

ANALISIS KECANDUAN GADGET PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR DI TULANGAN

Nancy Anggita¹, Budi Haryanto²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

¹anggyokt23@gmail.com, ²budiharyanto@umsida.ac.id

This study aims to analyze the forms, levels, and impacts of gadget addiction among elementary school children in Tulangan, Sidoarjo. The increasing use of gadgets, which initially functioned as learning and entertainment tools, has developed into a source of dependency affecting children's psychological, social, academic, and religious aspects. This research employed a descriptive qualitative design within a positivistic paradigm. Data were collected through non-participant observation and semi-structured interviews with three elementary school children categorized into moderate, severe, and very severe addiction levels, along with parents as supporting informants. Data analysis followed the Miles, Huberman, and Saldana model, including data condensation, data display, and conclusion drawing and verification carried out simultaneously throughout the research process. The findings reveal significant differences in the frequency and duration of gadget use according to addiction levels. In the moderate category, children used gadgets for 1–2 hours per day, showing decreased concentration and mild emotional dependency. In the severe category, usage increased to 3–4 hours per day, accompanied by reduced social interaction, emotional control disturbances, and decreased learning motivation. In the very severe category, usage exceeded 5 hours per day, marked by social isolation, emotional regulation disorders, behavioral changes, and decreased discipline in learning and religious activities. These findings indicate that gadget addiction affects not only children's psychological and social behavior but also the formation of moral and spiritual values. The study highlights the importance of parental supervision and proportional guidance in children's gadget use.

Keywords: *Gadget addiction, elementary school children, psychological impact, social behavior*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan menganalisis bentuk, tingkat, serta dampak kecanduan gadget pada anak usia sekolah dasar di wilayah Tulangan, Sidoarjo. Meningkatnya penggunaan gadget pada anak yang awalnya berfungsi sebagai media belajar dan hiburan, kini berkembang menjadi sumber ketergantungan yang memengaruhi aspek psikologis, sosial, akademik, dan religius anak. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif dengan paradigma positivistik. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi non-partisipatif dan wawancara semi-terstruktur terhadap tiga anak usia sekolah dasar dengan kategori kecanduan sedang, berat,

dan sangat berat, serta orang tua sebagai informan pendukung. Analisis data menggunakan model Miles, Huberman, dan Saldana yang meliputi kondensasi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan secara simultan selama proses penelitian berlangsung. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan signifikan pada frekuensi dan durasi penggunaan gadget sesuai tingkat kecanduan. Pada kategori sedang, anak menggunakan gadget 1–2 jam per hari dengan dampak berupa penurunan konsentrasi dan munculnya ketergantungan emosional ringan. Pada kategori berat, durasi meningkat menjadi 3–4 jam per hari disertai penurunan interaksi sosial, gangguan pengendalian emosi, serta menurunnya motivasi belajar. Sementara pada kategori sangat berat, penggunaan melebihi 5 jam per hari yang ditandai dengan isolasi sosial, gangguan regulasi emosi, perubahan perilaku, serta penurunan kedisiplinan dalam aktivitas belajar dan keagamaan. Temuan ini menunjukkan bahwa kecanduan gadget tidak hanya memengaruhi perilaku sosial dan psikologis anak, tetapi juga berdampak pada pembentukan nilai moral dan spiritual. Penelitian ini menegaskan pentingnya pengawasan orang tua serta pendampingan penggunaan gadget secara proporsional pada anak usia sekolah dasar.

Kata Kunci: *Kecanduan Gadget, Anak Sekolah Dasar, Dampak Psikologis, Perilaku Sosial*

A. Pendahuluan

Perkembangan pesat teknologi komunikasi, khususnya *gadget* seperti *smartphone*, *tablet*, dan laptop, telah menyebabkan alat-alat ini merasuki hampir seluruh lapisan masyarakat Indonesia. *Gadget* kini bukan sekadar alat komunikasi, ia menjadi jembatan utama dalam mengakses informasi, hiburan, bisnis, pendidikan, hingga interaksi sosial. Masyarakat tidak lagi bergantung pada media konvensional seperti surat kabar dan televisi. Semuanya kini tergantikan oleh kepraktisan, aksesibilitas, dan portabilitas *gadget*. Dalam konteks ini, kehadiran *gadget* terutama

smartphone, sangat berkontribusi dalam kehidupan sehari-hari sebagai media pencarian informasi, interaksi sosial, hiburan, bahkan bisnis online (Marpaung 2021). *Gadget* memudahkan berbagai aktivitas yang sebelumnya sulit dilakukan, serta menyatakan bahwa hampir seluruh kalangan, terutama remaja, menyerap penggunaan *gadget* dalam kehidupan sehari-hari (Fitriana, Ahmad, dan Fitria 2021). Sementara itu, *gadget* mendukung proses belajar anak, memperkaya wawasan, dan melatih keterampilan motorik halus melalui penggunaan layar sentuh (Jalilah 2021).

Lebih jauh, pergeseran media konvensional menuju platform digital kini menjadi fenomena global. Transformasi ini ditandai oleh menurunnya konsumsi media kabel dan cetak seperti koran dan radio serta munculnya gaya hidup berbasis online. Data menunjukkan bahwa keluarga Indonesia kini lebih sering mengakses berita dan hiburan melalui *gadget* ketimbang media konvensional. Hal ini menegaskan bahwa *gadget* tidak hanya menyediakan informasi, tetapi juga memperkuat modal interaksi sosial dan ekonomi digital (Hidayat 2021). Dalam konteks pendidikan dan personal development, penelitian menunjukkan bahwa *smartphone* mampu meningkatkan perkembangan kognitif siswa, mengasah motorik halus melalui pemakaian layar sentuh, serta memperluas akses terhadap ilmu pengetahuan (Barokah, Afrilia, dan Isnaeni 2025). Seiring dengan meningkatnya penetrasi *gadget* di semua lapisan masyarakat, *gadget* telah mengambil alih peran apa yang sebelumnya hanya bisa dijangkau oleh koran, televisi, dan radio. Perkembangan teknologi ini menuntut

masyarakat untuk bertransformasi ke era "*Informasi Society*".

Penelitian juga telah dilakukan di mata pelajaran ekonomi SMAN 3 Sukoharjo yang mengungkapkan bahwa pemanfaatan *gadget* terbukti efektif dalam memperkaya materi pembelajaran, meningkatkan nilai siswa, serta memudahkan pengerjaan tugas karena akses ke internet tak terbatas lokal (Jatmika, Rahayu, dan Karima 2022). Selain itu, *gadget* juga tidak hanya memperluas pengetahuan, tetapi juga memfasilitasi kreativitas dan jejaring sosial, mempermudah anak-anak dan remaja berkomunikasi dengan keluarga maupun teman-temannya serta dapat dijadikan teman untuk mengisi waktu luang (Setyaningsih dan Setyowatie 2023). Selain dunia pendidikan, *gadget* telah menjadi tulang punggung aktivitas ekonomi dan birokrasi digital. Kemampuan menjalankan bisnis digital, bertransaksi, dan mendapatkan informasi pasar secara real-time menandai transformasi ekonomi masyarakat ke arah yang lebih efisien dan inklusif.

Gadget kini telah menjadi alat utama dalam menunjang

produktivitas kerja hampir di semua bidang. Banyak pekerja profesional memanfaatkan *smartphone* dan *tablet* untuk mengelola tugas harian, seperti mengakses dokumen, komunikasi melalui email, hingga menghadiri rapat virtual. *Smartphone* mempermudah komunikasi dan akses informasi ilmiah, sehingga pekerja dapat mengambil keputusan dengan cepat (Rogahang et al. 2022). Dalam konteks ekonomi, penggunaan *gadget* membantu pengusaha kecil untuk mengakses data pasar real-time, melakukan transaksi online, dan memantau stok barang tanpa perlu berada di lokasi fisik. Selain itu, Paul Tiwari tahun 2022 menegaskan bahwa teknologi mobile mendorong produktivitas, koordinasi, dan transformasi di organisasi modern yang dikombinasikan dengan aplikasi kolaboratif, *gadget* menjadi sarana penting untuk mencapai efisiensi kerja (Tiwari Paul 2024).

