

DAMPAK GADGET TERHADAP PERKEMBANGAN EMOSIONAL ANAK USIA 3-6 TAHUN

Nuril Datus Shohifah¹, Ikha Durrotun Nasikhah²,

Wulidatur Rohmah³, Lu'luil Masudah⁴

¹²³⁴ Universitas Al-Falah As-Sunniyah Jember, Indonesia

e-mail: 1nurildatus@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial emosional anak usia 3–6 tahun di Desa Sumberagung, Kecamatan Sumberbaru, Kabupaten Jember. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk memahami fenomena penggunaan gadget pada anak usia dini. Subjek penelitian terdiri dari 30 anak usia 3–6 tahun beserta orang tua mereka yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara guna memperoleh informasi mengenai kebiasaan penggunaan gadget pada anak. Data dianalisis secara deskriptif kualitatif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gadget telah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari anak dan sering digunakan sebagai sarana hiburan atau untuk menenangkan anak. Penggunaan gadget tanpa batasan waktu dan pendampingan orang tua membuat anak lebih memilih bermain gadget dibandingkan berinteraksi dengan teman sebaya. Kondisi ini berdampak pada berkurangnya interaksi sosial serta munculnya perilaku emosional yang kurang stabil, seperti mudah marah atau menangis ketika gadget diambil. Oleh karena itu, peran orang tua sangat penting dalam mengawasi, membatasi waktu penggunaan, serta memilih konten yang sesuai dengan usia anak agar penggunaan gadget tidak menghambat perkembangan sosial emosional anak usia dini.

Kata Kunci: Anak Usia Dini, Pengaruh Gadget, Perkembangan Emosional,

Abstract

This study aims to analyze the impact of gadget use on the social-emotional development of children aged 3–6 years in Sumberagung Village, Sumberbaru District, Jember Regency. This study employed a descriptive qualitative approach to understand the phenomenon of gadget use among early childhood children. The research subjects consisted of 30 children aged 3–6 years and their parents, who were selected using a purposive sampling technique. Data were collected through observations and interviews to obtain information about children's gadget usage

habits. The data were analyzed using descriptive qualitative analysis through the stages of data reduction, data display, and conclusion drawing. The results show that gadgets have become part of children's daily activities and are often used as a form of entertainment or to calm children when they feel bored or fussy. The use of gadgets without time limits and parental supervision leads children to prefer playing with gadgets rather than interacting with their peers. This condition results in reduced social interaction and the emergence of less stable emotional behavior, such as becoming easily angry or crying when the gadget is taken away. Therefore, the role of parents is very important in supervising, limiting the duration of use, and selecting age-appropriate content so that gadget use does not hinder the social-emotional development of early childhood children.

Keywords: *Early Childhood, Emotional Development, The Impact of Gadgets,*

Accepted: January 03 2025	Reviewed: April 17 2026	Published: November 30 2026
------------------------------	----------------------------	--------------------------------

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi dan informasi saat ini mengalami kemajuan yang sangat pesat, terutama dalam bidang komunikasi dan digitalisasi. Salah satu wujud nyata dari kemajuan tersebut adalah munculnya berbagai jenis *gadget* seperti *smartphone*, *tablet*, dan *laptop* yang kini telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari, termasuk bagi anak-anak (Yusuf & Kamariah, 2025). *Gadget* memberikan kemudahan dalam berkomunikasi, memperoleh informasi, serta hiburan yang menarik sehingga anak-anak cepat akrab dengan teknologi ini. Namun, di balik manfaatnya, penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif terhadap perkembangan anak, khususnya dalam aspek sosial dan emosional (Kamilla & Putri, 2025).

Gadget dirancang dengan fitur dan aplikasi yang canggih untuk mempermudah aktivitas manusia. Akan tetapi, jika tidak digunakan secara bijak, teknologi ini justru dapat menghambat interaksi sosial dan mengurangi kebersamaan dalam keluarga. Anak-anak cenderung menghabiskan waktu berjam-jam di depan layar, bahkan sejak usia dini. Berdasarkan penelitian, anak usia 3–6 tahun dapat menghabiskan hampir 3 jam per hari di depan layar jauh melebihi batas waktu yang direkomendasikan (Rawanita & Mardhiah, 2024). Hal ini menyebabkan anak berisiko mengalami kecanduan, mudah marah, sulit berinteraksi, dan kehilangan minat terhadap kegiatan belajar di sekolah.

