

Ketergantungan Gadget dan Dampaknya terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Peserta Didik SD : Studi Literatur

Nada Aulia Nur'aini^{1*}, Najwa Pasha Ramadhani², Keisya Dini Milan Sari³, Nadiva Rahma Paulina Putri⁴, Nezhatian Adi Firmansyah⁵, Surayanah⁶

^{1,2,3,4,5,6} Departemen Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Negeri Malang, Indonesia
Email: ¹nada.aulia.2501516@students.um.ac.id, ²najwa.pasha.2501516@students.um.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak ketergantungan gadget terhadap perkembangan sosial-emosional peserta didik sekolah dasar. Penelitian menggunakan metode studi literatur dengan menyeleksi jurnal dan artikel ilmiah yang relevan berdasarkan kesesuaian topik, tahun terbit, dan keterkaitannya dengan perkembangan sosial-emosional anak pada periode 2021–2026. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan dapat menyebabkan ketergantungan yang berdampak pada menurunnya interaksi sosial, kemampuan komunikasi, serta kestabilan emosi anak. Anak cenderung mengalami kesulitan memahami dan mengelola emosi karena terbiasa memperoleh kepuasan instan dari gadget. Faktor penyebab ketergantungan meliputi kurangnya pengendalian diri, rasa bosan, pola asuh orang tua, dan lingkungan pergaulan. Meskipun demikian, gadget juga memiliki manfaat apabila digunakan secara bijak untuk mendukung pembelajaran dan akses informasi. Oleh karena itu, penggunaan gadget pada anak perlu diawasi dan dibatasi agar perkembangan sosial-emosional peserta didik dapat berkembang secara optimal. Penelitian ini penting sebagai dasar dalam meningkatkan perhatian orang tua dan guru terhadap penggunaan gadget pada anak usia sekolah dasar.

Kata kunci: *ketergantungan gadget, perkembangan sosial-emosional, peserta didik sekolah dasar, interaksi sosial.*

Abstract

This study aims to analyze the impact of gadget dependency on the social-emotional development of elementary school students. The study employed a literature review method by selecting relevant journals and scientific articles based on topic suitability, publication year, and their relation to children's social-emotional development published between 2021 and 2026. The findings indicate that excessive gadget use can lead to dependency, which negatively affects children's social interaction, communication skills, and emotional stability. Children tend to experience difficulties in understanding and managing emotions due to their dependence on instant gratification from gadgets. Factors contributing to gadget dependency include poor self-control, boredom, parenting styles, and social environment. However, gadgets may also provide benefits when used wisely to support learning and access to information. Therefore, supervision and limitations on gadget use are necessary to ensure optimal social-emotional development in children. This study is important as a basis for increasing parents' and teachers' awareness regarding gadget use among elementary school children.

Keywords: *gadget dependency, social-emotional development, elementary school students, social interaction.*

1. PENDAHULUAN

Semakin berkembangnya teknologi, gadget bukan hanya menjadi pilihan dalam berkomunikasi, tetapi sudah menjadi kebutuhan karena menawarkan berbagai fitur lengkap yang memudahkan pengguna dalam memenuhi berbagai kebutuhan mereka. Kemudahan dalam berkomunikasi dan mendapatkan informasi menjadi keuntungan dari penggunaan gadget (Anggraeni et al., 2021). Teknologi digital kini sudah masuk ke berbagai kalangan masyarakat, bahkan sampai pada anak-anak yang masih sangat muda.

Badan Pusat Statistik (BPS) mengonfirmasi adanya isu tersebut, yang menunjukkan bahwa 33,4 persen anak usia dini di Indonesia menggunakan gadget. Detailnya, 25,5% di antaranya adalah anak usia 0-4 tahun dan 52,76% berusia 5-6 tahun. Yang lebih mengkhawatirkan adalah anak-anak sering

memakai gadget bukan hanya untuk belajar, tetapi dengan durasi yang bisa mencapai 1-3 jam bahkan lebih dari 5 jam setiap hari. Intensitas ini membuat anak lebih suka tinggal di rumah dan bermain gadget, sehingga mengurangi kesempatan bermain dengan teman sebaya (Salsabila & Zuhroh, 2026). ketergantungan berlebihan pada gadget yang bisa menyebabkan penurunan kemampuan seseorang dalam lingkungan sosialnya (Anggraeni et al., 2021).