Selain itu, keberadaan *gadget* meningkatkan motivasi belajar siswa karena akses mudah ke materi pelajaran dan media pembelajaran interaktif (Inggriyani 2021). Salah satu aspek krusial adalah peran *gadget* dalam memperluas kegiatan pembelajaran di luar kelas. Proses

belajar tidak lagi cukup hanya di ruang kelas, interaksi dengan *gadget* di rumah memungkinkan siswa mendalami materi melalui video, kuis interaktif, dan diskusi online. *Gadget* memfasilitasi penggunaan segala jenis media interaktif, seperti video pembelajaran, yang mengoptimalkan pembaruan pengetahuan secara mandiri (Widiya, Oktaviana, dan Utari 2021). Penelitian di SD Sukoharjo juga menemukan bahwa siswa dapat menyelesaikan tugas rumah secara optimal karena bantuan *gadget* untuk mencari referensi dan mengolah data secara cepat. Dalam konteks perguruan tinggi, penggunaan *gadget* (*mobile devices*) meningkatkan partisipasi dan keterlibatan mahasiswa dalam proses pembelajaran, menunjukkan bahwa peran *gadget* berlaku universal dari usia dini hingga dewasa.

Pada fase kanak-kanak akhir, yang umumnya berada pada rentang usia 7–12 tahun, merupakan masa transisi penting dari ketergantungan penuh pada orang tua menuju kemandirian yang lebih besar. Pada tahap ini, anak mengalami perkembangan pesat pada berbagai aspek, seperti kognitif, emosional, sosial, serta moral. Menurut Piaget,

anak-anak pada usia ini berada dalam tahap operasional konkret, yaitu ketika mereka mulai mampu berpikir logis terhadap hal-hal konkret, memahami aturan sosial, serta memproses sebab-akibat secara lebih. Dalam jurnal *NAKULA*, dijelaskan bahwa karakter khas anak pada fase ini adalah meningkatnya rasa ingin tahu, kebutuhan untuk dihargai atas prestasinya, serta dorongan untuk diakui oleh lingkungan sekitarnya (Azhariah Fatya, Sabrina Nurul, dan Linda Yarni 2023). Secara psikososial, Erik Erikson mengelompokkan usia ini dalam tahapan *Industry vs. Inferiority*. Tahapan *Industry vs Inferiority* adalah tahap keempat dari teori perkembangan psikososial Erik Erikson yang terjadi pada usia anak-anak sekitar 6–12 tahun. Pada tahap ini, anak mulai mengembangkan rasa kompetensi melalui kegiatan sekolah, keterampilan sosial, dan kerja sama. Apabila anak berhasil menunjukkan kemampuannya dan mendapatkan pengakuan dari lingkungan (orang tua, guru, teman sebaya), maka ia akan mengembangkan rasa *industry* atau produktivitas. Namun, jika ia mengalami banyak kegagalan atau tidak mendapat pengakuan, maka

dapat timbul rasa rendah diri (*inferiority*), yang dapat menghambat perkembangan kepercayaan dirinya di masa depan (Nurhabibah dan Zulhiddah 2024).

Pada masa perkembangan anak usia akhir, idealnya fokus utama diarahkan kepada pencapaian akademik, pengembangan intelektual, serta kegiatan belajar sebagai tolok keberhasilan seperti anak-anak yang mendapatkan nilai tinggi sering merasa superior, sedangkan mereka dengan prestasi di bawah rata-rata rawan merasa inferior, dan ketidakseimbangan kondisi ini berdampak langsung pada motivasi belajar mereka. Namun, belakangan ini banyak ditemukan gangguan signifikan akibat penggunaan *gadget* yang seharusnya menjadi pendukung pembelajaran justru mengalihkan perhatian ke aktivitas non-akademik dan mereduksi konsentrasi, bahkan menurunkan prestasi secara signifikan (Prasetyawan, Sanjaya, dan Arghani 2025). Selain itu, apabila tanpa pengawasan, penggunaan *gadget* justru menghambat perkembangan kognitif dan mengurangi minat belajar anak usia sekolah. Oleh karena itu, seharusnya

di fase ini anak lebih banyak belajar untuk membangun bekal di tahapan selanjutnya yakni masa remaja ataupun masa depan, bukan teralihkan oleh *gadget* yang mengacaukan ritme belajar mereka (Rahayu, Suarni, dan Margunayasa 2023).

Penggunaan *gadget* secara berlebihan pada anak usia sekolah dasar menimbulkan kekhawatiran serius. Kecanduan *gadget* pada anak usia sekolah dasar merupakan fenomena yang semakin mencemaskan, terutama dalam konteks psikologis dan pendidikan. Kecanduan diartikan sebagai kondisi ketika individu tidak mampu mengendalikan dorongan untuk terus menggunakan suatu benda atau melakukan suatu aktivitas, meskipun telah menimbulkan dampak negatif bagi kehidupan sehari-harinya. Dalam konteks ini, kecanduan *gadget* pada anak dapat dikenali dari berbagai ciri seperti penggunaan berlebihan, kesulitan berhenti, munculnya gangguan perilaku saat akses *gadget* dibatasi, serta dampak pada prestasi akademik dan hubungan sosial anak (Simanjuntak, Aryani, dan Rahmadayanti 2024). Tingkatan kecanduan *gadget* pada

anak dapat diklasifikasikan berdasarkan durasi penggunaan secara nonstop dalam satu sesi. Kategori ringan mencakup penggunaan kurang dari 30 menit dalam satu kali sesi. Kategori sedang ditandai dengan durasi 30 hingga 60 menit tanpa jeda, sedangkan kategori berat mencakup durasi 90 hingga 120 menit nonstop. Kategori sangat parah atau kecanduan serius terjadi saat anak menggunakan *gadget* selama lebih dari 180 menit (3 jam) dalam satu kali sesi tanpa henti, disertai gejala psikologis seperti tantrum, marah saat *gadget* diambil, dan ketergantungan emosional terhadap layar (Kalsum dan Purwanto 2023).

Perbedaan antara anak yang mengalami kecanduan *gadget* tingkat ringan dan anak yang tidak mengalami kecanduan (pengguna normal) terletak pada frekuensi, durasi, serta dampak psikologis dan perilaku yang ditunjukkan anak. Anak yang tidak mengalami kecanduan cenderung menggunakan *gadget* dalam waktu yang terbatas, terpantau, dan fungsional, biasanya untuk mendukung proses belajar atau hiburan sesekali dengan durasi kurang dari 30 menit dalam satu sesi, tanpa menunjukkan ketergantungan

emosional terhadap perangkat tersebut. Sementara itu, anak yang mengalami kecanduan *gadget* tingkat ringan umumnya mulai menunjukkan peningkatan durasi penggunaan, yaitu 30 hingga 120 menit nonstop dalam satu kali sesi, dan menggunakan *gadget* lebih dari dua kali sehari meskipun belum sepenuhnya mengganggu rutinitas belajar atau kehidupan sosial (Linggi, Pesau, dan Sastaviana 2023).

