

The Impact of Gadget Use on Children's Social-Emotional Development and Family-Based Control Strategies

Nur Nasywa Abidah¹, Hilalludin Hilalludin²

^{1,2}Universitas Alma Ata Yogyakarta, Indonesia

Email: 251500067@almaata.ac.id¹ hilalluddin34@gmail.com²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial-emosional anak serta mengkaji strategi pengendalian berbasis keluarga dalam konteks keluarga modern. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (library research). Data diperoleh dari berbagai literatur ilmiah yang relevan dan dianalisis menggunakan teknik analisis isi untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai hubungan antara intensitas penggunaan gadget, perkembangan sosial-emosional anak, dan peran orang tua dalam pengasuhan digital. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan berdampak negatif terhadap kemampuan anak dalam berinteraksi sosial, seperti menurunnya keterampilan komunikasi, empati, serta meningkatnya kecenderungan perilaku individualis. Dari aspek emosional, penggunaan gadget yang tidak terkontrol juga berpotensi mengganggu kemampuan regulasi emosi anak, yang ditandai dengan mudah marah, frustrasi, dan rendahnya toleransi terhadap tekanan. Namun demikian, gadget juga dapat memberikan dampak positif apabila digunakan secara terarah dan didampingi oleh orang tua, seperti peningkatan literasi digital, kreativitas, dan kemampuan kognitif. Kebaruan penelitian ini terletak pada integrasi analisis dampak gadget dengan strategi pengendalian berbasis keluarga dalam konteks digital parenting. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya peran orang tua dalam menerapkan pembatasan waktu, pendampingan aktif, keteladanan, serta komunikasi terbuka untuk mendukung perkembangan sosial-emosional anak secara optimal di era digital.

Kata Kunci: gadget, perkembangan sosial-emosional, anak, pengasuhan digital, keluarga modern

ABSTRACT

This study aims to analyze the impact of gadget use on children's social-emotional development and to examine family-based control strategies within the context of modern family environments. The research employs a qualitative approach using a library research method. Data were collected from relevant scientific literature and analyzed through content analysis to obtain a comprehensive understanding of the relationship between gadget usage intensity, children's social-emotional development, and parental roles in digital parenting. The findings indicate that excessive gadget use negatively affects children's social skills, including reduced communication ability, lower empathy, and increased individualistic behavior. In terms of emotional development, uncontrolled gadget use may also impair children's emotional regulation, characterized by irritability, frustration, and low tolerance for stress. However, gadgets can also provide positive outcomes when used appropriately and under parental supervision, such as improved digital literacy, creativity, and cognitive skills. The novelty of this study lies in integrating the analysis of gadget impacts with family-based control strategies within the framework of digital parenting. The study highlights the crucial role of parents in implementing time restrictions, active supervision, role modeling, and open communication to optimize children's social-emotional development in the digital era..

Keywords: Gadget Use, Social-Emotional Development, Children, Digital Parenting, Modern Family

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi pada abad ke-21 telah membawa perubahan yang sangat signifikan dalam berbagai aspek kehidupan manusia, termasuk dalam dunia pendidikan, pola komunikasi keluarga, serta proses tumbuh kembang anak. Kehadiran perangkat digital seperti smartphone, tablet, laptop, dan berbagai aplikasi berbasis internet telah menciptakan ruang sosial baru yang memungkinkan individu memperoleh informasi dan berinteraksi tanpa batas ruang dan waktu. Dalam kehidupan keluarga modern, gadget tidak lagi hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi telah menjadi bagian dari gaya hidup yang digunakan untuk berbagai keperluan, mulai dari hiburan, pembelajaran, hingga aktivitas sosial. Kondisi ini menyebabkan anak-anak semakin akrab dengan teknologi digital sejak usia dini dan menjadikan penggunaan gadget sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari rutinitas keseharian mereka (Afrahima dkk., 2025).