Ketergantungan gadget dapat diartikan sebagai kondisi ketika individu menunjukkan penggunaan perangkat digital secara berlebihan dan sulit untuk mengontrol durasi maupun frekuensinya. Konsep ini berkaitan dengan perilaku adiktif yang ditandai dengan keinginan terus-menerus untuk menggunakan gadget. Adiksi gadget adalah kondisi di mana seseorang atau kelompok orang sangat tertarik, bahkan sampai menjadi kecanduan, dalam menggunakan perangkat teknologi modern seperti ponsel, tablet, dan laptop. Fenomena ini sesuai dengan kemajuan teknologi yang cepat dan semakin tingginya ketergantungan masyarakat pada perangkat digital dalam kehidupan sehari-hari (Majid & Apriani, 2026).

Penggunaan gadget yang berlebihan akan berdampak pada cara anak berinteraksi dengan orang lain dan dapat mengubah pola komunikasi sang anak dan perkembangan sosial-emosional anak. Menerapkan model pembelajaran yang sesuai dengan keterampilan abad ke-21, seperti keterampilan berkomunikasi yang sangat penting untuk meningkatkan efektivitas dan relevansi pembelajaran (Suryanah & Oktaviani, 2024). Perkembangan sosial-emosional anak merupakan proses bertahap di mana anak mempelajari keterampilan untuk berinteraksi secara efektif dengan orang lain, memahami nilai dan norma sosial, serta membentuk hubungan yang sehat dengan lingkungan sekitar, termasuk keluarga, teman sebaya, dan masyarakat. Proses ini melibatkan penguasaan komunikasi interpersonal, empati, kerja sama, serta kemampuan untuk menyesuaikan diri dalam berbagai situasi sosial. Selain itu, aspek psikologis seperti konsentrasi belajar juga berperan penting dalam mendukung proses pembelajaran, karena membantu siswa memahami materi dengan lebih baik serta meningkatkan motivasi dan keaktifan dalam belajar (Abidah et al., 2025). Juga perkembangan sosial-emosional pada anak usia dini menentukan kualitas kehidupan mereka di masa depan secara signifikan (Masitha et al., 2025).

Perkembangan sosial-emosional ini dipengaruhi oleh beberapa factor, seperti dari sisi terdekat yaitu lingkungan belajar, dalam membantu menstimulasi karakteristik anak dapat diasah dari lingkungan belajar, terutama lingkungan yang terdekat dengan anak khususnya ibunya atau pengasuh anak (Nurdiantami et al., 2022). Selain itu juga interaksi dengan teman sebaya dan pengalaman belajar disekolah dapat mempengaruhi perkembangan sosial-emosional pada anak. Jika perkembangan ini tidak berjalan secara optimal, akan berdampak besar pada bagaimana sang anak menjalani kehidupan kedepannya. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, dapat dipahami bahwa ketergantungan gadget pada peserta didik sekolah dasar menjadi isu penting yang harus mendapat perhatian, karena kaitannya dengan perkembangan sosial-emosional pada anak. Oleh karena itu, Penulisan ini bertujuan menganalisis konsep, karakteristik, faktor, dan dampak ketergantungan penggunaan gadget pada anak sekolah dasar terhadap perkembangan sosial-emosional anak, serta memberikan pemahaman sebagai dasar pencegahan dan penanganan dampak negatifnya.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur atau literature review. Menurut International Jurnal Labs Literature review adalah cara meneliti yang melibatkan, memeriksa dan mengevaluasi secara kritis berbagai sumber bacaan yang sudah ada sebelumnya. beberapa aspek yang penting studi literatur menurut (Susanti et al., 2023) yaitu: (1) kita akan berhadapan secara jelas terhadap data, naskah dan lainnya, tidak hanya pada wawasan langsung dari lapangan, (2) sumber-sumber yang telah didapatkan seperti data dari pustaka dapat dipakai langsung tanpa harus peneliti melakukan penelitian secara langsung. Pengumpulan data dapat dilakukan secara observasi terhadap temuan dari beberapa sumber, misalnya buku, artikel, jurnal maupun arsip-arsip yang sesuai dan relevan (baik dalam bentuk elektronik maupun cetak). Menggunakan metode ini bermaksud untuk menemukan sumber serta deskripsi terhadap apa yang dibahas secara jelas.

