



# Dampak Teknologi Digital terhadap Perkembangan Kognitif, Sosial, dan Emosional Anak Usia Dini

Shely Mugi Rahayu

Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya

**Abstrak:** Perkembangan teknologi digital yang pesat, khususnya penggunaan gadget, telah membawa perubahan signifikan dalam kehidupan anak usia dini, mencakup aspek kognitif, sosial, bahasa, dan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan anak usia dini dalam aktivitas keseharian di lingkungan panti asuhan. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif, di mana peneliti berperan sebagai instrumen utama dalam proses pengumpulan dan analisis data. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi partisipatif serta wawancara informal berupa percakapan ringan agar anak merasa nyaman dan mampu mengekspresikan diri secara alami. Analisis data dilakukan melalui tahap reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol berpotensi menurunkan kualitas interaksi sosial anak, menghambat kemampuan komunikasi verbal, serta memunculkan gangguan dalam regulasi emosi, seperti tantrum dan rasa frustrasi ketika penggunaan gadget dibatasi. Anak yang sering menggunakan gadget cenderung lebih memilih aktivitas individual dan menunjukkan respons sosial yang terbatas. Meskipun demikian, penggunaan gadget juga dapat memberikan manfaat positif bagi perkembangan kognitif dan bahasa anak apabila digunakan secara bijak, dengan pemilihan konten edukatif yang sesuai serta adanya pendampingan dari orang dewasa.

**Kata kunci:** Anak Usia Dini, Perkembangan Sosial, Regulasi Emosi.

DOI:

<https://doi.org/10.47134/paud.v3i2.2453>

\*Correspondence: Shely Mugi Rahayu

Email: [shelymugirahayu13@gmail.com](mailto:shelymugirahayu13@gmail.com)

Received: 16-12-2025

Accepted: 16-01-2026

Published: 16-02-2026



**Copyright:** © 2026 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

**Abstract:** The rapid development of digital technology, particularly the use of gadgets, has significantly influenced early childhood development, including cognitive, social, language, and emotional aspects. This study aims to examine the impact of gadget use on early childhood development within daily life activities in an orphanage environment. The research employs a qualitative approach with a descriptive method, in which the researcher acts as the primary instrument. Data were collected through participatory observation and informal interviews in the form of casual conversations to create a comfortable atmosphere for children, allowing them to express themselves naturally. Data analysis was conducted through data reduction, data presentation, and conclusion drawing. The findings indicate that unmanaged gadget use tends to reduce the quality of children's social interactions, limit verbal communication skills, and cause difficulties in emotional regulation, such as tantrums and frustration when access to gadgets is restricted. Children who are frequently exposed to gadgets are more inclined toward solitary activities and demonstrate limited social and verbal responses. However, the study also reveals that gadget use can have positive effects on children's cognitive and language development when supported by appropriate educational content and accompanied by active adult supervision.

**Keywords:** Early Childhood, Social Development, Emotional Regulation.

## Pendahuluan

Dalam kurun waktu dua puluh tahun terakhir, kemajuan teknologi digital berlangsung sangat cepat dan membawa dampak nyata terhadap berbagai dimensi kehidupan manusia. Salah satu perubahan yang menonjol terlihat pada cara anak usia dini berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Kehadiran perangkat digital seperti telepon pintar, tablet, serta beragam aplikasi interaktif tidak lagi terbatas pada orang dewasa, melainkan telah digunakan oleh anak-anak, termasuk mereka yang berusia di bawah enam tahun. Kondisi tersebut tidak hanya mencerminkan kebiasaan penggunaan secara personal, tetapi juga menunjukkan adanya kecenderungan sosial yang semakin meluas di tengah masyarakat Indonesia (Falensia et al., 2025).

Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2022, tercatat bahwa sekitar 34,44% anak usia dini di Indonesia telah terpapar dan menggunakan perangkat gadget dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun demikian, mayoritas orang tua belum memberikan pendampingan berupa literasi digital yang memadai untuk membimbing anak dalam memanfaatkan teknologi tersebut secara tepat (Lestari et al., 2024). Kondisi ini mengindikasikan adanya ketimpangan antara kemudahan akses terhadap perangkat digital dan kemampuan dalam mengelola penggunaannya secara bijak, khususnya pada keluarga yang memiliki anak usia dini.

Situasi tersebut semakin kompleks seiring terjadinya pergeseran pola pengasuhan pada era digital saat ini. Penelitian yang dilakukan oleh Sisbintari dan Setiawati mengungkapkan bahwa intensitas penggunaan gadget yang tinggi tanpa adanya kontrol dan pendampingan orang dewasa berpotensi menimbulkan berbagai hambatan dalam proses tumbuh kembang anak, khususnya pada ranah sensorik, sosial, dan emosional (Sisbintari & Setiawati, 2022). Namun demikian, perangkat gadget dan media digital juga memiliki peluang untuk memberikan dampak yang menguntungkan apabila digunakan secara terencana sebagai sarana pembelajaran. Dalam konteks pedagogis yang sesuai, pemanfaatan media digital dapat berperan dalam mendukung dan menstimulasi perkembangan kemampuan kognitif anak secara optimal. (Irmawati et al., 2025).