Secara lebih rinci, indikator kecanduan *gadget* menurut Rahmawati & Purwanti pada tahun 2021 meliputi: 1. Durasi penggunaan yang berlebihan (lebih dari 3 jam per hari nonstop), 2. Perubahan prioritas kegiatan di mana anak lebih memilih *gadget* dibanding belajar atau berinteraksi, 3. Munculnya gangguan emosi seperti mudah marah atau cemas saat tidak memegang *gadget*, serta 4. Penurunan kemampuan sosial dan akademik (Rahmawati, Herlina, dan Hasneli N. 2021). Sementara itu, dalam studi yang dilakukan oleh Fadli et al. tahun 2023, anak-anak yang mengalami kecanduan pada *gadget* cenderung mengabaikan kegiatan fisik dan sosial, serta mengalami keterlambatan dalam perkembangan

bahasa dan kognitifnya (Maulian Fadli et al. 2025). Lebih lanjut, penggunaan *gadget* yang tidak terkontrol pada anak usia SD dapat berdampak pada perubahan wawasan pengetahuan. Anak menjadi hanya menyerap informasi secara pasif dari media digital tanpa mampu berpikir kritis ataupun memahami konsep dasar pelajaran sekolah. Hal ini ditegaskan oleh studi lainnya yang menemukan bahwa anak pengguna *gadget* berat cenderung kesulitan memahami pelajaran formal dan tidak memiliki pengetahuan umum yang memadai.

Salah satu isu utama adalah durasi penggunaan yang terlalu lama karena terdapat banyak fitur menarik seperti game, video, dan kecanggihan AI membuat anak kesulitan mengontrol waktu. Hasil studi menunjukkan bahwa anak yang lebih dari 3 jam nonstop per hari berminat pada *gadget* berisiko mengalami gangguan tidur, kurang kreativitas, dan penurunan kemampuan sosial (Nurhayati, Andriani, dan Novryanthi 2025). Dari sisi kognisi, riset UGM menjelaskan bahwa paparan konten digital yang berlebihan terutama game dan media sosial dapat menghambat perkembangan bahasa dan kemampuan verbal anak.

Kecanduan pada *gadget* pada anak-anak menimbulkan kekhawatiran lebih besar dibandingkan orang dewasa karena kemampuan pengendalian diri anak belum matang. Berdasarkan literatur, anak yang kecanduan *gadget* menunjukkan gejala seperti emosional labil, mudah marah saat tak diizinkan menggunakan *gadget*, serta mengisolasi diri (Fauzan et al. 2024).

Faktor internal seperti rendahnya kontrol diri dan kebutuhan stimulasi (*sensation seeking*), serta faktor eksternal contohnya kurangnya pengawasan orang tua membuat anak sulit terlepas dari *gadget* (Asiah et al. 2022). Kondnafaiddaisi ini semakin diperparah ketika orang tua bekerja di pabrik atau sektor yang menyita waktu (misalnya jam 07.00–17.00), sehingga anak menghabiskan waktu dengan *gadget* karena mereka merasa sepi dan bebas memilih mainan digital daripada interaksi sosial langsung (Atmadianti et al. 2025). Secara keseluruhan, analisis kecanduan *gadget* pada anak perlu mendapat perhatian serius dari orang tua dan lingkungan. Ketika orang tua terlalu sibuk di luar rumah, *gadget* menjadi teman satu-satunya yang

selalu tersedia menjadi “pengasuh digital” tanpa kontrol. Perpindahan peran ini menyebabkan anak menganggap *gadget* sebagai solusi praktis untuk mengatasi kebosanan, sekaligus outlet untuk stimulasi instan. Akan tetapi, dalam jangka panjang, hal ini berpotensi merusak aspek sosial-emosional mereka.

Seperti yang sudah disinggung sebelumnya, menurut teori psikososial yang dikembangkan oleh Erik Erikson, anak usia sekolah dasar (sekitar usia 7–12 tahun) berada pada tahap perkembangan yang disebut *industry vs. inferiority*, yaitu tahap di mana anak mulai membentuk identitas diri melalui keberhasilan dalam tugas-tugas akademik dan interaksi sosial. Namun, penggunaan *gadget* lebih dari tiga jam secara nonstop dapat menurunkan fungsi kognitif, fokus, dan prestasi akademik secara signifikan. Hal ini bertentangan dengan semangat *industry* yang seharusnya dibangun pada masa ini. Ketika anak terlalu sering terpapar *gadget* dan tidak memiliki pencapaian akademik yang memuaskan, maka risiko munculnya perasaan inferior

meningkat (Rifqi dan Suwendi 2025).

Kondisi ini menjadi kekhawatiran serius bagi penulis, orang tua, maupun para pendidik, karena terjadi ketimpangan antara potensi perkembangan kognitif anak yang seharusnya dibangun melalui proses belajar intensif dengan kenyataan bahwa waktu belajar anak justru terkikis oleh penggunaan *gadget* yang bersifat pasif dan hiburan semata. Anak-anak menjadi tidak terbiasa menghadapi tantangan kognitif, kehilangan semangat bersaing dalam konteks belajar, bahkan tidak memiliki dorongan untuk berprestasi. Kecenderungan ini menyebabkan terjadinya kekosongan pengetahuan atau stagnasi intelektual karena anak tidak lagi mendapatkan stimulasi kognitif yang cukup dalam kesehariannya (Rahmawati 2024). Meskipun belum ditemukan laporan khusus tentang Kecamatan Tulangan, Sidoarjo, fenomena kecanduan *gadget* pada anak usia dini sangat mungkin terjadi sebagaimana pola umum nasional. Banyak orang tua di daerah urban menggunakan *gadget* sebagai “pengasuh digital” agar anak tenang

saat mereka sibuk, termasuk sejak usia balita (3–5 tahun) (Adriani, Ismaniar, dan Dasa Putri 2024).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : 1. Seberapa besar frekuensi dan durasi penggunaan *gadget* pada anak usia SD di wilayah Tulangan?, 2. Bagaimana perubahan atau dampak kecanduan *gadget* yang ditimbulkan terhadap aspek psikologis anak?, 3. Serta seberapa parah perubahan perilaku yang muncul, khususnya pada kategori berat dan sangat berat. Maka pada artikel ini, permasalahan yang diajukan penulis adalah bagaimana bentuk dan tingkat kecanduan *gadget* yang dialami oleh anak-anak usia SD. Apakah kecanduan tersebut tergolong ringan, sedang, atau sudah pada tingkat berat yang mengganggu proses perkembangan belajar dan fungsi sosial anak. Fenomena ini penting dikaji karena anak-anak pada usia ini seharusnya menunjukkan semangat belajar, kemampuan berpikir logis, serta motivasi untuk bersaing dalam kegiatan akademik, namun justru banyak yang

mengalami penurunan minat belajar akibat penggunaan *gadget* yang berlebihan.

B. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan paradigma positivistik, Pendekatan penelitian menggunakan paradigma positivistik, yang menekankan objektivitas, kontrol nilai (*value-free*), serta pengumpulan data secara sistematis dan empiris melalui instrumen penelitian (Mubarak 2023). Paradigma ini mendasari penggunaan teknik pengambilan data wawancara semi-terstruktur dan observasi non-partisipatif untuk menjaga validitas dan reliabilitas data serta meminimalkan bias peneliti. Pendekatan ini digunakan untuk memperoleh pemahaman faktual dan terukur mengenai fenomena kecanduan *gadget* pada anak usia sekolah dasar di wilayah Tulangan, Sidoarjo. Fokus penelitian diarahkan pada perilaku anak yang menunjukkan gejala kecanduan *gadget* serta persepsi dan pola pengasuhan orang tua dalam penggunaan gawai pada anak. Analisis data dilakukan menggunakan model Miles,

