

**DAMPAK MEDIA SOSIAL BAGI PERKEMBANGAN KOGNITIF REMAJA
DALAM PERSPEKTIF PENDIDIKAN ISLAM**

Husniyah Cahya Nabila¹, Iqbal Amar Muzaki², M.Makbul³

¹Universitas Singaperbangsa Karawang

¹husniyahnabila0@gmail.com, ²iqbalamar.muzaki@staff.unsika.ac.id,

³m.makbul@fai.unsika.ac.id

ABSTRACT

Social media has now become a crucial component in the lives of young people and has a significant impact on their cognitive development and behavior. This study aims to analyze the impact of social media on adolescents' cognitive development from the perspective of Islamic education. This research adopts a qualitative approach through a library research method supported by an interview with a student from the State Islamic University (UIN) Bandung. The data were collected from various literature sources, including academic journals, books, and relevant articles, as well as interview results related to adolescents' use of social media platforms. The data analysis technique used was descriptive-analytical, conducted by reviewing, classifying, and interpreting the research findings. The results show that social media provides positive impacts, such as expanding social networks, facilitating communication, accelerating the flow of information, and functioning as a learning tool. However, social media platforms can also produce negative effects when used excessively, including reduced learning concentration, social media addiction, lower self-confidence due to social comparison, and the risk of exposure to inappropriate content and cyberbullying. From the perspective of Islamic education, the use of social media should be accompanied by principles such as tafakkur (deep reflection), tabayyun (verification of information), and the wise use of intellect ('aql) so that social media can be utilized effectively and contribute positively to adolescents' cognitive development.

Keywords: *social media, cognitive development, adolescents, Islamic education*

ABSTRAK

Media sosial kini menjadi komponen krusial dalam kehidupan anak muda dan memiliki dampak signifikan terhadap perkembangan kognitif serta perilaku mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak media sosial terhadap perkembangan kognitif remaja dalam perspektif pendidikan Islam. Penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif melalui metode studi pustaka yang disokong dengan wawancara terhadap salah satu mahasiswi di Universitas Islam Negeri Bandung. Data yang dikumpulkan berasal dari berbagai sumber literatur, termasuk jurnal akademik, buku, dan artikel yang relevan, serta wawancara terkait dengan penggunaan platform sosial oleh remaja. Teknik analisa data digunakan secara deskriptif-analitis dengan cara meninjau, mengelompokkan, dan menginterpretasikan hasil-hasil penelitian. Temuan menunjukkan bahwa media sosial memberikan dampak positif, seperti memperluas jaringan sosial, mempermudah komunikasi, mempercepat aliran informasi, serta berfungsi sebagai alat belajar. Namun, platform sosial juga dapat menimbulkan efek negatif jika digunakan secara berlebihan, termasuk menurunkan fokus belajar, ketergantungan terhadap media sosial, rendahnya rasa percaya diri akibat perbandingan sosial, serta risiko terpapar konten bermasalah dan perundungan siber. Dalam pandangan pendidikan Islam, penggunaan media sosial harus didampingi dengan prinsip-prinsip seperti tafakkur, tabayyun, dan penggunaan rasio ('aql) dengan bijaksana agar platform sosial dapat dimanfaatkan secara efektif dan memberi manfaat bagi kemajuan kognitif remaja.

Kata kunci: media sosial, perkembangan kognitif, remaja, pendidikan Islam

A. Pendahuluan

Perkembangan kognitif merupakan salah satu aspek fundamental dalam proses pendidikan dan pertumbuhan individu. Pemahaman mengenai perkembangan ini menjadi dasar dalam merancang strategi pembelajaran dan pembinaan generasi muda di era modern. Perspektif perkembangan kognitif merupakan hal yang sangat bermanfaat untuk dipelajari dan