Temuan lain yang tidak kalah penting menunjukkan bahwa dalam praktik pengasuhan di tengah perkembangan teknologi digital, tingkat kesiapan orang tua menjadi faktor kunci dalam mengarahkan penggunaan gadget pada anak. Studi yang dilakukan oleh Widiastuti dan Yuliati mengungkapkan bahwa keterbatasan pemahaman serta minimnya strategi orang tua dalam memanfaatkan teknologi digital berpotensi menimbulkan dampak kurang menguntungkan bagi perkembangan anak. Dampak tersebut terutama terlihat pada lemahnya pengaturan durasi penggunaan gadget serta ketidaktepatan dalam memilih konten yang sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangan anak (Widiastuti & Yuliati, 2025).

Berdasarkan bukti empiris, berbagai studi baik yang menggunakan pendekatan kuantitatif maupun kualitatif di lingkungan pendidikan anak usia dini (PAUD) telah mengidentifikasi adanya keterkaitan antara lamanya penggunaan gadget dan aspek-aspek perkembangan anak. Sejumlah penelitian yang dilakukan pada satuan PAUD dan taman kanak-kanak di Indonesia mengungkapkan bahwa penggunaan gadget dalam durasi yang

tidak terkelola dengan baik berkaitan dengan menurunnya kualitas interaksi sosial anak serta meningkatnya kecenderungan anak untuk bergantung pada perangkat digital dalam aktivitas sehari-hari (Fitrianis et al., 2020). Di samping itu, sejumlah penelitian di tingkat lokal menunjukkan bahwa waktu penggunaan gadget pada anak usia dini kerap melampaui batas durasi yang dianjurkan. Kondisi tersebut berpotensi mengurangi kesempatan anak untuk memperoleh stimulasi sosial dan kemampuan berbahasa secara optimal sesuai dengan tahap perkembangannya.

Studi lain yang dilaksanakan di Surabaya menunjukkan bahwa orang tua yang tidak menerapkan aturan penggunaan gadget secara tegas cenderung menghadapi kondisi di mana anak mengalami penurunan daya konsentrasi serta kesulitan dalam mengendalikan emosi saat diminta menghentikan aktivitas digital. Temuan tersebut selaras dengan hasil penelitian Lestari *et al.* yang mengungkapkan bahwa sebagian besar orang tua belum membekali anak usia dini dengan keterampilan literasi digital secara menyeluruh. Akibatnya, anak belum terbiasa menggunakan teknologi secara sehat, terkontrol, dan bertanggung jawab dalam kehidupan sehari-hari (Lestari et al., 2024).

Di samping itu, keterkaitan antara penggunaan gadget dan perkembangan kemampuan bahasa anak turut menjadi fokus dalam sejumlah kajian. Penelitian yang dilakukan di Bandung menemukan bahwa tingginya intensitas penggunaan gadget berdampak pada berkurangnya interaksi tatap muka antara anak dengan orang tua atau pengasuh. Kondisi tersebut menyebabkan anak memperoleh stimulasi verbal yang lebih terbatas, sehingga perkembangan bahasanya cenderung berlangsung lebih lambat dibandingkan dengan anak yang lebih sering terlibat dalam komunikasi langsung.

Lebih lanjut, kajian yang dilakukan oleh Dewi *et al.*, mengungkapkan adanya perbedaan sudut pandang orang tua dalam menyikapi penggunaan gadget pada anak. Sebagian orang tua memandang perangkat digital sebagai sarana yang dapat mendukung proses pembelajaran, sementara yang lain menilai bahwa teknologi tersebut berpotensi menghambat perkembangan anak apabila tidak digunakan dan dikendalikan secara bijaksana (Dewi et al., 2019).

Berdasarkan rangkaian temuan empiris tersebut, dapat dipahami bahwa penggunaan gadget pada anak usia dini di Indonesia tidak dapat dipandang semata-mata sebagai persoalan individu. Fenomena ini berkaitan erat dengan praktik pendidikan dalam keluarga, tingkat literasi digital, serta pola pengasuhan yang berkembang seiring pesatnya kemajuan teknologi. Kondisi tersebut menuntut adanya upaya yang lebih menyeluruh dalam membangun literasi digital anak, memperkuat keterlibatan orang tua, dan merumuskan kebijakan pendidikan yang responsif terhadap perubahan zaman. Di sisi lain, pendekatan tersebut perlu tetap mempertahankan nilai-nilai interaksi sosial secara langsung yang menjadi dasar penting bagi proses tumbuh kembang anak usia dini (Sisbintari & Setiawati, 2022).

## Metodologi

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan rancangan deskriptif untuk menggali secara mendalam pengaruh penggunaan teknologi digital terhadap

perkembangan kognitif dan sosial anak usia dini dalam situasi kehidupan sehari-hari yang berlangsung secara alami (Rustamana et al., 2024). Pemilihan pendekatan tersebut didasarkan pada tujuan penelitian yang menitikberatkan pada pemahaman terhadap proses, makna, serta pola perilaku anak ketika berinteraksi dengan teknologi digital, alih-alih pada pengolahan data numerik atau analisis statistik. Dalam pelaksanaannya, peneliti berfungsi sebagai instrumen utama yang terlibat langsung dalam proses pengamatan di lapangan, sehingga mampu memperoleh pemahaman yang lebih kontekstual, mendalam, dan menyeluruh mengenai kondisi serta pengalaman subjek penelitian.