Huberman & Saldana (2014) yang mencakup tiga tahap utama yakni kondensasi data, display data, dan konklusi data. Analisis data menggunakan model interaktif Miles, Huberman & Saldana (2014), yang telah disesuaikan dengan tiga fase utama: 1. Pertama, kondensasi data (*data condensation*), yaitu proses pemilihan, pemusatan perhatian, penyederhanaan, abstraksi, dan transformasi data mentah dari transkrip wawancara, catatan lapangan, serta dokumentasi. Pada tahap ini dilakukan pengkodean, kategorisasi, penemuan tema, dan penulisan memo analitik secara berkesinambungan selama pengumpulan data. Kedua, penyajian data (*data display*), yaitu penyusunan informasi dalam bentuk matriks tematik, tabel, grafik, atau narasi deskriptif yang memudahkan peneliti dalam mengidentifikasi hubungan antarkategori dan pola perilaku kecanduan *gadget*. Ketiga, konklusi data (*drawing and verifying conclusions*), yaitu proses penafsiran makna data yang dilakukan secara reflektif sejak awal pengumpulan, kemudian diverifikasi melalui triangulasi antar sumber

data untuk memastikan validitas dan kredibilitas temuan. Ketiga tahap ini berjalan simultan sepanjang wawancara dan observasi di lapangan, untuk secara tajam mengidentifikasi pola perilaku kecanduan gadget serta pengaruh pola asuh orang tua di lingkungan Tulangan, Sidoarjo (Qomaruddin dan Sa'diyah 2024). Untuk meningkatkan validitas data, penelitian ini tidak hanya menggunakan observasi dan wawancara, tetapi juga memanfaatkan dokumentasi berupa catatan kebiasaan penggunaan gadget harian anak yang diperoleh dari orang tua. Triangulasi metode dilakukan melalui perbandingan hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi sehingga temuan penelitian memiliki tingkat kredibilitas yang lebih kuat.

C. Hasil Penelitian Dan Pembahasan

Pembahasan dalam penelitian ini disusun berdasarkan hasil observasi langsung terhadap tiga anak usia sekolah dasar di wilayah Tulangan yang memiliki tingkat kecanduan gadget berbeda, yaitu kategori **sedang, berat, dan**

sangat berat. Pemilihan tiga subjek ini dimaksudkan untuk memberikan gambaran yang lebih konkret mengenai variasi perilaku anak dalam menggunakan gadget serta dampaknya terhadap aspek psikologis dan sosial mereka dalam kehidupan sehari-hari. Pendekatan ini dilakukan agar analisis tidak hanya bersifat teoritis, tetapi juga mencerminkan realitas yang terjadi di lapangan. Dalam konteks perkembangan anak usia sekolah dasar, penggunaan gadget seharusnya berada pada tahap yang terkontrol dan bersifat edukatif. Namun, perkembangan teknologi digital yang sangat pesat, ditambah dengan minimnya pengawasan orang tua, menyebabkan gadget tidak lagi sekadar menjadi alat bantu belajar, melainkan berubah menjadi sumber hiburan utama yang berpotensi menimbulkan ketergantungan. Kondisi ini sejalan dengan temuan berbagai penelitian yang menyatakan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan pada anak usia sekolah dapat memengaruhi perkembangan psikologis, perilaku

sosial, serta pola komunikasi anak (Widodo dan Sutisna 2021). Melalui analisis ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran yang komprehensif mengenai fenomena kecanduan gadget pada anak usia sekolah dasar, sekaligus menjadi dasar pertimbangan bagi orang tua, pendidik, dan pihak terkait dalam merumuskan strategi pendampingan dan pengendalian penggunaan gadget secara lebih efektif dan proporsional. Hasil observasi menunjukkan adanya perbedaan yang cukup jelas dalam frekuensi dan durasi penggunaan gadget pada ketiga subjek penelitian. Gambaran perbandingan tiap kategori disajikan pada tabel berikut :

Tabel 1. Ringkasan Karakteristik Perilaku Anak Berdasarkan Tingkat Kecanduan Gadget

Aspek Pengamatan	Sedang (1-2 jam)	Berat (3-4 jam)	Sangat Berat (>5 jam)
Psikologis	Mudah terdistraksi	Mudah marah	Agresif ringan
Sosial	Interaksi mulai berkurang	Menarik diri	Isolasi, acuh
Belajar	Terdistraksi	Menunda tugas	Tidak minat
Ciri Khas	Istilah game	Defensif	Identitas digital

Anak dengan kategori kecanduan sedang menggunakan gadget rata-rata selama **1-2 jam per hari**, biasanya setelah pulang sekolah atau pada waktu senggang. Penggunaan gadget pada kategori ini masih berada dalam batas yang relatif wajar, meskipun sudah mulai terlihat kecenderungan untuk menjadikan gadget sebagai sarana utama hiburan. Berbeda dengan kategori sedang, anak dengan kecanduan berat menggunakan gadget selama **3-4 jam per hari**, bahkan cenderung meningkat pada sore hingga malam hari. Aktivitas penggunaan gadget tidak lagi sekadar untuk hiburan ringan, tetapi sudah menjadi kebiasaan yang sulit ditinggalkan. Anak menunjukkan keinginan yang kuat untuk terus menggunakan gadget meskipun telah diingatkan oleh orang tua. Sementara itu, anak dengan kategori kecanduan sangat berat menunjukkan durasi penggunaan yang jauh lebih tinggi, yaitu **lebih dari 5 jam per hari**, bahkan sering kali tanpa jeda yang jelas. Gadget digunakan sejak bangun tidur hingga menjelang tidur malam, baik untuk bermain

gim, menonton video, maupun mengakses media sosial. Temuan ini sejalan dengan penelitian Widodo dan Sutisna pada tahun 2021 yang menyatakan bahwa penggunaan gadget lebih dari tiga jam per hari pada anak usia sekolah dasar termasuk dalam kategori adiktif dan berpotensi mengganggu perkembangan sosial serta emosional anak. Penelitian tersebut juga menegaskan bahwa semakin lama durasi penggunaan gadget, semakin besar kemungkinan anak mengalami penurunan aktivitas fisik dan interaksi sosial langsung (Widodo dan Sutisna 2021). Penelitian Rahmawati et al. pada 2021 juga menguatkan temuan ini dengan menyebutkan bahwa intensitas penggunaan gadget yang tinggi berhubungan erat dengan munculnya ketergantungan emosional serta kesulitan mengontrol diri ketika akses terhadap gadget dibatasi (Rahmawati et al. 2021).

Pada kategori kecanduan sedang, dampak psikologis belum tampak secara ekstrem, namun mulai terlihat adanya perubahan

dalam aspek perhatian dan pengendalian emosi. Anak cenderung mudah terdistraksi, kurang fokus ketika diajak berbicara, serta menunjukkan ketertarikan yang besar untuk segera kembali menggunakan gadget. Dalam beberapa situasi, anak tampak gelisah ketika tidak memegang gawai. Kondisi ini sesuai dengan temuan Suardana et al. pada 2025 yang menyatakan bahwa penggunaan gadget dalam durasi sedang dapat memengaruhi konsentrasi dan meningkatkan ketergantungan emosional secara bertahap apabila tidak disertai pengawasan yang konsisten dari orang tua (Suardana, Suarni, dan Margunayasa 2025). Pada anak dengan tingkat kecanduan sedang, interaksi sosial masih berlangsung cukup baik, meskipun intensitasnya mulai berkurang. Anak masih mampu berinteraksi dengan orang tua dan teman sebaya, namun cenderung hanya ketika dibutuhkan, seperti saat makan atau ketika diminta mengerjakan tugas. Interaksi yang terjadi bersifat fungsional, bukan komunikatif secara emosional. Temuan ini sejalan dengan

penelitian Rahmawati et al. pada 2021 yang menyebutkan bahwa anak dengan penggunaan gadget sedang mulai mengalami penurunan kualitas interaksi sosial, meskipun belum sampai pada tahap isolasi sosial (Rahmawati et al. 2021).