Fenomena meningkatnya penggunaan gadget pada anak menjadi salah satu isu yang mendapatkan perhatian serius dari berbagai kalangan, baik akademisi, praktisi pendidikan, maupun orang tua. Perkembangan teknologi yang semakin pesat, ditambah dengan pengalaman pembelajaran daring selama pandemi COVID-19, telah mendorong intensitas penggunaan gadget pada anak secara signifikan. Saat ini, anak-anak tidak hanya menggunakan gadget untuk mengakses materi pembelajaran, tetapi juga untuk bermain gim, menonton video, mengakses media sosial, dan berkomunikasi dengan teman sebaya. Di satu sisi, kondisi ini menunjukkan bahwa anak-anak telah tumbuh sebagai generasi digital (*digital native*) yang memiliki kedekatan tinggi dengan teknologi. Namun, di sisi lain, meningkatnya penggunaan gadget juga menimbulkan berbagai kekhawatiran terkait dampaknya terhadap perkembangan sosial dan emosional anak (Reghita dkk., 2024).

Perkembangan sosial-emosional merupakan salah satu aspek penting dalam pertumbuhan anak karena berkaitan dengan kemampuan membangun hubungan interpersonal, memahami dan mengelola emosi, mengembangkan empati, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Kemampuan tersebut tidak hanya menentukan keberhasilan anak dalam berinteraksi dengan orang lain, tetapi juga berpengaruh terhadap keberhasilan akademik, kesehatan mental, dan kualitas hidupnya di masa depan. Menurut Denham (2022), perkembangan sosial-emosional mencakup kemampuan regulasi emosi, kesadaran sosial, empati, keterampilan komunikasi, serta kemampuan menjalin hubungan interpersonal yang sehat. Oleh karena itu, perkembangan sosial-emosional yang optimal menjadi fondasi penting bagi terbentuknya individu yang mampu beradaptasi dan berpartisipasi secara positif dalam kehidupan bermasyarakat (Nihaya dkk., 2024).

Dalam perspektif teori perkembangan psikososial yang dikemukakan oleh Erikson, masa kanak-kanak merupakan periode penting dalam pembentukan rasa percaya diri, inisiatif, kompetensi sosial, dan pengendalian diri. Anak membutuhkan berbagai pengalaman sosial yang memungkinkan mereka belajar bekerja sama, berkomunikasi, serta memahami perspektif orang lain. Sementara itu, teori sosiokultural Vygotsky menegaskan bahwa perkembangan kognitif dan sosial anak terjadi melalui interaksi dengan lingkungan sosial. Melalui komunikasi, kolaborasi, dan aktivitas bersama orang tua maupun teman sebaya, anak memperoleh pengalaman belajar yang membantu mereka memahami norma, nilai, serta perilaku sosial yang berlaku dalam masyarakat. Dengan demikian, kualitas interaksi sosial

yang dialami anak menjadi faktor penting yang memengaruhi perkembangan sosial-emosionalnya (Rahmadani dkk., 2022).

Selain itu, teori ekologi perkembangan manusia yang dikemukakan oleh Bronfenbrenner menjelaskan bahwa perkembangan anak dipengaruhi oleh berbagai sistem lingkungan yang saling berinteraksi, mulai dari keluarga, sekolah, masyarakat, hingga lingkungan digital. Dalam konteks era digital, gadget dapat dipandang sebagai bagian dari lingkungan perkembangan anak yang memberikan pengaruh secara langsung maupun tidak langsung terhadap perilaku dan proses belajar mereka. Bronfenbrenner menempatkan keluarga sebagai lingkungan terdekat (*microsystem*) yang memiliki peran paling besar dalam membentuk perilaku dan kebiasaan anak. Oleh karena itu, bagaimana keluarga mengelola penggunaan gadget menjadi faktor yang sangat menentukan terhadap dampak yang akan ditimbulkan (Jannah dkk., 2023).

Meskipun teknologi digital menawarkan berbagai manfaat, penggunaan gadget yang berlebihan berpotensi mengurangi kesempatan anak untuk memperoleh pengalaman sosial yang nyata. Anak yang terlalu banyak menghabiskan waktu di depan layar cenderung memiliki waktu yang lebih sedikit untuk berinteraksi dengan orang tua, saudara, maupun teman sebaya. Padahal, interaksi langsung merupakan sarana utama bagi anak untuk belajar mengenali emosi, memahami norma sosial, mengembangkan empati, serta membangun keterampilan komunikasi. Ketika sebagian besar aktivitas anak berpusat pada dunia digital, kemampuan sosial yang seharusnya berkembang melalui pengalaman nyata berisiko mengalami hambatan (Habiby dkk., 2025).