Proses pengumpulan data dilakukan melalui teknik observasi partisipatif serta wawancara informal yang dikemas dalam bentuk percakapan santai menyerupai interaksi sehari-hari. Pendekatan ini bertujuan untuk menciptakan suasana yang nyaman bagi anak sehingga mereka tidak merasa tertekan atau terintimidasi selama proses penelitian. Wawancara tidak disusun secara kaku maupun mendalam, melainkan difokuskan pada upaya membangun kedekatan dengan anak agar respons yang muncul berlangsung secara spontan dan sesuai dengan tingkat perkembangan mereka (Suniasi et al., 2025). Dalam pelaksanaannya, penelitian ini tidak memanfaatkan dokumentasi berupa foto, video, maupun rekaman audio. Seluruh data diperoleh melalui catatan lapangan yang disusun oleh peneliti setelah kegiatan observasi dan interaksi dengan subjek penelitian dilakukan (Syamsudin, n.d.). Data yang terkumpul selanjutnya dianalisis melalui tahapan reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan guna menghasilkan pemahaman yang sistematis dan terstruktur terhadap temuan penelitian.

## Hasil dan Pembahasan

### Pengaruh Gadget pada Perkembangan Sosial Anak Usia Dini

Salah satu temuan penting dalam penelitian ini menunjukkan bahwa keberadaan gadget dalam kehidupan sehari-hari anak di panti asuhan memiliki dampak nyata terhadap perkembangan sosial mereka. Data hasil observasi lapangan mengungkapkan bahwa anak-anak yang sering menggunakan gadget memperlihatkan pola interaksi sosial yang berbeda dibandingkan dengan anak-anak yang lebih banyak terlibat dalam kegiatan bermain atau aktivitas tanpa media digital. Perbedaan tersebut terlihat pada cara mereka membangun hubungan dengan teman sebaya, merespons ajakan untuk bermain, dan mengekspresikan keinginan untuk berkomunikasi secara langsung. Anak yang intens terpapar gadget cenderung lebih fokus pada aktivitas individual yang melibatkan layar, sehingga interaksi sosial tatap muka mengalami penurunan, baik dari sisi frekuensi maupun kualitasnya (Riza, 2016).

Di lapangan, fenomena ini tampak ketika anak-anak lebih memilih menatap layar gadget daripada berpartisipasi dalam percakapan atau bermain dengan teman sebaya di sekitarnya. Bahkan dalam beberapa situasi, ketika anak diberi stimulasi sosial sederhana atau diajak berinteraksi oleh pengasuh maupun peneliti, respons yang diberikan cenderung lambat dan kurang spontan jika perhatian mereka masih tertuju pada gadget. Sebaliknya, anak menunjukkan reaksi yang lebih cepat dan antusias ketika berinteraksi langsung dengan media digital, misalnya gambar bergerak atau suara dari perangkat tersebut.

Temuan ini menunjukkan bahwa gadget telah menjadi sumber stimulasi utama yang lebih menarik bagi anak dibandingkan interaksi sosial tatap muka.

Fenomena ini konsisten dengan temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa penggunaan gadget pada anak usia dini berpotensi memengaruhi pola interaksi sosial mereka (Nihaya et al., n.d.). Anak-anak cenderung memilih kegiatan individual yang melibatkan gadget karena memberikan kepuasan instan dan tidak menuntut keterampilan sosial yang kompleks, seperti berbagi, menunggu giliran, atau memahami emosi orang lain. Akibatnya, terlihat adanya kecenderungan penurunan inisiatif anak untuk berinteraksi langsung dengan lingkungan sosial di sekitarnya. Selain itu, ketika berada dalam situasi sosial tanpa gadget, anak sering menunjukkan kemampuan komunikasi verbal yang lebih terbatas dan kurang spontan, baik dalam menyampaikan keinginan, merespons ajakan bermain, maupun menjaga percakapan sederhana dengan teman sebaya.

Sebagai ilustrasi, penelitian yang dilakukan di Surabaya menemukan bahwa anak usia dini yang rutin menggunakan gadget dalam kehidupan sehari-hari cenderung lebih sering terlibat dalam kegiatan bermain secara individual. Anak-anak tersebut juga menghadapi kesulitan dalam menjalankan komunikasi sosial secara spontan, baik saat berinteraksi dengan teman sebaya maupun dengan pengasuh di sekitarnya, termasuk dalam percakapan sederhana. (Mimin, 2022). Anak-anak tersebut umumnya menunjukkan minat yang lebih rendah untuk memulai interaksi sosial, misalnya dalam mengajak bermain atau menanggapi ajakan dari lingkungan sekitarnya. Pola perilaku ini menandakan bahwa tingkat paparan gadget yang tinggi dapat mengurangi kesempatan anak untuk melatih keterampilan sosial dasar yang seharusnya berkembang melalui interaksi langsung, seperti berbagi perhatian, bekerja sama, dan berkomunikasi secara timbal balik.