Masa anak usia dini dikenal sebagai *the golden age*, yaitu periode penting bagi perkembangan seluruh aspek kecerdasan anak, baik intelektual, sosial, maupun emosional. Pada masa ini, anak sangat mudah meniru dan belajar dari

lingkungan sekitarnya. Penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat mengganggu perkembangan bahasa dan emosi anak, membuat mereka menjadi pribadi yang tidak sabar, mudah marah, serta kurang peka terhadap lingkungan sosial (Farida, 2025). Kurangnya pengawasan dan pendampingan dari orang tua memperburuk kondisi ini karena banyak orang tua yang memberikan *gadget* hanya untuk menenangkan anak tanpa memperhatikan dampaknya terhadap tumbuh kembang mereka (Fajria & Amelia, 2024).

Berdasarkan hasil observasi awal di Desa Sumberagung, Kecamatan Sumberbaru di Kabupaten Jember ditemukan banyak anak usia dini yang menggunakan *gadget* tanpa pengawasan orang tua. Beberapa orang tua mengakui bahwa anak menjadi lebih agresif, mudah marah, dan sulit dikendalikan ketika penggunaan *gadget* dibatasi. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji pengaruh penggunaan *gadget* terhadap perkembangan emosional anak usia dini di Desa Sumberagung, agar dapat memberikan pemahaman bagi orang tua dan pendidik tentang pentingnya kontrol dan pendampingan dalam penggunaan teknologi sejak usia dini.

Penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat berdampak pada perkembangan emosional dan kemampuan sosial anak usia dini. Anak-anak yang terlalu sering berinteraksi dengan perangkat elektronik cenderung kurang memiliki kesempatan untuk bermain dan berkomunikasi secara langsung dengan teman sebaya mereka dan orang lain di sekitarnya. Akibatnya, anak-anak kehilangan kemampuan untuk mengungkapkan emosi mereka, berbagi, bekerja sama, dan memahami emosi orang lain. Di sisi lain, interaksi sosial sangat penting untuk membangun kepribadian yang percaya diri, empati, dan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya (Rifani et al., 2025)

Sangat penting bagi orang tua dan guru untuk mengatur penggunaan perangkat agar tetap bermanfaat bagi perkembangan anak. Langkah-langkah penting yang harus diambil termasuk memantau, membatasi waktu penggunaan, dan memilih konten yang sesuai usia. Orang tua juga diharapkan dapat membantu anak tumbuh secara emosional dengan bermain bersama, bercerita, dan aktivitas kreatif lainnya. Penggunaan perangkat tidak hanya dapat dikurangi dari efek negatifnya, tetapi juga dapat digunakan sebagai alat pendidikan untuk membantu tumbuh kembang anak usia dini dengan baik. (Annisa et al., 2022)

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan dan memahami secara mendalam dampak penggunaan *gadget* terhadap perkembangan emosional anak usia dini di Desa Sumberagung,

Kecamatan Sumberbaru, Kabupaten Jember. Menurut Waruwu (2024), penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang bertujuan untuk memahami fenomena sosial secara mendalam berdasarkan perspektif subjek yang diteliti dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Pendekatan deskriptif digunakan untuk menggambarkan secara sistematis fakta, kondisi, serta fenomena yang terjadi di lapangan terkait penggunaan *gadget* pada anak usia dini dan dampaknya terhadap perkembangan emosional mereka.

Dalam penelitian ini, fokus kajian diarahkan pada penggunaan *gadget* dan perkembangan emosional anak usia dini. Penelitian dilaksanakan selama dua bulan, yaitu September hingga Oktober 2025, dengan subjek penelitian 30 anak usia 3–6 tahun beserta orang tua mereka di Desa Sumberagung. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive sampling, yaitu berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara, untuk memperoleh gambaran yang mendalam mengenai intensitas penggunaan *gadget* serta perubahan perilaku emosional anak. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara deskriptif kualitatif melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan guna memahami fenomena penggunaan *gadget* dan dampaknya terhadap perkembangan emosional anak usia dini.