Berbagai penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara penggunaan gadget dan perkembangan sosial-emosional anak. Domoff et al. (2022) menemukan bahwa durasi penggunaan layar (*screen time*) yang tinggi berkorelasi dengan meningkatnya masalah perilaku, rendahnya kemampuan regulasi emosi, serta menurunnya kualitas interaksi sosial pada anak usia sekolah. Penelitian Madigan et al. (2023) juga menunjukkan bahwa anak yang menggunakan perangkat digital secara berlebihan cenderung memiliki kemampuan komunikasi interpersonal yang lebih rendah dibandingkan anak yang memperoleh pendampingan penggunaan media digital secara memadai. Temuan-temuan tersebut mengindikasikan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat memengaruhi perkembangan sosial-emosional anak melalui berkurangnya intensitas interaksi sosial secara langsung (Suardana dkk., 2025).

Di Indonesia, fenomena serupa juga ditemukan dalam berbagai penelitian. Putri dan Suryana (2023) mengungkapkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat menyebabkan anak menjadi lebih individualis, kurang peka terhadap lingkungan sosial, serta mengalami penurunan kemampuan berinteraksi dengan orang lain. Penelitian Rahmawati dan Yuliani (2024) menunjukkan bahwa keterlibatan aktif orang tua dalam mendampingi penggunaan gadget mampu meminimalkan dampak negatif teknologi digital sekaligus mendukung perkembangan sosial-emosional anak (Saputra dkk., 2024). Temuan tersebut memperlihatkan bahwa dampak gadget tidak hanya ditentukan oleh durasi penggunaan, tetapi juga oleh kualitas pengawasan dan pola pengasuhan yang diterapkan dalam keluarga (Mahendra, 2023).

Di sisi lain, sejumlah penelitian menunjukkan bahwa gadget tidak selalu memberikan dampak negatif terhadap perkembangan anak. Livingstone dan Blum-Ross (2021) menjelaskan bahwa penggunaan teknologi digital yang terarah dan didampingi secara tepat dapat mendukung perkembangan kreativitas, kemampuan berpikir kritis, literasi digital, serta keterampilan pemecahan masalah. Berbagai aplikasi edukatif dan media pembelajaran interaktif bahkan dapat memperkaya pengalaman belajar anak apabila digunakan secara proporsional. Temuan tersebut menunjukkan bahwa permasalahan utama bukan terletak pada keberadaan gadget itu sendiri, melainkan pada bagaimana gadget digunakan serta bagaimana orang tua mengelola penggunaannya dalam kehidupan sehari-hari (Situmorang, 2021).

Meskipun berbagai penelitian mengenai penggunaan gadget pada anak telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian masih berfokus pada dampaknya terhadap aspek kognitif, prestasi belajar, kesehatan fisik, atau kecanduan digital. Penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara penggunaan gadget dan perkembangan sosial-emosional anak serta mengintegrasikannya dengan strategi pengendalian berbasis keluarga masih relatif terbatas. Selain itu, banyak penelitian terdahulu lebih menekankan gadget sebagai sumber permasalahan tanpa memberikan perhatian yang memadai terhadap peran keluarga sebagai sistem pendukung utama dalam membentuk perilaku penggunaan teknologi pada anak. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (*research gap*) yang perlu dikaji lebih lanjut (Regiani dkk., 2023).

Urgensi penelitian ini semakin tinggi seiring berkembangnya fenomena *digital parenting* dalam keluarga modern. Orang tua saat ini dihadapkan pada tantangan yang tidak sederhana, yaitu bagaimana mempersiapkan anak menghadapi era digital tanpa mengabaikan kebutuhan perkembangan sosial dan emosional mereka. Orang tua tidak hanya dituntut untuk memperkenalkan teknologi sebagai bagian dari kompetensi abad ke-21, tetapi juga harus mampu membimbing anak agar menggunakan teknologi secara sehat, aman, dan bertanggung jawab. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang mampu memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial-emosional anak sekaligus menawarkan strategi pengendalian yang efektif dalam lingkungan keluarga (Narumi & Rizana, 2023).

Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada upaya mengintegrasikan kajian mengenai dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial-emosional anak dengan pendekatan pengendalian berbasis keluarga (*family-based digital parenting*). Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang lebih banyak berfokus pada dampak negatif penggunaan gadget, penelitian ini berupaya menganalisis secara lebih menyeluruh hubungan antara penggunaan gadget, perkembangan sosial-emosional anak, serta peran keluarga sebagai agen utama dalam membangun budaya penggunaan teknologi yang sehat dan seimbang (Hilalludin, 2025). Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi konseptual maupun praktis dalam pengembangan kajian pengasuhan digital dan pendidikan keluarga di era digital (Hilalludin & Nisa, 2025).

Berdasarkan fenomena, kajian teoritis, dan kesenjangan penelitian yang telah diidentifikasi, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial-emosional anak serta mengkaji berbagai upaya pengendalian yang dapat dilakukan dalam lingkungan keluarga. Secara khusus,

penelitian ini berupaya menjawab pertanyaan penelitian: (1) bagaimana dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial-emosional anak, dan (2) bagaimana strategi pengendalian penggunaan gadget yang efektif dalam lingkungan keluarga. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori mengenai perkembangan anak dan pengasuhan digital, serta menjadi rujukan bagi orang tua, pendidik, dan pemangku kebijakan dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan sosial-emosional anak secara optimal di tengah pesatnya perkembangan teknologi digital.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (*library research*). Data diperoleh dari berbagai sumber literatur yang relevan, seperti buku, artikel jurnal ilmiah, dan hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penggunaan gadget, perkembangan sosial-emosional anak, serta pengasuhan dalam keluarga. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi untuk mengidentifikasi, mengkaji, dan mensintesis berbagai temuan sehingga diperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial-emosional anak dan upaya pengendaliannya dalam lingkungan keluarga (Wiresti & Hilalludin, 2025).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil kajian pustaka menunjukkan bahwa perkembangan sosial-emosional anak merupakan proses yang kompleks yang berkaitan erat dengan kemampuan anak dalam memahami, mengelola, dan mengekspresikan emosi serta membangun hubungan interpersonal yang positif dengan lingkungan sekitarnya. Perkembangan ini tidak dapat dipisahkan dari interaksi sosial yang dialami anak dalam kehidupan sehari-hari, terutama di lingkungan keluarga dan sekolah. Dalam perspektif teori perkembangan psikososial Erik Erikson, masa kanak-kanak merupakan fase penting dalam pembentukan rasa percaya diri, kemandirian, serta kemampuan bersosialisasi yang diperoleh melalui pengalaman interaksi sosial secara langsung. Dengan demikian, kualitas interaksi sosial yang dialami anak menjadi faktor penentu utama dalam perkembangan aspek sosial-emosionalnya (Larastika, 2023).

Sejalan dengan hal tersebut, hasil kajian menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan memberikan dampak yang cukup signifikan terhadap perkembangan sosial anak. Anak yang terlalu sering menggunakan gadget cenderung lebih banyak menghabiskan waktu dengan perangkat digital dibandingkan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, baik keluarga maupun teman sebaya. Kondisi ini menyebabkan berkurangnya kesempatan anak untuk melatih keterampilan sosial seperti komunikasi, kerja sama, dan kemampuan beradaptasi dalam lingkungan sosial. Dalam perspektif teori sosiokultural Lev Vygotsky, perkembangan bahasa dan kemampuan sosial anak sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial yang bermakna. Ketika interaksi tersebut berkurang akibat dominasi penggunaan gadget, maka proses internalisasi nilai, norma, dan keterampilan sosial tidak berkembang secara optimal. Hal ini terlihat dari berbagai temuan yang menunjukkan menurunnya kemampuan komunikasi verbal, rendahnya empati, serta

meningkatnya kecenderungan perilaku individualis pada anak dengan intensitas penggunaan gadget yang tinggi (Laily & Chandra, 2021).

Pada aspek emosional, hasil kajian juga menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat memengaruhi kemampuan anak dalam mengelola emosi secara sehat. Anak yang terbiasa mendapatkan stimulasi instan dari perangkat digital cenderung mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi, terutama ketika akses terhadap gadget dibatasi. Kondisi ini sering ditandai dengan munculnya reaksi emosional seperti mudah marah, frustrasi, atau tantrum. Selain itu, paparan konten digital yang terus-menerus juga berpotensi meningkatkan risiko ketergantungan terhadap gadget, yang pada akhirnya berdampak pada menurunnya kemampuan fokus dan konsentrasi anak dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Beberapa literatur juga mengindikasikan adanya keterkaitan antara penggunaan gadget yang tidak terkontrol dengan munculnya perilaku impulsif dan agresif, terutama pada anak yang belum memiliki kematangan regulasi emosi (Sujarwanto & Rofiah, 2020).