Hasil temuan di lapangan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Filza dan Wulandari, yang menunjukkan bahwa anak-anak yang lebih sering menggunakan gadget cenderung mengalami penurunan dalam perkembangan sosial. Penurunan ini terutama terlihat pada kemampuan komunikasi interpersonal serta keterampilan bekerja sama dalam aktivitas bermain kelompok (Filza & Wulandari, 2023). Temuan yang serupa juga dilaporkan oleh Ramadani *et al.*, yang menekankan bahwa penggunaan gadget yang tidak dikontrol secara tepat dapat berdampak negatif pada kualitas interaksi sosial, kemampuan komunikasi, serta regulasi emosi anak usia 3–6 tahun (Ramadani et al., 2025). Anak-anak dalam penelitian tersebut terlihat kurang responsif secara verbal dan cenderung menunjukkan sikap enggan untuk ikut serta dalam permainan interaktif bersama teman sebaya. Mereka lebih sering menunda atau bahkan mengabaikan ajakan bermain, yang menunjukkan adanya penurunan inisiatif dalam berinteraksi secara langsung. Kondisi ini menegaskan bahwa intensitas penggunaan gadget tidak hanya memengaruhi minat anak dalam kegiatan sosial, tetapi juga berdampak pada perkembangan keterampilan komunikasi dasar yang penting, termasuk kemampuan mengekspresikan ide, merespons percakapan, serta menjaga interaksi timbal balik dengan orang lain. Dengan demikian, hasil penelitian ini semakin memperkuat bukti bahwa paparan gadget yang tinggi dapat mengurangi keterlibatan sosial anak dan membatasi kesempatan mereka untuk melatih

kompetensi sosial yang seharusnya berkembang melalui interaksi tatap muka sehari-hari (Chindy Abelia Nasution, Egidia Ramadani, Khaira Laini Zahra, Siti Ardila, 2024).

Dari sudut pandang psikososial, interaksi antara penggunaan gadget dan perkembangan sosial anak menunjukkan bahwa gadget mampu menjadi sumber stimulasi yang sangat menarik dan mampu memusatkan perhatian anak. Namun, pada saat yang sama, perangkat digital ini berpotensi membatasi kesempatan anak untuk terlibat dalam interaksi sosial langsung. Anak yang lebih sering mendapatkan rangsangan dari layar cenderung memiliki kebutuhan yang lebih rendah untuk berinteraksi dengan orang di sekitarnya, sehingga respons terhadap stimulasi sosial dari manusia menjadi berkurang. Akibatnya, frekuensi maupun kualitas hubungan sosial anak mengalami penurunan, khususnya dalam konteks bermain kelompok yang seharusnya menjadi media utama bagi anak usia prasekolah untuk belajar keterampilan sosial dasar, seperti berbagi, bekerja sama, dan berkomunikasi secara timbal balik dengan teman sebaya.

Temuan tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dauwango, Yahya, dan Wahyuni di Manado, yang menunjukkan bahwa penggunaan gadget secara intens pada anak prasekolah dapat memberikan dampak negatif pada perkembangan psikososial mereka. Anak-anak yang terbiasa menggunakan perangkat digital secara berlebihan cenderung menarik diri dari kegiatan kelompok dan menunjukkan penurunan respons terhadap interaksi sosial, termasuk kurang responsif terhadap ajakan atau panggilan dari teman sebaya maupun pengasuh. Hasil ini menguatkan bukti bahwa ketergantungan pada gadget dapat membatasi kesempatan anak untuk berlatih keterampilan sosial yang penting dalam perkembangan awal (Dauwango et al., 2021). Pola serupa juga tampak dalam observasi lapangan di panti asuhan, di mana anak-anak yang sering menggunakan gadget cenderung lebih nyaman melakukan aktivitas secara individual dibandingkan ikut bermain atau berinteraksi dengan teman sebaya. Mereka lebih memilih kegiatan yang tidak menuntut interaksi sosial yang kompleks, sehingga kesempatan untuk melatih keterampilan sosial dasar, seperti bekerja sama, menunjukkan empati, dan berkomunikasi secara interpersonal, menjadi lebih terbatas. Kondisi ini menunjukkan bahwa ketergantungan pada gadget dapat memengaruhi kebiasaan sosial anak serta mengurangi kesempatan mereka untuk belajar melalui interaksi langsung dengan lingkungan sekitarnya.

Penurunan keterampilan sosial yang diamati dalam penelitian ini menunjukkan perlunya strategi pengasuhan yang lebih terencana dan fokus pada pemberian stimulasi sosial secara langsung dan berkesinambungan. Penggunaan gadget yang tidak diatur dengan baik berpotensi mengurangi kesempatan anak untuk berinteraksi aktif dengan lingkungannya, sehingga momen penting bagi anak untuk melatih kemampuan dasar, seperti komunikasi, kerja sama, pemahaman emosi orang lain, dan pembangunan hubungan interpersonal, dapat hilang. Oleh karena itu, peran orang dewasa atau pengasuh menjadi sangat strategis dalam mengelola penggunaan gadget secara bijaksana, agar perangkat digital tidak menggantikan fungsi interaksi sosial yang esensial bagi perkembangan anak. Tugas pengasuh tidak hanya sebatas mengawasi durasi dan jenis konten yang diakses anak, tetapi juga mencakup fungsi sebagai mediator dan fasilitator

yang mampu mengaitkan pengalaman digital anak dengan aktivitas sosial nyata. Hal ini dapat diwujudkan melalui ajakan berdiskusi, bermain bersama, atau melibatkan anak dalam kegiatan kelompok setelah sesi penggunaan gadget (Lestari et al., 2024). Dengan adanya pendampingan yang tepat dari orang dewasa atau pengasuh, pengalaman digital anak dapat diarahkan sedemikian rupa sehingga mendukung, bukan menghambat, perkembangan sosial mereka. Hal ini memungkinkan anak tetap menerima stimulasi sosial yang sehat dan seimbang, sekaligus menjadi dasar yang kuat bagi pembentukan keterampilan sosial yang diperlukan di masa mendatang.