C. Pembahasan dan Hasil

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara terhadap anak usia 3–6 tahun beserta orang tua di Desa Sumberagung, Kecamatan Sumberbaru, Kabupaten Jember, diketahui bahwa *gadget* telah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari anak. Sebagian orang tua memberikan *gadget* kepada anak sebagai sarana hiburan atau untuk menenangkan anak ketika bosan atau rewel. Namun, penggunaan *gadget* sering kali tidak disertai aturan waktu yang jelas sehingga anak menjadi terbiasa menggunakan *gadget* dan sulit dikendalikan ketika penggunaannya dibatasi.

Penggunaan *gadget* yang cukup sering membuat sebagian anak lebih memilih bermain *gadget* dibandingkan bermain dengan teman sebaya. Kondisi ini menyebabkan berkurangnya interaksi sosial dan kesempatan bermain aktif yang penting bagi perkembangan emosional anak. Beberapa anak juga menunjukkan emosi yang kurang stabil, seperti mudah marah atau menangis ketika *gadget* diambil, serta kurang tertarik pada aktivitas lain di luar penggunaan *gadget*.

Wawancara dengan orang tua menunjukkan bahwa *gadget* sering diberikan ketika orang tua sedang sibuk bekerja atau melakukan aktivitas rumah tangga sehingga anak terbiasa menggunakan *gadget* dalam waktu yang cukup lama.

Kebiasaan tersebut membuat anak lebih fokus pada layar *gadget* dan kurang tertarik melakukan kegiatan lain seperti bermain di luar rumah, menggambar, atau berinteraksi dengan anggota keluarga.

Observasi di lapangan juga menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* yang berlebihan menyebabkan berkurangnya kesempatan anak untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Hal ini membuat anak memiliki peluang yang lebih sedikit untuk belajar berkomunikasi, bekerja sama, serta memahami perasaan orang lain dalam kehidupan sehari-hari.

Penggunaan *gadget* saat ini telah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari anak usia dini, termasuk di lingkungan keluarga. *Gadget* sering dimanfaatkan sebagai sarana hiburan bagi anak, seperti menonton video atau bermain permainan digital. Sebagian orang tua juga memberikan *gadget* kepada anak untuk menenangkan mereka ketika merasa bosan atau rewel. Kondisi ini menunjukkan bahwa *gadget* telah menjadi media yang cukup dominan dalam kehidupan anak usia dini. Fenomena tersebut sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa penggunaan *gadget* pada anak usia dini semakin meningkat karena perangkat digital mudah diakses dan sering dimanfaatkan sebagai media hiburan bagi anak. Penggunaan *gadget* yang tidak disertai aturan waktu yang jelas berpotensi menyebabkan anak lebih sering terpapar layar sehingga memengaruhi perilaku dan pola aktivitas mereka (Nurbani & Mashudi, 2023).

Penggunaan *gadget* yang cukup intens juga dapat membuat anak lebih tertarik bermain *gadget* dibandingkan bermain secara langsung dengan teman sebaya. Anak cenderung menghabiskan waktu dengan perangkat digital sehingga kesempatan untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitar menjadi lebih terbatas. Padahal, interaksi langsung dengan teman sebaya sangat penting bagi perkembangan sosial emosional anak usia dini karena melalui aktivitas bermain bersama anak dapat belajar berbagi, bekerja sama, serta memahami perasaan orang lain.

Berkurangnya interaksi sosial akibat penggunaan *gadget* yang cukup sering dapat memengaruhi kemampuan anak dalam mengembangkan keterampilan sosial. Anak yang lebih sering berinteraksi dengan layar cenderung memiliki pengalaman sosial yang lebih terbatas dibandingkan anak yang aktif bermain dengan teman sebayanya. Hal ini menyebabkan anak memiliki kesempatan yang lebih sedikit untuk belajar berkomunikasi, menyelesaikan konflik, serta mengekspresikan emosi secara tepat. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat mengurangi aktivitas sosial anak dan menyebabkan mereka kurang terlibat dalam permainan bersama teman sebaya (Indriati et al., 2025).