Meskipun demikian, hasil kajian juga menunjukkan bahwa dampak penggunaan gadget tidak selalu bersifat negatif. Dalam kondisi tertentu, terutama apabila didampingi secara tepat, gadget dapat menjadi media yang mendukung perkembangan anak, baik dari aspek kognitif maupun keterampilan digital. Anak dapat mengembangkan kreativitas, literasi digital, serta kemampuan pemecahan masalah melalui konten edukatif yang sesuai dengan tahap perkembangan mereka. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh gadget terhadap perkembangan anak bersifat kontekstual, tergantung pada intensitas penggunaan, jenis konten yang diakses, serta kualitas pendampingan yang diberikan oleh orang tua (Captain, 2024).

Dalam konteks ini, keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam mengendalikan dampak penggunaan gadget pada anak. Keluarga tidak hanya berfungsi sebagai pengawas, tetapi juga sebagai lingkungan utama yang membentuk kebiasaan dan pola penggunaan teknologi sejak dini. Hasil kajian menunjukkan bahwa penerapan aturan penggunaan gadget yang jelas, seperti pembatasan waktu sesuai usia anak, merupakan langkah awal yang penting dalam membentuk disiplin digital. Selain itu, pendampingan aktif dari orang tua juga menjadi faktor kunci dalam mengurangi dampak negatif gadget, tidak hanya melalui pengawasan, tetapi juga melalui keterlibatan dalam memahami konten yang diakses serta memberikan arahan penggunaan yang tepat (Hidayat, 2022).

Peran keteladanan orang tua juga menjadi aspek yang tidak dapat diabaikan, mengingat anak cenderung meniru perilaku yang ditunjukkan oleh orang tua dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, penggunaan gadget yang bijak oleh orang tua akan berkontribusi dalam membentuk pola perilaku yang sehat pada anak. Di samping itu, penyediaan aktivitas alternatif seperti permainan fisik, membaca, olahraga, dan kegiatan kreatif dapat membantu mengurangi ketergantungan anak terhadap gadget serta memperkaya pengalaman sosial mereka secara langsung. Komunikasi yang terbuka antara orang tua dan anak juga menjadi elemen penting dalam menciptakan pemahaman bersama mengenai penggunaan teknologi yang sehat dan bertanggung jawab (Khalisha & Gustiana, 2024).

Secara keseluruhan, hasil kajian ini menunjukkan bahwa perkembangan sosial-emosional anak di era digital sangat dipengaruhi oleh interaksi antara faktor teknologi dan lingkungan keluarga. Gadget dapat memberikan dampak positif maupun negatif tergantung pada pola penggunaannya, sehingga peran keluarga menjadi faktor

penentu utama dalam mengarahkan penggunaan teknologi secara bijak. Dengan demikian, keseimbangan antara penggunaan gadget dan interaksi sosial langsung menjadi kunci utama dalam mendukung perkembangan sosial-emosional anak secara optimal di era digital.

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget memiliki pengaruh yang kompleks terhadap perkembangan sosial-emosional anak. Dalam perspektif teori Erikson, perkembangan anak pada masa kanak-kanak sangat bergantung pada keberhasilan mereka dalam membangun interaksi sosial yang sehat. Interaksi tersebut menjadi dasar dalam pembentukan rasa percaya diri, kemandirian, serta kemampuan bersosialisasi (Hilalludin, 2024). Ketika anak lebih banyak berinteraksi dengan gadget dibandingkan dengan lingkungan sosialnya, maka kesempatan untuk mengembangkan kompetensi sosial tersebut menjadi berkurang. Hal ini tercermin dari menurunnya kemampuan komunikasi dan interaksi sosial pada anak yang memiliki intensitas penggunaan gadget tinggi (Syarah, 2021).