### **Dampak Gadget pada Perkembangan Kemampuan Bahasa dan Komunikasi**

Selain memengaruhi aspek sosial, penelitian ini juga menemukan bahwa penggunaan gadget berdampak pada perkembangan kemampuan bahasa anak usia dini. Hasil observasi di lapangan menunjukkan bahwa anak-anak yang sering terpapar gadget cenderung memberikan respons verbal yang lebih terbatas ketika diajak berinteraksi secara langsung oleh pengasuh atau orang-orang di sekitarnya (Ridanti & Suryana, 2024). Respons anak dalam berkomunikasi sering kali bersifat singkat, tidak lengkap, atau bahkan digantikan oleh bentuk komunikasi nonverbal. Dalam beberapa keadaan, anak lebih memilih menunjuk objek tertentu, menatap layar gadget, atau menunggu rangsangan dari perangkat digital sebelum memberikan jawaban, sehingga kemampuan ekspresi verbal yang seharusnya berkembang secara alami menjadi kurang terstimulasi. Hambatan serupa juga terlihat pada kemampuan anak dalam menyusun kalimat yang lebih kompleks atau mempertahankan percakapan sederhana. Hal ini menunjukkan bahwa interaksi yang dominan berbasis layar dapat mengurangi intensitas latihan bahasa melalui komunikasi langsung. Dengan demikian, ketergantungan pada gadget berpotensi menggeser pola komunikasi anak dari interaksi verbal aktif menjadi respons pasif, sehingga kesempatan anak untuk mengembangkan kemampuan bahasa secara optimal semakin terbatas apabila tidak disertai stimulasi komunikasi yang memadai dari lingkungan sekitar.

Hasil observasi di lapangan dalam penelitian ini sejalan dengan temuan yang diperoleh oleh Nadila dan Kusayang, yang meneliti pengaruh penggunaan gadget pada anak usia 2–3 tahun. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa paparan gadget yang berlebihan berkaitan dengan penurunan kemampuan berbicara, keterlambatan dalam merespons panggilan sosial, serta munculnya ketergantungan emosional ketika perangkat digital tersebut diambil dari anak (Ainun et al., n.d.). Kondisi ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget tidak hanya berdampak pada perkembangan bahasa anak, tetapi juga memengaruhi kemampuan mereka untuk merespons rangsangan sosial di lingkungan sekitar. Anak-anak yang terbiasa menerima stimulasi dari layar digital cenderung kurang tanggap terhadap ajakan berkomunikasi secara langsung, sehingga respons verbal yang seharusnya muncul secara spontan sering kali tertunda atau bahkan tidak muncul sama sekali. Dampak ini menandakan bahwa ketergantungan pada gadget dapat menggeser pola komunikasi anak dari interaksi aktif dengan orang lain menjadi respons pasif, sehingga kesempatan mereka untuk melatih dan mengembangkan keterampilan bahasa dan sosial secara optimal menjadi terbatas.

Selain itu, anak-anak yang menggunakan gadget lebih dari 2–3 jam sehari cenderung menunjukkan intensitas komunikasi verbal yang lebih rendah. Mereka lebih sering mengekspresikan kebutuhan dan keinginan melalui gerakan tubuh atau suara pendek, daripada menggunakan kalimat lengkap dalam interaksi sehari-hari (Filza & Wulandari, 2023). Pola komunikasi seperti ini menunjukkan bahwa penggunaan perangkat digital dapat memengaruhi perkembangan bahasa alami anak, terutama ketika mereka tidak mendapatkan stimulasi verbal yang cukup dari lingkungan sosial di sekitarnya. Penurunan interaksi dengan orang dewasa maupun teman sebaya membuat kesempatan anak untuk melatih kosakata, menyusun kalimat, dan mempertahankan percakapan menjadi semakin terbatas. Temuan ini menegaskan bahwa dominasi gadget dalam kegiatan sehari-hari anak berpotensi menghambat perkembangan bahasa, apabila tidak diimbangi dengan interaksi verbal yang konsisten, aktif, dan bermakna.

Dalam konteks yang berbeda, kajian literatur menunjukkan bahwa penggunaan gadget tidak selalu berdampak negatif apabila dikombinasikan dengan kegiatan edukatif yang dirancang secara tepat dan disesuaikan dengan kebutuhan perkembangan anak usia dini. Beberapa aplikasi pendidikan, seperti media pembelajaran interaktif, dapat mendukung peningkatan kemampuan kognitif dan bahasa anak, termasuk pengenalan huruf, angka, warna, serta perluasan kosakata. Dengan tampilan visual dan audio yang menarik, aplikasi edukatif mampu memberikan stimulasi yang menyenangkan dan relevan, sehingga proses belajar anak menjadi lebih efektif dan kontekstual. Namun demikian, manfaat positif dari penggunaan gadget tidak muncul secara otomatis, melainkan sangat bergantung pada peran aktif orang dewasa dalam membimbing, mendampingi, dan mengawasi anak. Tanpa arahan yang tepat, anak berisiko mengakses konten yang tidak sesuai dengan tahap perkembangan mereka, sehingga tujuan edukatif tidak tercapai secara maksimal. Oleh karena itu, pemilihan konten yang sesuai usia dan keterlibatan aktif pengasuh atau orang tua menjadi faktor krusial agar penggunaan gadget benar-benar dapat mendukung perkembangan kognitif dan bahasa anak secara optimal.