Penggunaan *gadget* yang berlebihan juga dapat memengaruhi kondisi emosional anak usia dini. Anak dapat menunjukkan emosi yang kurang stabil, seperti mudah marah, menangis, atau merasa kesal ketika *gadget* yang digunakan diambil oleh orang tua. Kondisi ini menunjukkan bahwa anak dapat menjadi terbiasa dengan penggunaan *gadget* sehingga mereka kesulitan mengendalikan emosi ketika akses terhadap perangkat tersebut dibatasi.

Perubahan perilaku emosional tersebut sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa paparan layar yang berlebihan pada anak usia dini dapat berkaitan dengan meningkatnya masalah perilaku serta kesulitan dalam mengatur emosi. Anak yang terlalu sering menggunakan *gadget* cenderung mengalami kesulitan dalam mengendalikan perasaan dan menjadi lebih mudah frustrasi ketika menghadapi situasi yang tidak sesuai dengan keinginannya (Fatah & Turahma, 2025). Oleh karena itu, penggunaan *gadget* pada anak usia dini perlu mendapat perhatian yang serius agar tidak menghambat perkembangan emosional mereka.

Selain itu, penggunaan *gadget* pada anak juga berkaitan dengan peran orang tua dalam memberikan akses terhadap perangkat tersebut. Orang tua sering memberikan *gadget* kepada anak ketika sedang sibuk bekerja atau melakukan aktivitas rumah tangga sehingga anak terbiasa menggunakan *gadget* dalam waktu yang cukup lama. Kebiasaan tersebut membuat anak lebih fokus pada layar *gadget* dan kurang tertarik melakukan aktivitas lain seperti bermain di luar rumah, menggambar, atau berinteraksi dengan anggota keluarga.

Dalam hal ini, pendampingan orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam mengarahkan penggunaan *gadget* pada anak. Anak yang menggunakan *gadget* dengan pengawasan serta memiliki batasan waktu yang jelas cenderung menunjukkan perilaku yang lebih terkontrol. Penelitian terbaru juga menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam penggunaan media digital anak dapat meminimalkan dampak negatif serta mendukung perkembangan sosial emosional yang lebih baik (Hafidhoh, 2025).

Selain memberikan dampak terhadap aspek emosional, penggunaan *gadget* yang berlebihan juga dapat memengaruhi kebiasaan aktivitas anak sehari-hari. Anak yang terlalu sering menggunakan *gadget* cenderung memiliki waktu yang lebih sedikit untuk melakukan aktivitas fisik maupun kegiatan kreatif seperti menggambar, bermain peran, atau bermain di luar rumah. Padahal, aktivitas bermain secara langsung sangat penting bagi perkembangan anak usia dini karena dapat membantu melatih keterampilan motorik, kreativitas, serta kemampuan bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, keseimbangan antara penggunaan teknologi dan aktivitas bermain secara langsung perlu

diperhatikan agar perkembangan anak dapat berlangsung secara optimal.

Selain itu, penggunaan *gadget* pada anak usia dini seharusnya tidak sepenuhnya dilarang, tetapi perlu diatur dan diarahkan secara bijak. *Gadget* dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran apabila digunakan secara tepat dan dalam batas waktu yang wajar. Konten edukatif seperti video pembelajaran, cerita anak, atau permainan yang bersifat edukatif dapat membantu menambah pengetahuan anak apabila didampingi oleh orang tua. Dengan demikian, peran orang tua sangat penting dalam mengarahkan penggunaan *gadget* agar tidak hanya menjadi sarana hiburan semata, tetapi juga dapat memberikan manfaat positif bagi perkembangan anak usia dini.