Selanjutnya, teori sosiokultural Vygotsky menegaskan bahwa perkembangan kognitif dan sosial anak terjadi melalui interaksi sosial yang bermakna. Gadget memang dapat berfungsi sebagai media pembelajaran, namun tidak dapat menggantikan sepenuhnya interaksi sosial langsung yang bersifat dialogis dan kontekstual. Kurangnya interaksi tatap muka menyebabkan anak kehilangan kesempatan untuk belajar memahami ekspresi emosi, bahasa tubuh, serta nilai-nilai sosial secara langsung. Kondisi ini menjelaskan mengapa anak yang terlalu sering menggunakan gadget cenderung memiliki keterbatasan dalam kemampuan empati dan komunikasi interpersonal (Ishaac dkk., 2024).

Dari perspektif Bronfenbrenner, perkembangan anak dipengaruhi oleh berbagai sistem lingkungan yang saling berinteraksi. Dalam konteks ini, keluarga merupakan sistem terdekat yang memiliki pengaruh paling besar terhadap perkembangan anak. Gadget sebagai bagian dari lingkungan digital dapat memberikan dampak positif maupun negatif, tergantung pada bagaimana keluarga mengelolanya. Hasil kajian menunjukkan bahwa ketika keluarga mampu memberikan pengawasan, batasan, serta pendampingan yang tepat, dampak negatif penggunaan gadget dapat diminimalkan. Sebaliknya, kurangnya keterlibatan orang tua dapat memperbesar risiko gangguan sosial-emosional pada anak (Suci dkk., 2021).

Pada aspek sosial, dampak yang paling menonjol adalah penurunan kualitas interaksi sosial dan kecenderungan anak untuk lebih bersifat individualis. Anak menjadi kurang aktif dalam berkomunikasi dan lebih memilih aktivitas yang bersifat pasif dan individual. Sementara itu, pada aspek emosional, penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengganggu kemampuan regulasi emosi anak, yang ditandai dengan kesulitan mengendalikan marah, rendahnya toleransi terhadap frustrasi, serta meningkatnya impulsivitas (Kurnia, 2026).

Meskipun demikian, hasil kajian juga menunjukkan bahwa gadget tidak selalu berdampak negatif. Dalam kondisi penggunaan yang terarah dan didampingi oleh orang tua, gadget dapat menjadi sarana yang mendukung perkembangan kognitif, kreativitas, dan literasi digital anak. Hal ini menunjukkan bahwa permasalahan utama bukan terletak pada teknologi itu sendiri, melainkan pada pola penggunaan serta kualitas pengasuhan digital dalam keluarga (Siregar dkk., 2022).

Oleh karena itu, upaya pengendalian dalam keluarga menjadi aspek yang sangat penting. Penerapan aturan penggunaan gadget, pendampingan aktif, keteladanan orang tua, serta penyediaan aktivitas alternatif merupakan strategi yang efektif dalam mengurangi dampak negatif penggunaan gadget. Komunikasi yang terbuka antara orang tua dan anak juga menjadi faktor kunci dalam membangun pemahaman dan kesadaran anak terhadap penggunaan teknologi secara sehat dan bertanggung jawab.