Perilaku anak masih tergolong adaptif meskipun mulai menunjukkan kecenderungan menunda tugas dan kurang responsif ketika dipanggil. Anak masih bisa diarahkan, namun dengan pengulangan. Dalam aspek komunikasi, anak dengan kecanduan sedang masih mampu berkomunikasi secara verbal dengan baik, meskipun sering kali singkat dan tidak fokus. Anak lebih sering merespons dengan jawaban pendek dan menunjukkan ketidaktertarikan pada percakapan panjang. Suasana yang terbentuk pada anak dengan kecanduan sedang relatif masih kondusif, meskipun mulai muncul ketegangan ringan ketika gadget dibatasi. Anak masih mampu menyesuaikan diri dalam lingkungan keluarga. Simbol sosial menjadi aspek yang sangat

menonjol dalam penelitian ini. Pada kategori ini, anak mulai meniru gaya bahasa atau istilah dari gim dan video yang ditonton, meskipun masih dalam batas wajar (Uttami 2024).

Pada kategori kecanduan berat, dampak psikologis terlihat lebih jelas. Anak menunjukkan kecenderungan mudah marah, kurang sabar, serta sulit mengontrol emosi ketika penggunaan gadget dibatasi. Selain itu, anak mulai menunjukkan sikap menarik diri dari lingkungan sosial dan lebih memilih berinteraksi dengan gadget dibandingkan dengan orang di sekitarnya. Pada kategori ini, interaksi sosial anak mulai mengalami penurunan signifikan. Anak lebih sering menghindari percakapan dengan orang tua dan hanya berinteraksi jika memiliki kebutuhan tertentu, seperti meminta uang untuk top-up game atau meminta izin menggunakan gadget. Hubungan sosial menjadi bersifat satu arah dan minim empati. Perilaku anak mulai menunjukkan penurunan disiplin, seperti menunda belajar, enggan

membantu orang tua, dan mudah marah ketika gadget dibatasi. Anak menunjukkan perilaku defensif dan cenderung mempertahankan aktivitas bermain gadget, komunikasi anak mulai didominasi oleh topik seputar game atau konten digital. Anak jarang membicarakan pengalaman sosial atau kegiatan sekolah. Percakapan menjadi satu arah dan minim ekspresi emosional. Anak juga menunjukkan ekspresi tidak nyaman, mudah tersinggung, dan sering menunjukkan penolakan saat diajak beraktivitas bersama keluarga, serta simbol-simbol digital semakin dominan, seperti penggunaan istilah game dalam percakapan sehari-hari, ketertarikan berlebihan pada karakter tertentu, serta kecenderungan meniru gaya berpakaian atau ekspresi tokoh digital (Tsania 2025).

Pada kategori sangat berat, dampak psikologis berkembang menjadi lebih kompleks. Anak menunjukkan gejala ketergantungan yang kuat, seperti kesulitan mengontrol emosi, mudah marah, hingga

menunjukkan perilaku agresif ringan ketika gadget diambil. Selain itu, anak kehilangan minat terhadap aktivitas belajar, bermain di luar rumah, serta interaksi sosial langsung. Hidayat dan Budiman pada 2025 menyebutkan bahwa anak dengan kecanduan gadget berat mengalami gangguan regulasi emosi dan penurunan kemampuan adaptasi sosial yang signifikan, yang apabila tidak ditangani dapat berdampak jangka panjang terhadap perkembangan kepribadian anak (Hidayat dan Budiman 2025). Anak dengan kecanduan sangat berat hampir tidak menunjukkan interaksi sosial yang bermakna. Anak cenderung mengisolasi diri, menghindari komunikasi, dan lebih memilih berinteraksi dengan dunia virtual. Interaksi sosial nyata menjadi sangat terbatas dan sering disertai sikap acuh tak acuh. Anak menjadi lebih impulsif, mudah emosi, bahkan menunjukkan penolakan ketika diarahkan. komunikasi anak menjadi sangat terbatas. Anak lebih sering diam, menghindari kontak mata, dan menunjukkan ketertarikan berbicara hanya ketika topik berkaitan dengan gadget.

suasana yang terbentuk cenderung pasif dan tidak komunikatif. Anak lebih sering menyendiri, menciptakan jarak emosional dengan anggota keluarga, serta menunjukkan ketergantungan tinggi pada gadget sebagai sumber kenyamanan emosional. Pada kategori ini, simbol digital bahkan menjadi bagian dari identitas diri anak. Anak meniru gaya bicara, ekspresi emosi, serta pola perilaku karakter dalam gim atau media sosial, dan menunjukkan keterikatan emosional yang kuat terhadap dunia virtual.

Pada anak dengan tingkat kecanduan gadget kategori sedang, perilaku yang muncul belum menunjukkan gangguan yang bersifat ekstrem, namun sudah mulai tampak adanya perubahan dibandingkan anak yang tidak memiliki ketergantungan terhadap gadget. Perubahan ini umumnya terlihat pada pola perhatian, respons sosial, serta kebiasaan sehari-hari anak. Secara umum, anak masih mampu menjalankan aktivitas rutin seperti bersekolah, belajar, dan

berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Namun, terdapat kecenderungan bahwa anak lebih memilih menggunakan gadget sebagai aktivitas utama saat waktu luang. Anak terlihat mulai mengurangi aktivitas bermain secara langsung dengan teman sebaya dan lebih sering memilih bermain game atau menonton video melalui gadget. Interaksi sosial masih berlangsung, tetapi sifatnya menjadi lebih terbatas dan fungsional, misalnya hanya berbicara ketika dibutuhkan atau saat diminta oleh orang tua. Dari sisi perilaku, anak dengan kecanduan sedang menunjukkan penurunan konsentrasi dan fokus, terutama ketika sedang tidak memegang gadget. Anak mudah terdistraksi, kurang responsif saat diajak berkomunikasi, serta sering menunjukkan keinginan untuk segera kembali menggunakan gadget. Meski demikian, anak masih dapat diarahkan dan tidak menunjukkan penolakan keras ketika gadget dibatasi, meskipun terkadang muncul ekspresi tidak nyaman atau sedikit kesal. Perilaku ini sejalan dengan hasil penelitian Riski dan Quratul pada 2022 yang

menyatakan bahwa anak dengan intensitas penggunaan gadget tingkat sedang mulai menunjukkan perubahan perilaku berupa menurunnya konsentrasi, kecenderungan menunda aktivitas, serta berkurangnya minat terhadap kegiatan non-digital. Namun, pada tahap ini anak masih dapat dikendalikan melalui pengawasan dan pendampingan orang tua (Ain 2022).

Dalam aspek perilaku sosial, anak masih mampu berinteraksi dengan keluarga dan teman sebaya, namun intensitasnya menurun. Interaksi yang terjadi lebih bersifat singkat dan kurang mendalam. Anak lebih banyak merespons secara verbal pendek dan jarang memulai komunikasi terlebih dahulu. Kondisi ini menunjukkan bahwa gadget mulai mengambil alih peran interaksi sosial langsung, meskipun belum sepenuhnya menghilangkannya. Secara keseluruhan, anak dengan tingkat kecanduan gadget sedang menunjukkan ciri-ciri perilaku sebagai berikut: 1. Masih mampu berinteraksi sosial, tetapi dengan intensitas yang menurun, 2.

Mudah terdistraksi dan kurang fokus pada aktivitas non-gadget, 3. Menunjukkan ketergantungan emosional ringan terhadap gadget, 4. Masih dapat diarahkan, meskipun mulai menunjukkan resistensi ringan, 5. Lebih memilih aktivitas digital dibandingkan aktivitas fisik atau sosial.