Selain itu, sebuah penelitian yang diterbitkan dalam jurnal *JAPENDI* menyebutkan bahwa penggunaan gadget dalam konteks stimulasi yang tepat dan terarah dapat berperan sebagai media yang mendukung optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan anak, termasuk dalam meningkatkan kemampuan bahasa (Annisa et al., 2022). Dengan konten yang sesuai dan bersifat interaktif, gadget berpotensi membantu anak mengenal kosakata baru, memahami instruksi sederhana, serta meningkatkan minat mereka terhadap proses belajar. Namun, penelitian tersebut menekankan bahwa apabila penggunaan gadget tidak disertai pengawasan dan pendampingan yang memadai, dampaknya justru dapat membatasi perkembangan bahasa alami anak. Temuan ini sejalan dengan hasil pengamatan lapangan, di mana anak-anak yang menggunakan gadget tanpa bimbingan orang dewasa cenderung menunjukkan interaksi verbal yang terbatas. Sebaliknya, ketika penggunaan gadget didampingi oleh arahan dan pengawasan pengasuh, anak cenderung menampilkan respons bahasa yang lebih aktif, beragam, dan komunikatif.

Oleh karena itu, penggunaan gadget perlu dikelola secara seimbang dan dipadukan dengan kegiatan komunikasi langsung antara anak dan pengasuh, agar manfaat

stimulatifnya dapat diperoleh secara maksimal. Kegiatan seperti membaca bersama, bercerita, serta berdialog secara interaktif merupakan bentuk pendampingan yang efektif untuk memperluas kosakata dan melatih kemampuan bahasa anak secara alami. Aktivitas tersebut tidak hanya membantu anak memahami bahasa dalam konteks yang nyata, tetapi juga mempererat ikatan emosional antara anak dan pengasuh. Dengan menjadikan interaksi verbal sebagai bagian rutin dari kegiatan sehari-hari di panti asuhan, gadget dapat difungsikan sebagai alat pendukung dalam proses perkembangan bahasa anak, bukan sebagai pengganti interaksi sosial yang esensial.

### **Pengaruh Gadget terhadap Regulasi Emosi dan Perilaku Anak**

Selain memengaruhi aspek sosial dan bahasa, penelitian ini juga menemukan bahwa penggunaan gadget berdampak pada regulasi emosi dan perilaku anak usia dini. Observasi di lapangan menunjukkan bahwa beberapa anak menampilkan reaksi emosional yang cukup intens ketika gadget mereka diambil atau akses terhadap perangkat digital dihentikan lebih cepat dari yang diharapkan. Respons emosional ini muncul dalam berbagai bentuk, seperti tantrum, kemarahan, menangis berlebihan, atau ekspresi frustrasi yang kuat. Temuan ini menunjukkan bahwa anak-anak belum sepenuhnya mampu mengatur emosi secara mandiri, terutama ketika menghadapi situasi yang menimbulkan kekecewaan atau pembatasan terhadap hal-hal yang mereka anggap menyenangkan.

Respons emosional yang kuat pada anak menunjukkan bahwa gadget dapat menjadi sumber kepuasan emosional yang signifikan. Akibatnya, ketika akses terhadap perangkat digital dibatasi, anak sering kesulitan mengalihkan perhatian atau menenangkan diri sendiri. Ketidakkampuan ini mencerminkan bahwa keterampilan regulasi emosi anak belum berkembang sepenuhnya, padahal kemampuan tersebut seharusnya terbentuk melalui pengalaman sosial dan interaksi langsung dengan lingkungan sekitar. Kurangnya kesempatan untuk menghadapi situasi yang menimbulkan kekecewaan, menunggu giliran, atau menyesuaikan diri dengan perubahan, berpotensi memperkuat reaksi emosional yang berlebihan. Oleh karena itu, temuan ini menegaskan bahwa penggunaan gadget yang tidak dikelola dengan baik dapat memengaruhi pembentukan perilaku serta kemampuan regulasi emosi pada anak usia dini.

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil studi yang dilakukan oleh Ramadani *dkk.*, yang mencatat bahwa penggunaan gadget secara berlebihan dapat menimbulkan ketergantungan emosional pada anak usia dini. Akibatnya, anak sering mengalami kesulitan dalam mengelola emosinya ketika akses terhadap perangkat digital dibatasi atau tidak tersedia (Chindy Abelia Nasution, Egidia Ramadani, Khaira Laini Zahra, Siti Ardila, 2024). Ketergantungan emosional anak muncul ketika gadget secara berulang menjadi sumber utama kesenangan, hiburan, dan rasa nyaman. Akibatnya, anak menjadi kurang terbiasa menghadapi situasi tanpa rangsangan digital dan mengalami kesulitan menenangkan diri saat akses ke gadget dibatasi atau dihentikan. Hal ini menunjukkan bahwa anak belum memiliki strategi mandiri untuk mengelola emosinya, sehingga reaksi emosional yang ditampilkan cenderung berlebihan.

Selain itu, ketergantungan emosional terhadap gadget membuat anak kurang mampu mengalihkan perhatian ke aktivitas lain yang tidak melibatkan perangkat digital, seperti bermain dengan teman sebaya atau berinteraksi dengan orang dewasa di sekitarnya. Pola ini juga sejalan dengan studi fenomenologi mengenai pengalaman sosial anak usia 5–6 tahun, yang menunjukkan bahwa keterbatasan interaksi langsung dengan orang lain berdampak pada munculnya respons perilaku yang lebih intens dan kurang terkontrol dalam hubungan sosial, baik dengan teman sebaya maupun orang dewasa (Nihaya et al., n.d.). Kurangnya pengalaman interaksi sosial yang bermakna membuat anak tidak terbiasa memahami dan mengatur emosinya, sehingga ketergantungan pada gadget semakin memperkuat perilaku reaktif dan kesulitan dalam regulasi emosi.