Proses pencarian literatur dilakukan melalui Google Scholar dan ResearchGate, menggunakan kata kunci “Ketergantungan Gadget Anak Usia Sekolah Dasar”, “Perkembangan Sosial-Emosional Anak Usia Sekolah Dasar”, dan “Dampak Ketergantungan Gadget terhadap Sosial-Emosional Anak Usia Sekolah Dasar”. kriteria inklusi yang digunakan yaitu artikel atau jurnal yang membahas topik sesuai penelitian, diterbitkan dalam rentang tahun 2021-2026, dan berasal dari sumber ilmiah yang relevan. Sementara itu, kriteria eksklusi meliputi artikel yang tidak sesuai dengan topik dan artikel yang tidak memiliki informasi lengkap. Dari hasil pencarian literatur yang dilakukan, diperoleh sejumlah artikel yang kemudian diseleksi berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan hingga diperoleh sekitar 25 artikel yang digunakan untuk dianalisis lebih lanjut. Data tersebut dianalisis secara deskriptif untuk menentukan konsep, faktor, serta dampak ketergantungan gadget terhadap perkembangan sosial-emosional anak usia sekolah dasar.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Gadget, Kebiasaan, dan Ketergantungan pada Peserta Didik Sekolah Dasar

Gadget merupakan sebuah perangkat elektronik seperti smartphone, tablet, dan laptop yang saat ini sudah menyatu menjadi bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari, termasuk bagi anak-anak sekolah dasar (Fadli et al., 2025). Meskipun kehadiran gadget membawa banyak manfaat dalam kehidupan yang modern, penggunaan gadget yang tidak terkontrol dan tanpa adanya pengawasan dari orang dewasa bisa membuat anak menjadi ketergantungan. Ketergantungan gadget bisa terjadi ketika anak sudah tidak mampu mengendalikan atau membatasi penggunaan gadget secara mandiri, sehingga gadget mulai mengganggu kegiatan dan aktivitas sehari-hari mereka, baik di rumah maupun di sekolah. Menurut (Hidayat & Budiman, 2025) anak yang sudah mengalami ketergantungan gadget akan mengalami reaksi seperti mudah gelisah, rewel, hingga marah ketika akses terhadap gadget mereka dibatasi atau dihentikan. Selain itu, anak yang mengalami ketergantungan cenderung lebih asyik dengan gadget daripada bermain atau menjalin interaksi langsung dengan teman sebaya maupun keluarga, sehingga berdampak pada melemahnya kemampuan sosial mereka (Saputri et al., 2024). Kondisi ini pada akhirnya akan berpengaruh terhadap fokus belajar siswa, yang dapat terganggu baik oleh faktor internal seperti rendahnya motivasi dan kesiapan mental, maupun faktor eksternal seperti penggunaan gadget yang berlebihan dan suasana belajar yang kurang kondusif (Putri et al., 2025).

Pola penggunaan gadget pada anak-anak sekolah dasar saat ini menjadi salah satu hal yang cukup mengkhawatirkan dan perlu mendapat perhatian serius. Menurut (Ikawati & Yuniarti, 2025) banyak anak yang rela menghabiskan lebih dari 3 jam sehari di depan layar hanya untuk bermain game, menonton video, atau sekedar melihat konten hiburan, padahal batas waktu penggunaan yang dianjurkan hanya 2 jam per hari. Pada dasarnya, perbedaan antara penggunaan gadget yang sehat dan yang berlebihan dapat dilihat secara sederhana. Jika anak masih bisa berhenti jika diminta, masih aktif beraktivitas di luar ruangan, dan tidak mengalami perubahan suasana hati yang drastis ketika gadget dimatikan, maka dalam penggunaannya masih tergolong wajar. Sebaliknya, penggunaan sudah memasuki tahap berlebihan apabila gadget sudah menjadi satu-satunya cara yang digunakan anak untuk mengisi waktu dan mengatasi kebosanan, karena pada tahap inilah tanda-tanda awal ketergantungan mulai muncul (Jalilah, 2022).

Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan siswa sekolah dasar mudah terjebak dalam ketergantungan gadget, baik yang berasal dari dalam diri anak maupun dari lingkungan sekitarnya. Dari sisi internal, perasaan bosan, kesepian, dan kurangnya kemampuan anak dalam mengendalikan keinginan diri sendiri menjadi pemicu utama, di mana anak yang sedang merasa sedih atau tertekan sering menjadikan gadget sebagai pelarian yang paling mudah dijangkau. Dari sisi eksternal, pola asuh orang tua memiliki pengaruh yang tidak kalah besar, orang tua yang sibuk dan memberikan gadget kepada anak tanpa adanya pengawasan, secara tidak langsung turut mempercepat terbentuknya ketergantungan pada diri anak (Kharin et al., 2025). Selain itu, penggunaan teknologi digital secara berlebihan sudah terbukti bisa melemahkan konsentrasi anak dan mengurangi keterlibatan mereka dalam kegiatan belajar di sekolah (Putri et al., 2025). Selain itu, lingkungan pergaulan juga turut berperan, karena biasanya

anak-anak cenderung menyesuaikan kebiasaan mereka dengan teman sebayanya agar tidak merasa berbeda atau tertinggal dari yang lain (Purnomosidi et al., 2023).

3.2 Perkembangan Sosial-Emosional Anak SD

Perkembangan sosial emosional merupakan bagian penting dalam kehidupan anak, terutama pada usia sekolah dasar. Pada masa ini anak mulai belajar memahami dirinya sendiri, mengenali perasaan orang lain, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang lebih luas. Anak tidak lagi hanya bergantung pada keluarga, tetapi mulai banyak berinteraksi dengan teman sebaya, guru, dan lingkungan sekitar. Dari proses tersebut, anak belajar bagaimana bersikap, bekerja sama, mengendalikan emosi, dan membangun hubungan yang baik dengan orang lain. Karena itu, perkembangan sosial emosional sangat berpengaruh terhadap kehidupan sehari-hari anak, baik di sekolah maupun di lingkungan tempat tinggalnya (Turmudli et al., 2024).

Kemampuan sosial emosional yang berkembang dengan baik dapat membantu anak lebih mudah beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungannya. Anak yang mampu mengendalikan emosi biasanya lebih mudah bergaul, mampu menghargai orang lain, dan tidak mudah terlibat konflik dengan teman. Selain itu, anak juga mulai belajar memahami kondisi orang lain sehingga rasa empati dan kepedulian sosial perlahan berkembang. Herdiyana et al. (2023) menjelaskan bahwa melalui hubungan sosial yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari, anak belajar memahami sikap, perasaan, serta cara berperilaku yang sesuai di lingkungan sosialnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa perkembangan sosial emosional tidak dapat dipisahkan dari proses interaksi anak dengan lingkungan sekitar.

Di lingkungan sekolah, perkembangan emosional siswa juga terlihat dari cara mereka berhubungan dengan teman sebaya maupun guru. Pada usia sekolah dasar, siswa mulai memiliki hubungan pertemanan yang lebih dekat dan belajar membangun rasa percaya terhadap orang lain. Dalam proses tersebut, siswa juga belajar mengendalikan rasa marah, kecewa, malu, maupun rasa takut yang muncul selama kegiatan belajar berlangsung. Oleh karena itu, guru memiliki peran penting dalam membantu perkembangan sosial emosional siswa melalui kegiatan pembelajaran yang melibatkan kerja sama, diskusi, maupun kegiatan yang dapat menciptakan suasana belajar yang nyaman. Sulistyarningsih et al. (2024) menjelaskan bahwa kegiatan sederhana seperti ice breaking, refleksi pembelajaran, dan kerja kelompok dapat membantu siswa lebih berani berpendapat, menghargai teman, serta membangun hubungan sosial yang lebih baik.