Secara keseluruhan, temuan ini menegaskan bahwa perkembangan sosial-emosional anak di era digital sangat dipengaruhi oleh keseimbangan antara penggunaan teknologi dan interaksi sosial langsung. Dengan pengelolaan yang tepat, gadget dapat menjadi media yang bermanfaat, namun tanpa pengawasan yang memadai, gadget berpotensi menjadi faktor risiko bagi perkembangan sosial-emosional anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian yang mengacu pada rumusan masalah, dapat disimpulkan bahwa penggunaan gadget memiliki dampak yang signifikan terhadap perkembangan sosial-emosional anak, terutama dalam aspek interaksi sosial, kemampuan komunikasi, empati, serta regulasi emosi. Penggunaan gadget yang berlebihan cenderung menurunkan kualitas interaksi sosial anak dengan lingkungan sekitar, menghambat perkembangan keterampilan komunikasi verbal, serta memunculkan kecenderungan perilaku individualis dan kesulitan dalam mengelola emosi. Namun demikian, dampak tersebut tidak bersifat mutlak karena penggunaan gadget juga dapat memberikan manfaat positif apabila dilakukan secara terarah dan disertai pendampingan yang tepat dari orang tua, seperti peningkatan kreativitas, literasi digital, dan kemampuan kognitif anak. Selain itu, penelitian ini juga menemukan bahwa keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam mengendalikan dampak penggunaan gadget melalui penerapan aturan penggunaan, pendampingan aktif, keteladanan, penyediaan aktivitas alternatif, serta komunikasi yang terbuka dengan anak. Oleh karena itu, disarankan agar orang tua lebih aktif dalam menerapkan pola pengasuhan digital yang bijak, sementara peneliti selanjutnya dapat mengembangkan kajian ini melalui penelitian lapangan atau pendekatan kuantitatif untuk menguji hubungan variabel secara lebih empiris serta memperluas konteks penelitian pada jenjang usia dan lingkungan sosial yang berbeda.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyelesaian penelitian ini. Ucapan terima kasih khusus disampaikan kepada rekan sejawat dan pihak-pihak yang telah memberikan masukan, kritik, serta saran yang sangat berharga selama proses penyusunan penelitian. Apresiasi juga diberikan kepada para pihak yang telah menyediakan sumber literatur dan referensi sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Segala bentuk bantuan, baik secara langsung maupun tidak langsung, sangat berarti dalam mendukung kelancaran dan penyelesaian penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Afrahima, I., Mislan, M., Sulthan, U., Saifuddin, T., & Jambi, I. (2025). Analisis Dampak Negatif Penggunaan Gadget dalam Pengembangan Sosial dan Emosional Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri XV Desa Sungai Bengkal Kabupaten Tebo. *Bhinneka: Jurnal Bintang Pendidikan dan Bahasa*. <https://doi.org/10.59024/bhinneka.v3i2.1334>
- Captain, C. (2024). Menumbuhkan Kecerdasan Emosional. *Kecerdasan Emosional*, 94.
- Habiby, M., Munadia, M., Mutiasari, D., & Yunus, C. W. (2025). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Interaksi Sosial Anak di Masyarakat pada Era Digital (Study pada Masyarakat Daerah Yogyakarta). *AI-DYAS*. <https://doi.org/10.58578/alldyas.v4i2.5553>
- Hidayat, A. H. (2022). Pengaruh gadget terhadap perkembangan emosional anak usia dini di Desa Ujunggurap Kecamatan Padangsidempuan Batunadua. *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(2), 317-334.
- Hilalludin, H. (2024). The Role of Educational Psychology in Enhancing the Quality of the Teaching and Learning Process. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Indonesia*.
- Hilalludin, H. (2025). Manajemen Kyai VS Pesantren Modern Sebagai Sebuah Sistem Pendidikan Islam. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Indonesia*, 1(1), 451-463.
- Hilalludin, H., & Nisa, L. (2025). Implementation of Anti-Usury Practices in Islamic Finance: A Case Study at PT. Kredit Tanpa Usury (KRTABA) East Lombok. *Journal of Islamic Economics*, 2(1), 8-17.
- Ishaac, M., Ferdy, M., Hidayat, M., Magister, Z. M., Agama, P., Islam, U., & Banjarmasin. (2024). PENGARUH PENDIDIKAN ISLAM TERHADAP

-
- PERKEMBANGAN EMOSIONAL ANAK: PERSPEKTIF PSIKOLOGI PENDIDIKAN DALAM KELUARGA DAN SEKOLAH. *Al-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Anak*. <https://doi.org/10.46773/alathfal.v5i2.1409>
- Jannah, M., Irdha, M. F., Malik, M., Rambe, F., Chantika, T., & Az-Zahra, S. (2023). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Emosional Remaja. *Mutiara : Jurnal Penelitian dan Karya Ilmiah*. <https://doi.org/10.59059/mutiara.v2i1.861>
- Khalisha, F. N., & Gustiana, A. D. (2024). Pengaruh Layanan Bermain Bersama Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Di Rumah Anak SIGAP Kecamatan Koroncong. *PAUDIA : Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*. <https://doi.org/10.26877/paudia.v13i1.17220>
- Kurnia, S. D. (2026). Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak SD. *Jurnal Pendidikan Dasar dan Inovasi Pembelajaran*, 1(1), 22–28.
- Laily, I., & Chandra, R. D. A. (2021). KAJIAN WACANA DAMPAK PENGGUNAAN GADGET (GAWAI) TERHADAP KEMAMPUAN SOSIAL EMOSIONAL PADA ANAK USIA DINI. 6, 35–44. <https://doi.org/10.24903/jw.v6i1.679>
- Larastika, P. (2023). IMPLEMENTASI PENDIDIKAN AGAMA DAN MORAL PADA ANAK USIA DINI DI TK NEGERI 8 BENGKULU SELATAN [PhD Thesis]. UIN Fatmawati Sukarno Bengkulu.
- Mahendra, J. P. (2023). DAMPAK PENGGUNAAN GADGET TERHADAP PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSIONAL ANAK USIA DINI. *JURNAL RISET PENDIDIKAN DAN PENGAJARAN*. <https://doi.org/10.55047/jrpp.v2i1.362>

