan siswa tentang bahaya penggunaan gadget dan variabel independen pendidikan kesehatan.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

Analisa univariat digunakan untuk mengetahui distribusifrekuensi dari setiap variabel, dimana variabel dependen tingkat

a. Rata-Rata Tingkat Pengetahuan Siswa Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Bahaya Penggunaan Gadget

Tabel 4.1

Rata-Rata Tingkat Pengetahuan Siswa MAN 4 Pesisir Selatan Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Bahaya Penggunaan Gadget di MAN 4 Pesisir Selatan Tahun 2020

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Min-Max	n
Tingkat Pengetahuan (Pretest)	9,60	3,239	6-10	10

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan siswa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang bahaya penggunaan gadget adalah 9,60

dengan standar deviasi adalah 3,239. Skor tingkat pengetahuan terendah adalah 6 dan tertinggi adalah 10 di MAN 4 Pesisir Selatan tahun 2020.

b. Rata-Rata Tingkat Pengetahuan Siswa Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Bahaya Penggunaan Gadget

Tabel 2

Rata-Rata Tingkat Pengetahuan Siswa MAN 4 Pesisir Selatan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Bahaya Penggunaan Gadget di MAN 4 Pesisir Selatan Tahun 2020

Variabel	Mean	Standar Deviasi	Min-Max	n
Tingkat Pengetahuan (Postest)	15,00	3,801	8-20	10

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan siswa sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang

bahaya penggunaan gadget adalah 15,00 dengan standar deviasi adalah 3,801. Skor tingkat pengetahuan terendah adalah 8 dan



tertinggi adalah 20 di MAN 4 Pesisir Selatan tahun 2020.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang bahaya penggunaan gadget. Setelah

dilakukan uji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk didapatkan hasil nilai p value tingkat pengetahuan (pretest) sebesar 0,109 dan tingkat pengetahuan (posttest) sebesar 0,635. Berarti data menunjukkan berdistribusi normal, sehingga digunakan uji statistik t-test dependen.

a. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa tentang Bahaya Penggunaan Gadget

Tabel 3
Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa tentang Bahaya Penggunaan Gadget di MAN 4 Pesisir Selatan Tahun 2020

Table with 7 columns: T-Test, Mean Difference, Std. Deviation, 95% confidence interval of the difference (Lower, Upper), t, df, p value. Row 1: Tingkat Pengetahuan Pretest-Posttest, 5,400, 3,658, 8,016, 2,784, 4,669, 9, 0,001

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa mean difference (selisih rata-rata) tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan bahaya penggunaan gadget adalah 5,400 dengan standar deviasi 3,658. Hasil uji statistik t-test dependen didapatkan nilai p = 0,001, berarti pada alpha = 0,05, terlihat ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang bahaya penggunaan gadget di MAN 4 Pesisir Selatan tahun 2020

PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

1. Rata-Rata Tingkat Pengetahuan Siswa Sebelum Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Bahaya Penggunaan Gadget

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.1, didapatkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan siswa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang bahaya penggunaan gadget adalah 9,60 dengan standar deviasi adalah 3,239. Skor tingkat pengetahuan terendah adalah 6 dan tertinggi adalah 10 di MAN 4 Pesisir Selatan tahun 2020.



Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widea, dkk, (2018) tentang peningkatan pengetahuan remaja melalui pendidikan kesehatan tentang dampak penggunaan gadget di Pontianak Selatan. Hasil penelitian menemukan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan siswa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang dampak gadget adalah 8,75 dengan standar deviasi adalah 2,518.

Hasil penelitian ini juga hampir sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Ibul Mardiko(2018) tentang Pengaruh pendidikan kesehatan tentang dampak game online terhadap tingkat pengetahuan siswa SD Negeri 26 Air Tawar Timur Tahun 2018,ditemukan rata-rata tingkat pengetahuan kelas V sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang game online yaitu 17,03 dengan standar deviasi 1,050.

Pengetahuan merupakan hasil dari “tahu”, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek terjadi melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendiri. Pada waktu penginderaan sampai menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmodjo, 2012). Perilaku penggunaan gadget dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah pengetahuan. Kurangnya pemahaman tentang dampak penggunaan gadget menjadikan anak-anak atau remaja berperilaku menggunakan gadget secara berlebihan (Anggraeni, 2018).