Dalam ranah perkembangan emosional, gadget berfungsi sebagai sumber rangsangan instan yang dapat memberikan kepuasan dengan cepat melalui visual yang menarik, suara yang menyenangkan, serta respons langsung terhadap sentuhan anak. Rangsangan semacam ini membuat anak merasa nyaman dan tenang tanpa perlu upaya emosional yang signifikan. Namun, ketika stimulasi tersebut dihentikan secara mendadak, anak dihadapkan pada situasi yang menuntut kemampuan untuk menunggu, menerima batasan, dan mengalihkan perhatian ke aktivitas lain yang tidak melibatkan gadget. Proses inilah yang menjadi bagian penting dari pembelajaran regulasi emosi, karena melalui pengalaman ini anak belajar mengenali ketidaknyamanan, mengelola rasa kecewa, dan menemukan cara adaptif untuk menenangkan diri.

Kurangnya kesempatan bagi anak untuk secara bertahap menghadapi dan mengelola rasa frustrasi dapat menghambat perkembangan regulasi emosional mereka. Anak yang terlalu sering mendapat kepuasan instan dari gadget cenderung kurang terbiasa menghadapi tantangan emosional sehari-hari, seperti menunggu giliran, menerima penolakan, atau menyelesaikan konflik sosial. Akibatnya, ketika dihadapkan pada situasi yang menuntut kesabaran dan pengendalian diri, respons emosional mereka cenderung lebih intens dan sulit dikendalikan. Temuan ini menunjukkan bahwa pengaturan dan pembatasan penggunaan gadget berperan penting dalam membantu anak membangun ketahanan emosional serta keterampilan menghadapi dinamika emosi secara sehat.

Selain itu, Ainun *dkk.*, yang dipublikasikan dalam jurnal *Kumara Cendekia*, melaporkan bahwa paparan gadget tanpa batasan durasi berkaitan dengan munculnya gangguan emosional pada anak usia dini, termasuk kesulitan mengendalikan impuls dan timbulnya agresivitas ringan. (Ainun et al., n.d.). Respons emosional anak biasanya muncul ketika mereka merasa frustrasi, terutama saat akses ke gadget dihentikan atau ketika tidak ada aktivitas alternatif yang memberikan kepuasan instan serupa. Hal ini menunjukkan bahwa anak belum memiliki strategi regulasi emosi yang memadai untuk menghadapi situasi yang menuntut pengendalian diri. Temuan ini juga didukung oleh observasi lapangan, di mana anak-anak yang sering diberikan gadget tanpa batasan waktu cenderung kesulitan beralih ke kegiatan lain, seperti permainan konvensional atau aktivitas kelompok. Anak terlihat kurang tertarik, mudah bosan, atau bahkan menolak ketika harus meninggalkan aktivitas berbasis layar.

Faktor penting yang memengaruhi kemampuan regulasi emosional anak adalah keterikatan sosial (*social bonding*) dan *attachment* terhadap pengasuh. Anak yang lebih banyak berinteraksi dengan gadget cenderung menerima stimulasi emosional yang lebih sedikit dari respons sosial pengasuh atau orang dewasa di sekitarnya. Padahal, respons emosional yang konsisten dan hangat dari pengasuh sangat penting untuk membantu anak mengenali perasaan, mengelola emosi, serta mengembangkan kemampuan empati. Minimnya interaksi emosional ini berpotensi menghambat perkembangan kecerdasan emosional (*emotional intelligence*) anak usia dini. Dengan demikian, dampak penggunaan gadget tidak hanya bergantung pada keberadaan perangkat itu sendiri, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh cara orang dewasa mengatur, mendampingi, dan memfasilitasi penggunaannya dalam rutinitas harian anak. Pendampingan yang tepat memungkinkan gadget digunakan secara seimbang tanpa mengorbankan kebutuhan emosional dan sosial anak (Yuniarni et al., 2024).

## Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknologi digital, khususnya gadget, memberikan pengaruh yang cukup signifikan terhadap perkembangan kognitif, sosial, bahasa, dan emosional anak usia dini. Dalam konteks kehidupan anak di panti asuhan, gadget menjadi salah satu sumber stimulasi yang menarik dan kuat. Namun, jika penggunaannya tidak dikelola dengan baik, hal ini cenderung mengurangi intensitas interaksi sosial langsung. Anak yang sering terpapar gadget menunjukkan kecenderungan untuk lebih banyak bermain secara individual, memiliki inisiatif yang lebih rendah dalam berinteraksi dengan teman sebaya, serta menampilkan respons sosial dan verbal yang lebih terbatas. Kondisi ini berdampak pada terhambatnya perkembangan keterampilan sosial dan kemampuan komunikasi, yang seharusnya tumbuh melalui pengalaman bermain dan interaksi langsung dengan lingkungan sosial di sekitarnya.

