

Mahasiswa KKN 04 Unimal Beri Psikoedukasi Penggunaan Gadget Sehat bagi Siswa SD di Muara Batu



Mahasiswa KKN 04 Unimal Beri Psikoedukasi Penggunaan Gadget Sehat bagi Siswa SD di Muara Batu

UNIMALNEWS | Reuleut— Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (KKN-PPM) Angkatan XXXVII Universitas Malikussaleh dari Kelompok 4 sukses menggelar kegiatan psikoedukasi di SD Negeri 11 Muara Batu, Aceh Utara, Senin (28/07/2025). Kegiatan yang ditujukan kepada siswa kelas 5 ini diikuti oleh 25 peserta, dengan fokus utama pada pemahaman dampak penggunaan gadget dan cara mengelolanya secara sehat.

Kegiatan ini hadir sebagai respons atas meningkatnya penggunaan gadget di kalangan anak-anak yang sering kali tanpa kontrol, sehingga menimbulkan sejumlah dampak negatif baik secara psikologis maupun fisik. Melalui kegiatan psikoedukasi ini, mahasiswa KKN Universitas Malikussaleh ingin mengajak siswa untuk lebih bijak dan sadar terhadap pola penggunaan gadget sehari-hari.

Dalam penyampaian materi, Siti Azizia membuka sesi dengan menjelaskan bahwa gadget tidak hanya terbatas pada ponsel pintar (HP), tetapi juga mencakup tablet, laptop, hingga televisi. “Jika digunakan dengan bijak, gadget sebenarnya bisa membantu proses belajar. Namun, jika tidak dikontrol, akan berdampak buruk bagi anak-anak,” jelas Zizi.

Selanjutnya, Alfi Miranda menyoroti sisi psikologis dari penggunaan gadget secara berlebihan. “Anak-anak yang terlalu sering bermain gadget bisa menjadi mudah marah, merasa cemas, dan sulit fokus di sekolah,” ujarnya.

Sementara itu, Ridho Ahmad Octaviano menambahkan dari sisi kesehatan fisik. Ia menyampaikan bahwa radiasi layar yang berlebihan dapat menyebabkan mata lelah, sakit kepala, bahkan gangguan tidur. “Karena itu penting sekali untuk membatasi waktu menatap layar,” tambahnya.

Mengakhiri sesi, Dwi Utari menyampaikan tanda-tanda kecanduan gadget yang harus diwaspadai, seperti sulit melepaskan diri dari HP, marah saat diminta berhenti, dan kehilangan kontrol waktu. Ia juga memberikan solusi praktis kepada siswa. “Bermain di luar, membaca buku, dan menjadwalkan waktu layar adalah langkah-langkah sederhana yang bisa dilakukan,” ujar Dwi.

Kegiatan ini mendapatkan apresiasi tinggi dari pihak sekolah. Kepala SD Negeri 11 Muara Batu, Usman M.Pd, menyampaikan rasa terima kasihnya atas kontribusi mahasiswa KKN dalam memberikan edukasi yang relevan dengan kondisi anak-anak saat ini. “Kami sangat bersyukur. Materi ini sangat penting dan bermanfaat agar anak-anak tidak terjerumus dalam kecanduan gadget,” ucapnya.

Psikoedukasi ini tidak hanya menjadi ruang berbagi ilmu, tetapi juga membuka diskusi aktif antara mahasiswa dan siswa mengenai kebiasaan digital mereka. Anak-anak diajak untuk mengenali masalah, mencari solusi, dan membentuk perilaku yang lebih positif terhadap penggunaan teknologi dalam kehidupan sehari-hari.[]

Tanggal: 28 July 2025

Post by: [Tami](#)

Kategori: [News](#),

Tags: [Unimal](#), [Aceh](#), [KKN](#), [Pengabdian Masyarakat](#),