Penggunaan gadget yang berlebihan membuat seorang siswa akan bersikap tidak peduli terhadap lingkungan baik dalam

keluarga maupun masyarakat. Anak akan menjadi malas bergaul dengan teman-temannya akibat pengaruh gadget. Gadget memberi kemudahan dalam mengakses berbagai media informasi dan teknologi sehingga menyebabkan anak menjadi malas bergerak dan beraktivitas. Anak akan berdiam diri di depan gadget dalam waktu yang lama, dan melupakan waktu bermain dengan teman-teman maupun keluarga lain, buku (Tim Perfech, 2017).

Menurut asumsi peneliti, sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang bahaya penggunaan gadget, didapatkan rata-rata tingkat pengetahuan siswa adalah 9,60. Rendahnya rata-rata tingkat pengetahuan siswa ini juga terlihat dari hasil jawaban siswa pada kuesioner penelitian yaitu 60% siswa tidak mengetahui tentang akibat dari terlalu lama jari tangan menggunakan gadget. Sebesar 70% siswa tidak mengetahui tentang gangguan kesehatan yang dapat ditimbulkan oleh seseorang yang terlalu sering menggunakan gadget. Sebesar 70% siswa tidak mengetahui tentang akibat yang timbul karena terlalu sering di *bullying*. Sebesar 70% siswa juga tidak mengetahui tentang pengaruh besar dari penggunaan gadget terhadap kesehatan fisik. Sebesar 60% siswa tidak mengetahui tentang akibat yang timbul jika terlalu lama menggunakan gadget. Sebesar 60% siswa tidak mengetahui tentang pengaruh besar bagi kesehatan mental terhadap penggunaan gadget. Sebesar 70% siswa tidak mengetahui tentang pengaruh gadget terhadap kesehatan otak. Sebesar 60% siswa tidak mengetahui tentang akibat penyakit yang akan muncul jika terlalu sering terpapar radiasi gadget dan akibat dari, jika siswa hanya menggantungkan gadget dengan membrowsing internet untuk menyelesaikan tugas.



Rendahnya rata-rata tingkat pengetahuan siswa juga dapat disebabkan karena masih kurangnya informasi yang diperoleh remaja tentang bahaya penggunaan gadget. Selain itu, adanya kecanduan remaja dalam penggunaan gadget membuat remaja tidak mengetahui dampak dari penggunaan gadget. Penggunaan gadget oleh siswa yang hanya dilakukan untuk mengakses sosial media dan tidak mencari informasi tentang bahaya penggunaan gadget membuat siswa tidak memahami dampak buruk dari terlalu sering menggunakan gadget.

2. Rata-Rata Tingkat Pengetahuan Siswa Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Bahaya Penggunaan Gadget

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.2, didapatkan bahwa rata-rata tingkat pengetahuan siswa sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang bahaya penggunaan gadget adalah 15,00 dengan standar deviasi adalah 3,801. Skor tingkat pengetahuan terendah adalah 8 dan tertinggi adalah 20 di MAN 4 Pesisir Selatan tahun 2020.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ibul Mardiko(2018) tentang Pengaruh pendidikan kesehatan tentang dampak game online terhadap tingkat pengetahuan siswa SD Negeri 26 Air Tawar Timur Tahun 2018. Hasil penelitian menemukan bahwa sesudah pemberian pendidikan kesehatan yaitu 17,3 dengan standar deviasi 1,050 skor terendah adalah 14 dan tertinggi adalah 19 di SDN 26 Air Tiwar Timur pada Tahun 2018.

Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang. Pengetahuan sangat penting di dalam

seseorang mengambil keputusan karena tindakan yang didasarkan atas pengetahuan memberikan konsekuensi yang lebih baik bagi pengambil keputusan. Pengetahuan merupakan faktor predisposisi yang menentukan perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2012)

Pendidikan kesehatan merupakan bentuk kegiatan dan pelayanan keperawatan yang dapat dilakukan di Rumah sakit ataupun diluar Rumah sakit (non-klinik) yang dapat dilakukan ditempat ibadah, pusat kesehatan ibu dan anak, tempat pelayanan publik, tempat penampungan, organisasi masyarakat, organisasi pemeliharaan kesehata (asuransi), sekolah, panti lanjut usia (werdha) dan unit kesehatan bergerak atau mobile (Nursalam & Efendi, Ferry 2012).