Pada anak dengan tingkat kecanduan gadget kategori berat, perubahan perilaku tampak semakin jelas dan signifikan dibandingkan kategori sedang. Anak tidak hanya menunjukkan ketergantungan terhadap gadget, tetapi juga mulai mengalami gangguan dalam aspek pengendalian emosi, interaksi sosial, serta tanggung jawab terhadap aktivitas sehari-hari. Penggunaan gadget pada kategori ini tidak lagi sekadar sebagai hiburan, melainkan telah menjadi kebutuhan utama yang sulit ditinggalkan. Secara perilaku, anak dengan kecanduan berat cenderung menunjukkan penolakan ketika penggunaan gadget dibatasi, baik dalam bentuk ekspresi kesal, marah, maupun perilaku pasif-agresif seperti diam,

membantah, atau menarik diri. Anak tampak lebih mudah tersinggung dan kurang sabar, terutama ketika aktivitas bermain gadget terganggu. Hal ini menunjukkan adanya ketergantungan emosional yang mulai menguat. Dari sisi perilaku sosial, anak dengan kecanduan berat mulai menunjukkan penarikan diri dari lingkungan sosial. Anak lebih memilih beraktivitas sendiri bersama gadget dibandingkan bermain dengan teman sebaya atau berinteraksi dengan anggota keluarga. Interaksi sosial yang terjadi bersifat terbatas dan fungsional, misalnya hanya berbicara ketika membutuhkan sesuatu seperti meminta makanan, uang, atau kuota internet. Dalam aspek perilaku belajar, anak dengan kecanduan berat juga menunjukkan penurunan motivasi akademik. Anak cenderung menunda mengerjakan tugas, sulit berkonsentrasi saat belajar, dan lebih memilih aktivitas digital dibandingkan kegiatan akademik. Bahkan dalam beberapa kasus, anak hanya fokus belajar jika diingatkan atau dipaksa oleh orang

tua. Secara keseluruhan, anak dengan tingkat kecanduan gadget berat menunjukkan ciri-ciri perilaku sebagai berikut: 1. Ketergantungan emosional yang kuat terhadap gadget, 2. Penurunan interaksi sosial dan kecenderungan menarik diri, 3. Mudah marah dan sulit mengendalikan emosi, 4. Menurunnya kedisiplinan dan tanggung jawab belajar, 5. Menjadikan gadget sebagai pusat aktivitas dan sumber kenyamanan utama (Barokah et al. 2025).

Pada tingkat kecanduan gadget sangat berat, perubahan perilaku anak terlihat jauh lebih kompleks dan mengkhawatirkan dibandingkan kategori sedang maupun berat. Pada fase ini, gadget tidak lagi berfungsi sebagai alat hiburan, tetapi telah menjadi pusat aktivitas, sumber kenyamanan emosional, serta sarana utama anak dalam berinteraksi dengan dunia luar. Berdasarkan hasil observasi terhadap subjek penelitian di wilayah Tulangan, anak dengan kecanduan sangat berat menunjukkan perubahan perilaku yang signifikan baik secara

emosional, sosial, maupun psikologis. Secara umum, anak dengan kecanduan gadget sangat berat memperlihatkan ketergantungan tinggi, yang ditandai dengan ketidakmampuan mengontrol waktu penggunaan gadget, penolakan keras saat gadget diambil, serta munculnya perilaku agresif ringan seperti marah, membentak, menangis berlebihan, hingga mengurung diri. Anak menunjukkan reaksi emosional yang tidak proporsional ketika akses terhadap gadget dibatasi, menandakan bahwa gadget telah menjadi bagian dari regulasi emosinya. Dari aspek emosional, anak dengan kecanduan sangat berat menunjukkan gejala emosi tidak stabil, seperti mudah marah, mudah tersinggung, cemas berlebihan, dan sulit mengendalikan perasaan. Ketika akses gadget dibatasi, anak dapat menunjukkan perilaku tantrum, menangis keras, bahkan agresif secara verbal. Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa anak dengan tingkat kecanduan gadget sangat berat mengalami perubahan perilaku yang signifikan

dan menyeluruh, meliputi: 1. Ketergantungan emosional tinggi terhadap gadget, 2. Penurunan kualitas interaksi sosial, 3. Gangguan regulasi emosi, 4. Penurunan motivasi dan konsentrasi belajar, 5. Perubahan identitas sosial dan pola komunikasi (Nurbani dan Mashudi 2023).

Berdasarkan hasil observasi lapangan dan dikaitkan dengan kajian teoretis, kecanduan gadget pada anak, khususnya pada tingkat berat dan sangat berat, tidak hanya berdampak pada aspek psikologis dan sosial, tetapi juga berpengaruh signifikan terhadap menurunnya kesadaran dan kedisiplinan anak dalam menjalankan aktivitas keagamaan, seperti shalat, mengaji, serta mengikuti kegiatan keagamaan di lingkungan sekolah maupun rumah. Anak yang mengalami kecanduan gadget menunjukkan kecenderungan menunda bahkan mengabaikan kewajiban ibadah, terutama ketika aktivitas tersebut dianggap mengganggu waktu bermain gawai. Dalam observasi penelitian ini, anak lebih memilih melanjutkan

permainan digital atau menonton video dibandingkan melaksanakan shalat tepat waktu atau mengikuti kegiatan mengaji. Bahkan, beberapa anak hanya melaksanakan ibadah ketika mendapat tekanan atau perintah langsung dari orang tua. Fenomena ini sejalan dengan temuan dalam artikel Layyinawati, Haryanto, & Pujiastutik (2024) yang menegaskan bahwa rendahnya keterlibatan siswa dalam aktivitas religius merupakan salah satu indikator awal munculnya kenakalan remaja. Artikel tersebut menjelaskan bahwa lemahnya pembiasaan nilai keagamaan menyebabkan anak kehilangan kontrol diri, kurang memiliki kesadaran moral, serta mudah terpengaruh oleh lingkungan negatif, termasuk pengaruh media digital yang tidak terkontrol. Dalam konteks kecanduan gadget, kondisi ini semakin diperparah karena gadget menyediakan hiburan instan yang lebih menarik dibandingkan aktivitas ibadah yang menuntut ketenangan, konsistensi, dan kedisiplinan. Akibatnya, anak mengalami pergeseran prioritas nilai, dari nilai spiritual menuju

kepuasan digital sesaat (Layyinawati, Haryanto, dan Pujiastutik 2024). Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua, sebagian besar anak menggunakan gadget tanpa pengawasan waktu yang jelas karena orang tua bekerja dari pagi hingga sore. Kondisi ini menyebabkan gadget berfungsi sebagai “pengasuh digital” di rumah. Dari sisi sekolah, guru kelas menyampaikan bahwa anak dengan durasi penggunaan gadget tinggi cenderung kurang fokus saat pembelajaran, lambat merespons instruksi, serta kurang aktif dalam kegiatan kelas. Perspektif ini memperkuat bahwa dampak kecanduan gadget tidak hanya terlihat di rumah, tetapi juga di lingkungan sekolah. Berdasarkan temuan penelitian, diperlukan langkah-langkah operasional yang dapat diterapkan secara nyata untuk mencegah dan mengurangi kecanduan gadget pada anak usia sekolah dasar. Peran orang tua menjadi sangat penting dalam mengatur pola penggunaan gadget di rumah melalui pembatasan durasi penggunaan, misalnya maksimal satu jam per hari, serta

memastikan gadget tidak digunakan sebelum anak menyelesaikan kewajiban belajarnya. Selain itu, penempatan gadget sebaiknya berada di ruang keluarga agar penggunaan dapat terpantau, serta menghindari kebiasaan menggunakan gadget di kamar atau sebelum tidur. Orang tua juga perlu mengimbangi penggunaan gadget dengan aktivitas fisik dan interaksi langsung, seperti mengajak anak bermain di luar rumah, berolahraga, atau melakukan kegiatan bersama keluarga sehingga anak tidak menjadikan gadget sebagai satu-satunya sumber hiburan dan kenyamanan emosional.