Namun, pada kenyataannya perkembangan sosial emosional siswa sering kali belum mendapatkan perhatian yang seimbang di sekolah. Pembelajaran lebih banyak diarahkan pada pencapaian akademik dan hasil nilai siswa, sedangkan kemampuan sosial dan pengendalian emosi masih kurang diperhatikan. Padahal, kemampuan tersebut sangat penting dalam membentuk sikap dan karakter anak. Apriyanto et al. (2025) menjelaskan bahwa pendidikan dasar merupakan tahap penting dalam pembentukan karakter karena pada masa ini anak mulai menunjukkan kemampuan dirinya melalui hubungan sosial dengan teman sebaya dan lingkungan sekitarnya. Jika perkembangan sosial emosional anak tidak diperhatikan dengan baik, maka hal tersebut dapat memengaruhi rasa percaya diri, kemampuan berinteraksi, bahkan proses belajar anak di sekolah.

Meskipun demikian, perkembangan sosial emosional yang baik dapat memberikan banyak dampak positif bagi anak. Anak yang mampu mengelola emosinya dengan baik biasanya lebih mudah menyesuaikan diri, mampu menjaga hubungan dengan teman, dan lebih tenang dalam menghadapi masalah. Mereka juga cenderung lebih percaya diri dan mampu menyampaikan pendapat dengan baik tanpa harus menyakiti orang lain. Selain itu, kemampuan memahami perasaan teman dapat membantu anak membangun hubungan yang lebih harmonis di lingkungan sekolah maupun di rumah. Rahayu et al. (2024) menjelaskan bahwa kemampuan mengontrol emosi membantu anak untuk bersikap lebih sabar, tidak mudah marah, dan lebih mudah diterima di lingkungan sosialnya.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, dapat dipahami bahwa perkembangan sosial emosional memiliki pengaruh besar terhadap kehidupan peserta didik sekolah dasar. Perkembangan ini tidak hanya berkaitan dengan kemampuan anak dalam mengendalikan emosi, tetapi juga berhubungan dengan cara anak berinteraksi, bekerja sama, dan membangun hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, diperlukan perhatian dan pendampingan yang baik dari guru maupun orang tua agar

perkembangan sosial emosional anak dapat berkembang secara optimal dan membantu mereka dalam kehidupan sehari-hari maupun proses pembelajaran di sekolah.

3.3 Disrupsi Sosial-Emosional Peserta Didik Sekolah Dasar Akibat Ketergantungan Gadget

Keterampilan sosial-emosional merupakan aspek penting dalam perkembangan peserta didik sekolah dasar karena berkaitan dengan kemampuan anak dalam berinteraksi, bekerja sama, serta mengenali dan mengelola emosi dalam kehidupan sehari-hari. Keterampilan tersebut menjadi dasar bagi anak untuk membangun hubungan sosial yang sehat dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Jannah & Surayanah, 2024). Namun, perkembangan teknologi digital saat ini menghadirkan tantangan baru, salah satunya meningkatnya penggunaan gadget pada anak usia sekolah dasar. Penggunaan gadget yang berlebihan tanpa pengawasan dapat memengaruhi perkembangan sosial dan emosional anak, terutama ketika intensitas penggunaannya mulai menggantikan aktivitas interaksi langsung dengan lingkungan sekitar.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ketergantungan gadget berdampak pada menurunnya kemampuan interaksi sosial anak. Penggunaan gadget yang terlalu intens membuat anak lebih banyak terlibat dalam aktivitas individual, seperti bermain game dan menonton video, sehingga frekuensi komunikasi secara langsung dengan teman sebaya maupun keluarga menjadi berkurang (Nurbani & Mashudi, 2023). Kondisi tersebut menyebabkan anak kurang terlatih dalam kemampuan berbagi, bekerja sama, serta memahami ekspresi dan perasaan orang lain. Sejalan dengan itu, penelitian lain juga menjelaskan bahwa paparan gadget secara berlebihan dapat memicu isolasi sosial dan menurunkan kemampuan anak dalam membangun hubungan sosial di lingkungan sekitarnya (Joshanda et al., 2025). Dengan demikian, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol cenderung menghambat perkembangan keterampilan sosial anak.