Dalam pendidikan kesehatan semakin banyak panca indera yang digunakan, semakin banyak dan semakin jelas pula pengetian atau pengetahuan yang diperoleh. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan alat peraga atau media betujuan untuk mengarahkan indera sebanyak mungkin pada suatu objek sehingga memudahkan pemahaman (Notoatmodjo, 2012).

Menurut asumsi peneliti, sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang bahaya penggunaan gadget, didapatkan rata-rata tingkat pengetahuan siswa adalah 15,00. Adanya peningkatan skor rata-rata tingkat pengetahuan siswa ini membuktikan bahwa pemberian pendidikan kesehatan memberikan dampak positif terhadap pemahaman siswa tentang bahaya penggunaan gadget. Selain itu, saat pemberian pendidikan kesehatan siswa dapat menerima informasi-informasi dengan memikirkan dan merefleksikannya, sehingga pengetahuan yang sudah cukup baik ini



hendaknya dipertahankan dengan menggali lebih mendalam pengetahuan tentang bahaya penggunaan gadget dengan cara pemberian informasi seputar bahaya penggunaan gadget. Penggunaan metode ceramah dalam penelitian ini merupakan salah satu cara yang banyak digunakan untuk meningkatkan tingkat pengetahuan yang efektif, dan materi yang disampaikan sesuai dengan tujuan pendidikan kesehatan.

B. Analisis Bivariat

1. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa tentang Bahaya Penggunaan Gadget

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 4.3, didapatkan bahwa mean *difference* (selisih rata-rata) tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan bahaya penggunaan gadget adalah 5,400 dengan standar deviasi 3,658. Hasil uji statistik *t-test dependen* didapatkan nilai $p = 0,001$, berarti pada $\alpha = 0,05$, terlihat ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang bahaya penggunaan gadget di MAN 4 Pesisir Selatan tahun 2020.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ibul Mardiko, (2018) tentang pengaruh pendidikan kesehatan tentang dampak game online terhadap tingkat pengetahuan siswa SDN 26 Air Tawar Timur Tahun 2018. Hasil uji statistik *t-test* didapatkan nilai $p=0,000(p<0,05)$, terlihat ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang dampak game online terhadap tingkat pengetahuan siswa SDN 26 Air Tawar Timur Tahun 2018.

Di zaman yang sangat modern pada saat ini perkembangan teknologi terus berkembang. Karena perkembangan teknologi akan berjalan sesuai

perkembangan ilmu pengetahuan yang semakin tinggi. Teknologi diciptakan untuk memberikan kemudahan bagi kehidupan manusia dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan memberikan nilai yang positif. Namun demikian, walaupun pada awalnya diciptakan untuk menghasilkan manfaat positif, di sisi lain juga memungkinkan digunakan untuk hal negatif. Semakin canggih zaman maka semakin banyak gadget yang akan digunakan tentunya apalagi sekarang ini semakin banyaknya aplikasi canggih yang berkembang dan terus berkembang pesat maka semakin banyak pula orang yang ingin memilih dan menggunakannya untuk kebutuhan dalam mencari dan mendapatkan informasi yang dibutuhkannya setiap harinya (Arifin, 2015).

Strategi yang efektif untuk memfasilitasi perubahan perilaku untuk pencegahan dari penggunaan gadget pada remaja adalah dengan memberikan pendidikan kesehatan, melalui kegiatan ini, kelompok remaja dapat mengetahui akibat dari penggunaan gadget (Anggraeni, 2018). Dalam konsepsi kesehatan secara umum, pendidikan kesehatan diartikan sebagai kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan cara menyebarkan pesan dan menanamkan keyakinan. Dengan demikian, masyarakat tidak saja sadar, tahu, dan mengerti, tetapi juga mau dan dapat melakukan anjuran yang berhubungan dengan kesehatan. Dengan pengertian tersebut, petugas pendidikan kesehatan harus menguasai ilmu komunikasi dan menguasai pemahaman yang lengkap tentang pesan yang akan disampaikan. Pendidikan kesehatan bertujuan untuk mengubah perilaku kurang sehat menjadi sehat (Maulana, 2013).