Selain itu, penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget juga memengaruhi regulasi emosi dan perilaku anak usia dini. Anak yang terbiasa memperoleh kepuasan instan dari perangkat digital cenderung kesulitan mengatur emosinya ketika akses ke gadget dibatasi, yang terlihat dari munculnya respons seperti tantrum, kemarahan, dan frustrasi. Kurangnya kesempatan untuk belajar menghadapi rasa kecewa atau menunggu secara bertahap dapat menghambat perkembangan kemampuan regulasi emosi anak. Namun demikian, temuan literatur dan hasil observasi lapangan juga menunjukkan bahwa gadget dapat memberikan efek positif terhadap perkembangan kognitif dan bahasa anak, asalkan penggunaannya dilakukan secara bijak, terarah, dan disertai pendampingan orang dewasa. Dengan demikian, dampak teknologi digital terhadap perkembangan anak usia dini sangat bergantung pada cara penggunaan, durasi, pemilihan konten, serta peran pengasuh dalam memediasi pengalaman digital anak.

## Referensi

- Ainun, R., Nadila, A., & Kusayang, T. (n.d.). *ANALISIS PENGARUH PAPARAN GADGET TERHADAP PERKEMBANGAN KEMAMPUAN BERBICARA ANAK USIA 2-3 TAHUN*. 13(3), 444–451.
- Annisa, N., Padilah, N., Rulita, R., & Yuniar, R. (2022). *Dampak Gadget terhadap Perkembangan Anak Usia Dini*. 3(9), 837–849.
- Chindy Abelia Nasution, Egidia Ramadani, Khaira Laini Zahra, Siti Ardila, E. S. A. (2024). *Integrasi Teknologi Dalam Pembelajaran Paud: Dampaknya Terhadap Perkembangan Kognitif, Sosial, Dan Emosional Anak*. *Jurnal Inovasi Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 1, 44–47.
- Dauwango, S., Yahya, I. M., Wahyuni, S., Sasuit, J., No, T., & Utara, S. (2021). *Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Perkembangan Psikososial Pada Anak Usia Prasekolah di TK Raudhatul Atfhal Assalam Manado*. 9(9).
- Dewi, A. K., Yulianingsih, Y., & Hayati, T. (2019). *Hubungan Antara Penggunaan Gadget dengan Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini*.
- Falensia, R., Pendidikan, D., Formal, N., Pendidikan, F. I., & Padang, U. N. (2025). *DAMPAK PENGGUNAAN GADGET BERLEBIHAN TERHADAP*. 8(2), 139–145.
- Filza, N. I., & Wulandari, H. (2023). *PENGGUNAAN GADGET TERHADAP PERKEMBANGAN SOSIAL PADA ANAK USIA DINI*. 6, 3176–3181.
- Fitrianis, E., Ilmu, F., Universitas, P., Padang, N., Ilmu, F., Universitas, P., & Padang, N. (2020). *HUBUNGAN DURASI WAKTU PENGGUNAAN GADGET TERHADAP*. 4(2), 214–223.
- Irmawati, I., Herdiansyah, E., Arimbawan, F., & Priawasana, E. (2025). *Media Digital dalam Pendidikan Anak Usia Dini : Antara Inovasi Pedagogis dan Tantangan Etis*. 7(02), 797–812.
- Lestari, D. P., Ramadhanti, S., Asih, S. N., Putri, D. A., Darunnajah, U., & Lampung, U. (2024). *INTRODUCTION OF DIGITAL LITERACY SKILLS BY PARENTS IN EARLY CHILDHOOD TO PREVENT MOBILE PHONE*. 6(2), 197–202.
- Mimin, E. (2022). *Analisis Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Aspek-Aspek Perkembangan Anak Usia Dini*. 6(02), 558–568.
- Nihaya, F., Rahmawati, A., & Nurjanah, N. E. (n.d.). *DAMPAK PENGGUNAAN GADGET PADA PERILAKU SOSIAL ANAK USIA 5-6 TAHUN*. 12(1), 85–93.
- Ramadani, F., Khodijah, S., Rizki, C. A., & Hasanuddin, M. (2025). *Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia 3-6 Tahun*. 1(1), 14–19.
- Ridanti, J. F., & Suryana, D. (2024). *Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Anak Usia Dini*. 13(2), 315–324. <https://doi.org/10.26877/paudia.v13i2.391>
- Riza, L. U. (2016). *PERKEMBANGAN SOSIAL ANAK USIA DINI PENGGUNA GADGET*. 11(2), 82–98.
- Rustamana, A., Adillah, P. M., & Maharani, N. K. (2024). *Metode Penelitian Kualitatif*. 2(6), 919–930.

- 
- Sisbintari, K. D., & Setiawati, F. A. (2022). *Digital Parenting sebagai Upaya Mencegah Kecanduan Gadget pada Anak Usia Dini saat Pandemi Covid-19*. 6(3), 1562–1575. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1781>
- Suniati, Puspitasari, & Nurraihan, S. (2025). *Teknik observasi pada anak usia dini*. 1(1).
- Syamsudin, A. (n.d.). *Pengembangan Instrumen Evaluasi Non Tes (Informal) untuk Menjaring Data Kualitatif Perkembangan Anak Usia Dini*.
- Widiastuti, R. Y., & Yuliati, N. (2025). *Parental Readiness in Child Rearing in the Digital Era*. 13, 100–111.
- Yuniarni, D., Surjaningrum, E. R., & Dewi, T. K. (2024). *Analyzing Parental Perceptions of Smartphone Usage in Early Childhood : Educational Potential and Risk Management*. 7(3), 457–468.