Dari sisi sekolah, diperlukan upaya preventif melalui program literasi digital yang melibatkan siswa dan orang tua untuk memberikan pemahaman mengenai dampak positif dan negatif penggunaan gadget. Layanan bimbingan dan konseling juga dapat berperan dalam memberikan edukasi terkait bahaya kecanduan gadget serta membangun kesadaran siswa

terhadap pentingnya pengendalian diri dalam penggunaan teknologi. Sekolah dapat mengoptimalkan kegiatan ekstrakurikuler dan aktivitas kolaboratif sebagai alternatif kegiatan yang menarik minat siswa sehingga ketergantungan terhadap gadget dapat berkurang. Selain itu, komunikasi yang rutin antara pihak sekolah dan orang tua mengenai perkembangan perilaku anak di kelas menjadi langkah penting dalam mendeteksi dini gejala kecanduan gadget dan melakukan penanganan secara bersama-sama. Dengan adanya langkah-langkah praktis ini, hasil penelitian tidak hanya berhenti pada tataran akademik, tetapi dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil observasi dan analisis terhadap tiga subjek penelitian, dapat disimpulkan bahwa frekuensi dan durasi penggunaan gadget pada anak usia sekolah dasar di wilayah Tulangan menunjukkan variasi yang signifikan sesuai dengan tingkat kecanduan yang dialami anak. Anak dengan kategori

kecanduan sedang menggunakan gadget rata-rata 1–2 jam per hari, umumnya setelah pulang sekolah atau pada waktu luang. Pada kategori ini, penggunaan gadget masih berada dalam batas relatif wajar, meskipun telah menunjukkan kecenderungan ketergantungan ringan. Sementara itu, anak dengan kategori kecanduan berat menunjukkan durasi penggunaan sekitar 3–4 jam per hari, dengan pola penggunaan yang semakin tidak terkontrol dan cenderung meningkat pada sore hingga malam hari. Anak mulai menjadikan gadget sebagai aktivitas utama dibandingkan kegiatan lain seperti belajar atau bermain bersama teman. Adapun anak dengan kategori kecanduan sangat berat menunjukkan durasi penggunaan lebih dari 5 jam per hari, bahkan berlangsung secara terus-menerus tanpa jeda yang jelas. Gadget digunakan sejak bangun tidur hingga menjelang tidur malam, baik untuk bermain gim, menonton video, maupun mengakses media sosial.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecanduan gadget

memberikan dampak yang nyata terhadap aspek psikologis anak, baik pada tingkat sedang, berat, maupun sangat berat. Pada anak dengan kecanduan sedang, dampak psikologis yang muncul masih tergolong ringan, seperti menurunnya konsentrasi, meningkatnya ketergantungan emosional terhadap gadget, serta munculnya rasa gelisah ketika tidak memegang gawai. Anak masih mampu mengendalikan diri, meskipun mulai menunjukkan kecenderungan menjadikan gadget sebagai sumber hiburan utama. Pada tingkat kecanduan berat, dampak psikologis semakin jelas terlihat. Anak menunjukkan gejala mudah marah, kurang sabar, mudah tersinggung, serta kesulitan mengontrol emosi ketika akses terhadap gadget dibatasi. Anak juga mulai menunjukkan penarikan diri dari lingkungan sosial dan kehilangan minat terhadap aktivitas non-digital. Kondisi ini menunjukkan adanya gangguan dalam regulasi emosi dan pengendalian diri. Sementara itu, pada kategori kecanduan sangat berat, dampak psikologis berkembang menjadi lebih

kompleks dan serius. Anak mengalami ketergantungan emosional yang tinggi, menunjukkan perilaku agresif ringan, mudah frustrasi, serta mengalami penurunan motivasi belajar. Anak juga tampak kehilangan minat terhadap aktivitas sosial dan keagamaan, seperti mengaji dan salat, karena lebih memilih menghabiskan waktu dengan gadget.

Berdasarkan hasil analisis, perubahan perilaku paling signifikan ditemukan pada anak dengan tingkat kecanduan gadget kategori berat dan sangat berat. Pada kategori berat, anak mulai menunjukkan perubahan perilaku berupa penurunan disiplin, kecenderungan menunda tugas, berkurangnya interaksi sosial, serta meningkatnya ketergantungan pada gadget sebagai sumber kesenangan. Anak menjadi lebih tertutup, kurang responsif terhadap lingkungan sekitar, dan hanya berinteraksi ketika memiliki kepentingan tertentu, seperti meminta uang atau akses internet. Pada kategori sangat berat, perubahan perilaku menjadi jauh

lebih kompleks dan mengkhawatirkan. Anak menunjukkan kecenderungan isolasi sosial, menolak berinteraksi dengan keluarga, serta menunjukkan perilaku emosional yang tidak stabil. Anak juga mulai menunjukkan perubahan identitas sosial, seperti meniru gaya bicara, ekspresi, serta perilaku tokoh dalam gim atau konten digital. Selain itu, anak kehilangan minat terhadap aktivitas keagamaan seperti mengaji dan salat, yang sebelumnya menjadi bagian dari rutinitas harian. Hal ini menunjukkan bahwa kecanduan gadget tidak hanya memengaruhi aspek perilaku, tetapi juga berdampak pada pembentukan nilai moral dan spiritual anak.

Hasil penelitian ini memiliki implikasi praktis bagi orang tua dan sekolah dalam mengelola penggunaan gadget pada anak. Orang tua perlu menerapkan pengawasan yang konsisten, membatasi durasi penggunaan gadget, serta mengarahkan anak pada aktivitas alternatif yang lebih edukatif dan sosial. Sekolah juga dapat berperan melalui program

literasi digital dan edukasi penggunaan gadget yang bijak. Dengan pendampingan yang terarah dan kerja sama antara rumah dan sekolah, dampak negatif kecanduan gadget pada anak dapat diminimalkan.

DAFTAR PUSTAKA

Jurnal :

- Adriani, Siti Winda, Ismaniar Ismaniar, dan Lili Dasa Putri. 2024. "Mendeteksi Ancaman Kecanduan Gadget pada Anak Usia Dini." *Pustaka : Jurnal Ilmu-Ilmu Budaya* 24(1):90. doi: 10.24843/pjiib.2024.v24.i01.p12.
- Ain, Siti Quratul. 2022. "The Impact of Handphone Use on Character Development of Children in Elementary School." 6(1):145–56.
- Asiah, Sinta Nur, Budi Adjar Pranoto, Diah Sunarsih, dan Dedi Romli Triputra. 2022. "Faktor Kecanduan Gadget Terhadap Perilaku Sosial Peserta Didik Kelas V." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 8(17):465–74.
- Atmadiani, Widya, Lalu Abdul, Trisna Kusuma, dan Hadi Wijaya. 2025. "Analisis Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Sekolah Dasar." 1(1):28–33.
- Azhariah Fatya, Sabrina Nurul, dan Linda Yarni. 2023. "Perkembangan Akhir Masa Anak-Anak." *Jurnal Nakula : Pusat Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Ilmu Sosial* 2(1):321–31. doi: 10.61132/nakula.v2i1.495.
- Barokah, Awalina, Yessa Afrilia, dan Dania Isnaeni. 2025. "Studi Literature : Pengaruh Penggunaan Gadget Dikalangan Anak Sekolah Dasar." 9:4814–20.
- Fauzan, Mochamad, Putra Herdiana, Meilanny Budiarti Santoso, Program Studi, Ilmu Kesejahteraan, Fakultas Ilmu, Ilmu Politik, Pusat Studi Csr, Kewirausahaan Sosial, dan Universitas Padjadjaran. 2024. "FENOMENA KECANDUAN GADGET PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH SOSIAL Perilaku kecanduan anak pra-sekolah faktor lingkungan . Menurut data kementerian

- Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) memiliki total jumlah penduduk sebanyak 282 riset yang dilakukan pa.” 5(3).
- Fitriana, Fitriana, Anizar Ahmad, dan Fitria Fitria. 2021. “Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Remaja Dalam Keluarga.” *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi* 5(2):182. doi: 10.22373/psikoislamedia.v5i2.7898.
- Hidayat, Luthfi, dan Nandang Budiman. 2025. “Dampak kecanduan gadget pada perilaku anak-anak sekolah dasar : studi kualitatif.” 8(2):20–24.
- Hidayat, Zinggara. 2021. “Dampak Teknologi Digital Terhadap Perubahan Konsumsi Media Masyarakat.” *Dampak Teknologi Digital terhadap Perubahan Konsumsi Media Masyarakat Jurnal Komunikologi* 13(September):59.
- Inggriyani, Feby. 2021. “Penggunaan Gadget Pada Pembelajaran Daring Terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik.” *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang* 7(02):329–37. doi: 10.36989/didaktik.v7i01.231.
- Jalilah, Siti Rahmi. 2021. “Analisis Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Fisik dan Perubahan Perilaku pada Anak Sekolah Dasar.” *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan* 4(1):28–37. doi: 10.31004/edukatif.v4i1.1716.
- Jatmika, Surya, Rizky Putri Rahayu, dan Mutiara Karima. 2022. “Manfaat dan Tantangan Gadget Sebagai Media Pembelajaran Efektif pada Mata Pelajaran Ekonomi di SMA.” *Jurnal Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Indonesia* 7(2):111–22.
- Kalsum, Umi, dan Edi Purwanto. 2023. “Tingkat Ketergantungan Penggunaan Gadget Pada Anak Prasekolah Sebelum Dan Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Tk Pembina Kota Samarinda.” *Health Information: Jurnal Penelitian* 15(1). doi: 10.36990/hijp.v15i1.744.

- Layyinawati, Rahmi Rizqina, Budi Haryanto, dan Anita Pujiastutik. 2024. "Peran Guru PAI dalam Mengatai Kenakalan Siswa Sekolah Menengah Pertama." 24(1):437–42. doi: 10.33087/jiubj.v24i1.4479.
- Linggi, Alexander Indrakusuma, Heni Gerda Pesau, dan Diah Sastaviana. 2023. "Pencegahan Adiksi Penggunaan Gadget Pada Siswa Sekolah Dasar." *Communnity Development Journal* 4(4):7080–84.
- Marpaung, Junierissa. 2021. "Pengaruh Penggunaan Gadget Dalam Kehidupan." *KOPASTA: Jurnal Program Studi Bimbingan Konseling* 5(2):55–64. doi: 10.33373/kop.v5i2.1521.
- Maulian Fadli, Latifatu Qolbi, Kardilla Mutiasya, Salimatul Hayati, Elsa Tionita, dan Husnatul Azizah. 2025. "Penggunaan Gadget di Kalangan Anak SD dan Tantangan dalam Lingkungan Sekolah." *Lencana: Jurnal Inovasi Ilmu Pendidikan* 3(2):159–67. doi: 10.55606/lencana.v3i2.5027.
- Mubarak, Jalaluddin. 2023. "Paradigma Positivisme Dan Pospositivisme Dalam Kebaharuan Penelitian Arsitektur Dan Perkotaan." *Jurnal Ilmiah Arsitektur* 13(1):11–21. doi: 10.32699/jiars.v13i1.3710.
- Nurbani, Rizkia Ramadhania, dan Esya Anesty Mashudi. 2023. "Ketergantungan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia 5-6 Tahun." 2(1).
- Nurhabibah, dan Zulhiddah. 2024. "Perkembangan Moral Dan Psikososial (Emosi) Siswa Di Era Disruptif Serta Perspektif Islam." *Israul Educational Journal: Jurnal Pendidikan (IEJJP)* 2(2):1–14.
- Nurhayati, Intan, Ria Andriani, dan Dhinny Novryanthi. 2025. "Studi Kualitatif Dampak Penggunaan Gadget pada Perkembangan Anak Usia Balita 1-5 Tahun."
- Prasetyawan, Andika Bayu, Husein Adi Sanjaya, dan Amoy Ajeng Arghani. 2025. "Pengaruh Gadget Terhadap Anak Sekolah Dasar." *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia* 2(2):462–68.

- Qomaruddin, Qomaruddin, dan Halimah Sa'diyah. 2024. "Kajian Teoritis tentang Teknik Analisis Data dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley, Miles dan Huberman." *Journal of Management, Accounting, and Administration* 1(2):77–84. doi: 10.52620/jomaa.v1i2.93.
- Rahayu, Ni Komang Suri, Ni Ketut Suarni, dan I. Gede Margunayasa. 2023. "Studi Literatur Dampak Penggunaan Gadget Bagi Perkembangan Kognitif Anak Usia Sekolah." *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru* 9(1):344–49. doi: 10.51169/ideguru.v9i1.822.
- Rahmawati, Nurfitri, Herlina Herlina, dan Yesi Hasneli N. 2021. "Gambaran Ketergantungan Gadget pada Anak Usia Sekolah." *Jkep* 6(2):135–45. doi: 10.32668/jkep.v6i2.445.
- Rahmawati, Suciyan. 2024. "Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Kognitif Dan Moral Anak." *Jurnal Jendela Bunda Program Studi PG-PAUD Universitas Muhammadiyah Cirebon* 12(3):121–32. doi: 10.32534/jjb.v12i3.6635.
- Rifqi, Ichsan Muhammad, dan Suwendi. 2025. "Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Anak." *BEST Journal (Biology Education, Sains and Technology)* 3(2):57–61. doi: 10.30743/best.v3i2.2807.
- Rogahang, Heldy J., Kawung Jiffry, Pelle Astri, dan Oroh Keren Maria. 2022. "Jurnal Teknologi Pendidikan Pemanfaatan Smartphone Sebagai Media Pembelajaran Jurnal Teknologi Pendidikan." 1(1):26–32. doi: 10.56854/tp.v1i1.5.
- Setyaningsih, Emy, dan Dwi Setyowatie. 2023. "E Sosialisasi Dampak Positif dan Negatif Penggunaan Gadget Serta Media Sosial di Kalangan Anak-anak dan Remaja." *IJCOSIN: Indonesian Journal of Community Service and Innovation* 3(1):64–71. doi: 10.20895/ijcosin.v3i1.919.
- Simanjuntak, Edriyani Yonlafado, Novita Aryani, dan Vita Rahmadayanti. 2024. "Efektivitas Self Management Terhadap Kecanduan Bermain Gadget Pada Anak Usia Sekolah." *Jurnal*

- Medika Malahayati* 8(2):411–18.
doi: 10.33024/jmm.v8i2.15305.
- Suardana, Dewa Nyoman, Ni Ketut Suarni, dan I. Gede Margunayasa. 2025. "Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Psikologi pada Anak Sekolah Dasar." 25(1):678–84. doi: 10.33087/jiubj.v25i1.4801.
- Tiwari Paul, Siddhartha. 2024. "International Journal of Social Science Research and Review in Indonesia." 7(5):83–95.
- Tsania, Gina. 2025. "Increasing Smartphone Addiction in Elementary School Children and Its Impact on Social Emotional Development." (April):32–40.
- Uttami, Desri. 2024. "Dampak Kecanduan Gadget Terhadap Emosional Anak Di Kelas 6 Sekolah Dasar." 7:222–32.
- Widiya, Anggita Wahyu, Vany Oktaviana, dan Arum Dwi Utari. 2021. "Penggunaan Video Pembelajaran Interaktif sebagai Media Pembelajaran di Masa Pandemi." *Jurnal Jendela Pendidikan* 1(04):293–99. doi: 10.57008/jjp.v1i04.64.
- Widodo, Arif, dan Deni Sutisna. 2021. "Fenomena Gadget Addicted Pada Anak Usia Sekolah Dasar Selama Studi From Home." *Jurnal Didika : Wahana Ilmiah Pendidikan Dasar* 7(1):36–45. doi: 10.29408/didika.v7i1.3090.