Menurut asumsi peneliti, didapatkan ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap



tingkat pengetahuan siswa tentang bahaya penggunaan gadget. Hal ini disebabkan karena pemberian pendidikan kesehatan dengan metode ceramah dan media leaflet merupakan salah satu cara yang banyak digunakan untuk meningkatkan pengetahuan siswa yang efektif. Metode ini akan memberikan informasi yang lebih jelas kepada siswa, sehingga penyampaian informasi menjadi lebih optimal. Selain itu, penguatan efek dari pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan juga dipengaruhi oleh sumber informasi yang diperoleh. Pendidikan kesehatan merupakan kegiatan atau usaha untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada individu atau kelompok dimana diharapkan kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan bahwa :

1. Rata-rata tingkat pengetahuan siswa sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang bahaya penggunaan gadget adalah 9,60 di MAN 4 Pesisir Selatan tahun 2020.
2. Rata-rata tingkat pengetahuan siswa sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang bahaya penggunaan gadget adalah 15,00 di MAN 4 Pesisir Selatan tahun 2020.
3. Terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan siswa tentang bahaya penggunaan gadget di MAN 4 Pesisir Selatan tahun 2020 ($p = 0,001$).

Disarankan pihak sekolah dapat meningkatkan kedisiplinan siswa dalam penggunaan gadget baik untuk segi kesehatan maupun dari segi prestasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, S. 2018. *Pengaruh Pengetahuan Tentang Dampak Gadget Bagi Kesehatan Terhadap Perilaku Penggunaan Gadget Pada Siswa SDN Kebun Bunga 6 Banjarmasin*. *Faletehan Health Journal*, 6 (2) (2019) 64-68
- Arifin, Z. 2015. *Perilaku Remaja Pengguna Gadget*. Analisis Teori Sosiologi Pendidikan Volume 26 Nomor 2 September 2015
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Peneliti Suatu Pendekatan Prakti*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, 2010. *Sikap Manusia Teori Dan Pengukurannya*. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Beauty, M, 2015. *Hubungan Penggunaan Gadget dengan Tingkat prestasi siswa di SMAN 9 Manado*.
- Dalillah, 2019. *Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Social Siswa Di SMA Darussalam*. Ciputat.
- Fahdian. 2018. *Analisis Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Kepribadian Dan Karakter Siswa Sma 9*. Malang.
- Febrinca, 2014. *Bahaya Game Online Terhadap Siswa Di SD 01 jawa barat*.
- Gunawan. 2017. *Hubungan Durasi Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial anak Pra sekolah di TK PGRI 33 Summurboto*: Banyumanik.
- Hardell. 2017. *Dampak Penggunaan Gadget Pada Pelajar di SMP 33*. Samarinda.
- Iswidharmanjaya. 2017. *Bila Si Kecil Bermain Gadget*, Tangerang: Visimedia.
- Ibul Mardiko. 2018. *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Dampak GameOnline Terhadap Tingkat*



- Pengetahuan Siswa SDN 26 Air Tawar Timur.*
- Maulana, Heri. 2013. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: ECG
- Moh Saiful. 2017. *Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Pola Tidur Pada Anak Di UPT SDN Gadingrejo*. Pasuruan.
- Nurhakim. 2015. *Dunia Komunikasi dan Gadget*. Jakarta: Bestari Buana Murni.
- Notoatmodjo S. 2012. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka cipta.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurmalasari. 2018. *Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Tingkat Prestasi Siswa SMPN Satu Atap Pakisjaya Karawang*.
- Rosdiana. 2018. *Dampak Penggunaan Gadget Pada Pelajar MAN 33 Samarinda*. *Jurnal Abdimas Mahakam*.
- Tim Perfect Com. 2017. *Tips & Trik Seputar Gadget*. Surabaya: Penerbit Indah.
- Wulansari. 2017. *Didiklah Anak Sesuai Zaman*. Jakarta: Visimedia.
- Wijanarko. 2016. *Ayah Ibu Baik Parenting Era Digital*. Jakarta Selatan: Keluarga Indonesia Merdeka.
- Widea, dkk. 2017. *Peningkatan Pengetahuan Remaja Melalui Pendidikan Kesehatan tentang Dampak Penggunaan Gadget di Pontianak Selatan*. *Jurnal Gawat Darurat* Volume 1 No 2 Desember 2017, Hal