Selain berdampak pada kemampuan sosial, penggunaan gadget yang berlebihan juga memengaruhi perkembangan emosional peserta didik. Anak yang terlalu sering menggunakan gadget cenderung menunjukkan emosi yang kurang stabil, seperti mudah marah, kurang sabar, dan sulit mengendalikan diri. Hal tersebut terjadi karena anak terbiasa memperoleh hiburan dan kepuasan secara instan dari gadget sehingga ketika akses terhadap gadget dibatasi, anak menjadi lebih mudah frustrasi (Kamilla & Putri, 2025). Di sisi lain, kurangnya interaksi sosial secara langsung juga membuat anak kurang terbiasa mengenali dan mengelola emosi secara sehat. Penelitian yang dilakukan oleh Sari et al. (2024) menunjukkan adanya hubungan antara tingginya intensitas penggunaan gadget dengan meningkatnya masalah emosional pada anak. Berdasarkan beberapa hasil penelitian tersebut, dapat dipahami bahwa penggunaan gadget yang tidak bijak berpotensi menghambat kematangan emosi peserta didik sekolah dasar.

Penggunaan gadget yang intens juga berkaitan dengan perubahan perilaku sosial-emosional anak dalam kehidupan sehari-hari. Anak yang mengalami ketergantungan gadget cenderung lebih fokus pada dunia digital dan mulai mengurangi keterlibatan dalam lingkungan sosialnya. Dalam beberapa penelitian ditemukan bahwa anak menjadi kurang responsif terhadap lingkungan sekitar, sulit melepaskan diri dari gadget, serta menunjukkan perubahan suasana hati ketika penggunaan gadget dibatasi (Hafidzah et al., 2025). Hasil penelitian Andini et al. (2025) juga menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan memengaruhi pola perilaku sehari-hari anak, terutama dalam bentuk menurunnya keterlibatan sosial dan munculnya perilaku adiktif. Dengan demikian, durasi dan intensitas penggunaan gadget menjadi faktor penting yang memengaruhi perilaku sosial-emosional peserta didik.

Meskipun sebagian besar penelitian lebih banyak menunjukkan dampak negatif, beberapa penelitian lain menjelaskan bahwa gadget juga dapat memberikan dampak positif apabila digunakan secara tepat dan dalam pengawasan orang tua maupun guru. Gadget dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran interaktif, membantu anak memperoleh akses informasi yang lebih luas, serta mendukung perkembangan kemampuan kognitif dan literasi digital anak. Namun, manfaat tersebut hanya dapat diperoleh apabila penggunaan gadget dilakukan secara seimbang dan tidak berlebihan. Oleh karena itu, diperlukan pembatasan durasi penggunaan gadget, pendampingan dari orang tua dan guru, serta

penguatan aktivitas sosial secara langsung agar perkembangan sosial-emosional anak tetap berjalan optimal.

Berdasarkan hasil sintesis berbagai penelitian tersebut, dapat dipahami bahwa ketergantungan gadget memiliki hubungan yang erat dengan perkembangan sosial-emosional peserta didik sekolah dasar. Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan lebih dominan memberikan dampak negatif terhadap kemampuan interaksi sosial, pengendalian emosi, dan perilaku anak dalam kehidupan sehari-hari. Namun, gadget tetap dapat memberikan manfaat positif apabila digunakan secara proporsional dan disertai pengawasan yang tepat. Dengan demikian, keseimbangan dalam penggunaan gadget menjadi faktor penting untuk meminimalkan dampak negatif sekaligus mendukung perkembangan sosial-emosional anak secara optimal.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan, dapat disimpulkan bahwa ketergantungan gadget pada peserta didik sekolah dasar memberikan dampak signifikan terhadap perkembangan sosial-emosional anak. Penggunaan gadget secara berlebihan menyebabkan menurunnya kemampuan interaksi sosial, komunikasi, serta kemampuan mengelola emosi. Faktor dominan penyebab ketergantungan berasal dari kurangnya pengendalian diri, pola asuh orang tua, dan lingkungan pergaulan anak.