-
- Narumi, N., & Rizana, A. (2023). Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Pada Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional dan Kognitif Anak Prasekolah di Desa Babelan Kota. *MAHESA : Malahayati Health Student Journal*. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i11.10980>
- Nihaya, F., Rahmawati, A., & Nurjanah, N. E. (2024). DAMPAK PENGGUNAAN GADGET PADA PERILAKU SOSIAL ANAK USIA 5-6 TAHUN. *Kumara Cendekia*. <https://doi.org/10.20961/kc.v12i1.65867>
- Rahmadani, E., Sutrisna, M., Ramlis, R., Ilmu, P., Keperawatan, S., Mandiri, T., & Sakti. (2022). Dampak Penggunaan Gadget dengan Perkembangan Emosional Pada Anak Usia Prasekolah. *Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat*. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v1i4.1182>
- Reghita, N. P. S., Sagala, A. C. D., Purwadi, P., Khasanah, I., Karmila, M., Prasetyo, A., & Kusumaningtyas, N. (2024). Analisis Penggunaan Aplikasi Youtube Terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Dini 5-6 Tahun Di Desa Kebonharjo Kecamatan Patebon. *PAUDIA : Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*. <https://doi.org/10.26877/paudia.v13i2.1134>
- Regiani, E., Dwiputri, F. A., Amaliyah, S., & Herlambang, Y. (2023). Dampak Penggunaan Teknologi Internet terhadap Perkembangan Kognitif dan Perilaku Anak dalam Keluarga. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*. <https://doi.org/10.54373/imeij.v4i3.666>
- Saputra, J., Hilalludin, H., & Gibran, I. (2024). Peran Kepemimpinan Kepala Sekolah dan Profesionalisme Guru Dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan Indonesia. *JUPENDIS: Jurnal Pendidikan dan Ilmu Sosial*, 2(4), 163–172.

-
- Siregar, M. Y., Azis, A. M., Ananda, C. K., & Septiani, D. (2022). PENGARUH POLA ASUH ORANGTUA PADA PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSIONAL ANAK. *Al Ittihadu*. <https://doi.org/10.63736/ai.v1i1.15>
- Situmorang, E. L. (2021). Edukasi Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial, Emosional Pada Anak Usia Dini. *REAL COSTER: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*. <https://doi.org/10.31219/osf.io/kvzr3>
- Suardana, D. N., Suarni, N., & Margunayasa, G. (2025). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Psikologi pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v25i1.4801>
- Suci, N. Y., Jusuf, R., & Pamuti, P. (2021). PENGARUH PENGGUNAAN GADGET (SMARTPHONE) TERHADAP ASPEK PERKEMBANGAN EMOSI DAN SOSIAL SISWA KELAS TINGGI PADA SD NEGERI 50 KOTA TERNATE. *EDUKASI*. <https://doi.org/10.33387/j.edu.v19i2.3832>
- Sujarwanto, M. P., & Rofiah, K. (2020). *Manajemen Pendidikan Anak dengan gangguan emosi perilaku*. Jakad Media Publishing.
- Syarah, F. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Make A Match Terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia 5-6 di TK Anugrah Medan. *JURNAL RAUDHAH*. <https://doi.org/10.30829/raudhah.v9i2.1305>
- Wiresti, R., & Hilalludin, H. (2025). Peningkatan Kemampuan Berpikir Anak Usia Dini melalui Media Game Gambar dan Huruf. *JURNAL TILA*, 5(1), 577–586.