D. Kesimpulan

Perkembangan emosi anak sangat dipengaruhi oleh interaksi sosial di sekitarnya. Ketika anak lebih banyak berinteraksi dengan lingkungan maya dibandingkan lingkungan nyata, perkembangan emosinya cenderung tidak stabil. Hal ini terjadi karena dalam dunia virtual, anak bisa mengatur umpan balik sesuai keinginannya, sehingga keterampilan sosial dan emosionalnya tidak berkembang secara optimal.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan *gadget* telah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari anak usia 3–6 tahun di Desa Sumberagung, Kecamatan Sumberbaru, Kabupaten Jember. Sebagian orang tua memberikan *gadget* kepada anak sebagai sarana hiburan atau untuk menenangkan anak ketika bosan atau rewel. Namun, penggunaan *gadget* yang tidak disertai aturan waktu dan pendampingan yang memadai menyebabkan anak menjadi terbiasa menggunakan *gadget* dan sulit mengendalikan diri ketika penggunaannya dibatasi.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat memengaruhi perkembangan sosial emosional anak usia dini. Anak yang sering menggunakan *gadget* cenderung lebih memilih bermain *gadget* dibandingkan berinteraksi dengan teman sebaya sehingga kesempatan untuk berinteraksi sosial dan bermain aktif menjadi berkurang. Kondisi ini berdampak pada munculnya perilaku emosional yang kurang stabil, seperti mudah marah, menangis ketika *gadget* diambil, serta kurang tertarik pada aktivitas lain di luar penggunaan *gadget*.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa peran orang tua sangat penting dalam mengontrol penggunaan *gadget* pada anak. Anak yang menggunakan *gadget* dengan pendampingan, batasan waktu yang jelas, serta pemilihan konten yang sesuai usia cenderung menunjukkan perilaku emosional

yang lebih stabil. Oleh karena itu, pengawasan dan pendampingan orang tua dalam penggunaan *gadget* sangat diperlukan agar teknologi dapat dimanfaatkan secara positif dan tidak menghambat perkembangan sosial emosional anak usia dini.

Daftar Rujukan

- Fajria, L., & Amelia, N. (2024). *Intensitas penggunaan gadget pengaruhnya pada kecerdasan emosional anak usia sekolah*. Penerbit Adab.
- Farida, R. (2025). Peran Orang Tua dalam Membimbing Penggunaan Teknologi untuk Mendukung Perkembangan Sosial Emosional Anak di Kelompok B PAUDQU Miftahul Huda Pejaten. *Excellent: Journal of Islamic Studies*, 2(2), 519–528.
- Fatah, U. Y., & Turahma, A. (2025). Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Tantrum Pada Anak Usia Prasekolah. *Caring: Jurnal Keperawatan Al-Ikhlas*, 2(1), 51–59.
- Hafidhoh, N. (2025). PENGARUH GADGET DAN SUPPORT ORANG TUA BAGI PERKEMBANGAN EMOSI ANAK USIA DINI. *At-Tahdzib: Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 12(02).
- Indriati, T., Sutrisno, S., & Yuniarti, Y. (2025). Penggunaan Gadget Dalam Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Caksana: Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(1), 127–133.
- Kamilla, K. N., & Putri, A. A. P. (2025). Dampak Kecanduan Gadget Pada Kemampuan Regulasi Emosi Anak Usia 4–5 Tahun. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 8(2), 878–888.
- Nurbani, R. R., & Mashudi, E. A. (2023). Ketergantungan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun. *Indonesian Journal of Islamic Early Childhood Education*, 8(2), 100–105.
- Rawanita, M., & Mardhiah, A. (2024). Strategi orang tua dalam mengelola penggunaan gadget anak usia dini di Gampong Tanjung Deah Darussalam. *Wathan: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 1(3), 274–294.
- Rifani, A., Supriyadi, S., & Priyanti, N. Y. (2025). Eksplorasi Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini di Pasar Rumput. *Jurnal Caksana: Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2), 927–935.
- Waruwu, M. (2024). Pendekatan penelitian kualitatif: Konsep, prosedur, kelebihan dan peran di bidang pendidikan. *Afeksi: Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 5(2), 198–211.

Nuril Datus Shohifah, Ikha Durrotun Nasikhah,
Wulidatur Rohmah, & Lu'luil Masudah

Yusuf, S. M., & Kamariah, S. (2025). Transformasi Digital dalam Pendidikan: Analisis Literatur terhadap Implikasi Teknologi terhadap Praktik Kependidikan. *Al-Zayn: Jurnal Ilmu Sosial & Hukum*, 3(2), 1240–1248.