Meskipun gadget memiliki manfaat dalam mendukung pembelajaran, penggunaannya tetap perlu diawasi dan dibatasi secara bijak. Peran orang tua dan guru sangat penting, seperti membatasi durasi penggunaan gadget, melakukan pendampingan saat anak menggunakan gadget, serta mendorong anak untuk lebih banyak berinteraksi sosial secara langsung agar perkembangan sosial-emosional anak tetap seimbang.

Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengkaji strategi pendampingan dan pengawasan penggunaan gadget yang lebih efektif untuk mendukung perkembangan sosial-emosional peserta didik sekolah dasar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidah, D. N., Surayanah, S., & Sinayangsih, A. Y. W. (2025). Analisis Konsentrasi Proses Pembelajaran Bahasa Jawa Siswa Sekolah Dasar Kelas VI SDN Gaprang 01. *Jurnal Citra Pendidikan Anak*, 4(2), 145–157. <https://doi.org/10.38048/jcpa.v4i2.5306>
- Andini, S., Herlina, L., Arigi, L. A. G., & Syamsun, A. (2025). Dampak Gadget Pada Interaksi Sosial-Emosional Anak Kelas 5 Sekolah Dasar : Sebuah Studi Kualitatif. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9.
- Anggraeni, W., Suroso, & Meiyuntariningsih, T. (2021). Hubungan Antara Loneliness dan Kontrol Diri dengan Ketergantungan Smartphone Pada Remaja. *Psikovidya*, 25(2), 100–108.
- Apriyanto, S. C., Restian, A., Makhali, & PrastikaPutri, S. D. (2025). Model Penguatan Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Melalui Pembelajaran Kolaboratif dan Empatik di Sekolah Dasar. *J-SES: Journal of Science, Education and Studies*, 4(3), 107–113. <https://journal.um-surabaya.ac.id/J-SES/article/view/29202/10299>
- Fadhilah, S. N., Haris, A. N., Febriyanti, U. F., & Adha, M. F. N. (2025). Analisis Perkembangan Sosial Anak dengan Ketergantungan Gadget. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 9(2), 21319–21326.
- Fadli, M., Qolbi, L., Mutiasya, K., Hayati, S., Tionita, E., & Azizah, H. (2025). Penggunaan Gadget di Kalangan Anak Sd dan Tantangan dalam Lingkungan Sekolah. *Lencana: Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan*, 3(2), 159–167.
- Hafidzah, N. A., Firdaus, V. M., & Kusmawati, A. (2025). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Sosial Anak. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 34–39.
- Herdiyana, R., Lestari, R., & Bahrum, M. (2023). Psikologi Perkembangan Sosial terhadap Emosional pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 23–30. <https://journal.albadar.ac.id/index.php/BANUN/article/view/55?utm>

- Hidayat, L., & Budiman, N. (2025). Dampak Kecanduan Gadget pada Perilaku Anak-anak Sekolah Dasar : studi kualitatif. *Journal of Educational and Learning Studies*, 8(2), 20–24.
- Ikawati, K., & Yuniarti, C. A. (2025). Pengaruh Durasi Penggunaan Gadget Terhadap Aktivitas Fisik dan Pola Sosialisasi Anak Sd Maranatha 01 Semarang (Peran Moderator Status Pekerjaan Ibu). *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 12(9), 2358–2370.
- Jalilah, S. R. (2022). Analisis Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Fisik dan Perubahan Perilaku pada Anak Sekolah Dasar. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 4(1), 28–37.
- Jannah, A. R. N., & Surayanah, S. (2024). Meningkatkan Keterampilan Sosial-Emosional Siswa Sekolah Dasar melalui Media Animasi Religi. *Journal of Innovation and Teacher Professionalism*, 2(2), 210–217. <https://doi.org/10.17977/um084v2i22024p210-217>
- Joshanda, N. S., Adrias, A., & Zulkarnaini, A. P. (2025). *Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Anak Usia Sd*.
- 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. <https://doi.org/10.31004/aulad.v8i2.1173>
- Kharin, A., Febriana, B., & Setyowati, W. E. (2025). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Kecanduan Gadget pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, 3(1), 3–8.
- Majid, Y. A., & Apriani, S. (2026). Skrining dan Edukasi Gadget Addictive (SEGA) Meningkatkan Pengetahuan Pencegahan Adiksi Gadget pada Remaja. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 19(11).
- Masitha, D., Nurhakiki, Sihab, N. al, Hawali, F., Fartika, T. A., Suhrdianti, Puspitasari, D., & Anjani, A. (2025). Perkembangan Psikologi Peserta Didik. *Jurnal Pemikiran & Penelitian Pendidikan Dasar*, 9(2), 480–489.
- Nurbani, R. R., & Mashudi, E. A. (2023). Ketergantungan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun. *Indonesia Journal of Islamic Early Childhood Education*, 2(1).
- Nurdiantami, Y., Febriyanti, H. P., Chandra, C. N., Raniyah, R. Z., & Faqih, A. B. E. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tidak Teraturnya Perkembangan Sosial-Emosional pada Anak. *PREPOTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 1823–1831.
- Purnomosidi, F., Alda, R., & Rachmawati, A. (2023). Perilaku Sosial pada Anak yang Kecanduan Bermain Gadget selama Masa Pandemi Covid 19 di Karanganyar. *Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 2(1), 14–27.
- Putri, A. A., Putri, D. C., Nabila, D. I., & Surayanah. (2025). Analisis Faktor Penyebab Rendahnya Fokus Belajar Siswa dalam Pembelajaran Pkn di Sdn Sananwetan 02. *Jurnal Citra Pendidikan Anak*, 4(4), 381–388.
- Rahayu, D. A., Nabilla, R. R., Kusumawastuti, A. F., Wulandari, J., & Danuri. (2024). Pengaruh Lingkungan Keluarga terhadap Perkembangan Sosial Emosional pada Sekolah Inklusi SDN Pojok. *CJPE: Cokroaminoto Journal of Primary Education*, 7(2), 588–599. <https://e-journal.my.id/cjpe/article/view/4096/3163>
- Rahayu, N. K. S., Suarni, N. K., & Margunayasa, I. G. (2024). Studi Literatur Dampak Penggunaan Gadget Bagi Perkembangan Kognitif Anak Usia Sekolah. *Ideguru : Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(1), 344–349.
- Salsabila, A. Z., & Zuhroh, D. F. (2026). Hubungan Ketergantungan Gadget Terhadap Keterlambatan Bahasa dan Perilaku Anak di PAUD Indah Sari Sukorame. *Jurnal Ners Universitas Pahlawan*, 10(1), 979–983. <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners>
- Saputri, R. E., Salsabilla, C. A., Nurazizah, D., & Azahra, N. (2024). Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 2(1), 1–10.

- Sari, I. P., Astuti, M. A., Wahyuni, Y., & Rayasari, F. (2024). Dampak Penggunaan Gadget pada Perilaku Emosional Anak. *Jurnal Kesmas Asclepius*, 6(2), 228–233. <https://doi.org/10.31539/jka.v6i2.11873>
- Sulistyaningsih, D., Widiyanti, A., Widyastuti, Darsinah, & Wulandari, M. D. (2024). Pengaruh Pendidikan Karakter terhadap Perkembangan Sosial Emosional Siswa Kelas 2 di SD Muhammadiyah Jatiyoso Tahun 2024. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(4), 309–317. <https://journal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/20562/10127>
- Surayanah, & Oktaviani, R. (2024). Analisis Model Role Playing dalam meningkatkan Keterampilan Berkomunikasi pada Pembelajaran Bahasa Indonesia. *Proceedings Series of Educational Studies*, 47–56.
- Susanti, M., Rahmadona, T., & Fitria, Y. (2023). Perbedaan Penilaian Kurikulum 2013 dengan Kurikulum Merdeka. *JURNAL BASICEDU*, 7(1), 341. <https://jbasic.org/index.php/basicedu>
- Turmodli, Rakhmawati, D., & Handayani, A. (2024). Analisis Perkembangan Sosial -Emosi pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran*, 2(8), 176–180. <https://jurnal.kolibi.org/index.php/cendikia/article/view/2283/2212>