diterapkan pada anak, karena memerlukan media yang dapat memperbaiki dan meningkatkan kemampuan kognitif, yang pada hakikatnya merupakan keahlian penting bagi kehidupan di masa depan serta menunjukkan bahwa perkembangan intelektual dimulai dari reaksi refleksif seorang anak terhadap lingkungan sekitarnya (Fajrin, Amirudin, & Muzaki, 2022). Hal ini menandakan bahwa pertumbuhan kognitif tidak

berlangsung dengan cepat, tetapi melalui pengalaman interaksi antara individu dan lingkungannya. Seiring bertambahnya usia, cara berpikir mengalami perkembangan dan reaksi dasar menjadi kemampuan analisis yang lebih rumit, termasuk kemampuan untuk mengevaluasi berbagai kemungkinan dan memecahkan masalah dengan logika. Di fase remaja, kemajuan ini menjadi lebih jelas kerana individu mulai dapat berpikir secara abstrak, kritis, dan reflektif.

Dalam era digital saat ini, faktor yang mempengaruhi perkembangan kognitif anak muda tidak hanya berasal dari keluarga dan pendidikan, tetapi juga ruang maya, terutama platform media sosial. Media sosial kini menjadi elemen esensial dalam kehidupan remaja, berfungsi sebagai alat untuk berkomunikasi, bersenang-senang, dan mendapatkan informasi. Tingginya tingkat penggunaan menjadikan media sosial sebagai salah satu aspek lingkungan yang berperan dalam

membentuk cara berpikir dan proses kognitif anak muda.

Penelitian yang dilakukan oleh Sunarti (2015) menunjukkan bahwa penggunaan situs jejaring sosial yaitu Facebook secara berlebihan dapat memengaruhi konsentrasi belajar remaja serta berdampak pada penurunan prestasi akademik. Hal ini menunjukkan bahwa intensitas penggunaan media sosial berkaitan dengan kemampuan perhatian dan fokus, yang merupakan bagian penting dari fungsi kognitif. Lebih lanjut, tinjauan literatur sistematis yang dilakukan oleh Yudha, Khairani, dan Yanti (2025) menyimpulkan bahwa adiksi media sosial secara umum berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis remaja. Penggunaan media sosial secara berlebihan dapat menyebabkan penurunan harga diri, kepuasan hidup, dan keseimbangan emosi.

Dalam perspektif Pendidikan Islam, perkembangan kognitif tidak hanya dipahami sebagai kemampuan berpikir intelektual semata, tetapi juga sebagai proses penguatan akal ('aql) dan pembentukan kemampuan berpikir kritis yang ditopang oleh prinsip-prinsip seperti tafakkur, tadabbur, dan tabayyun dalam

menerima dan menilai informasi (Utami, Hakim, & Suparman, 2025). Oleh karena itu, penggunaan media sosial oleh remaja perlu diarahkan agar selaras dengan nilai-nilai pendidikan Islam, sehingga perkembangan kognitif yang terjadi tidak hanya bersifat intelektual, tetapi juga bermuatan moral dan spiritual.

Berdasarkan uraian tersebut, kajian mengenai dampak media sosial terhadap perkembangan kognitif remaja dalam perspektif Pendidikan Islam menjadi penting untuk dilakukan guna menemukan pendekatan pendidikan yang adaptif terhadap perkembangan teknologi tanpa mengabaikan nilai-nilai dasar keislaman.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kepustakaan (*library research*). Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami, menganalisis, dan menginterpretasikan fenomena dampak media sosial terhadap perkembangan kognitif remaja secara mendalam dalam perspektif Pendidikan Islam. Penelitian kepustakaan memungkinkan peneliti

melakukan analisis konseptual dan interpretatif terhadap berbagai sumber tertulis yang relevan (Zed, 2014).

Jenis penelitian ini merupakan kombinasi antara studi kepustakaan (*library research*) dan penelitian lapangan (*field research*). Studi kepustakaan dilakukan untuk mengkaji teori dan hasil penelitian terdahulu mengenai media sosial dan perkembangan kognitif remaja. Sementara itu, penelitian lapangan dilakukan melalui wawancara terhadap seorang mahasiswi UIN Bandung sebagai informan untuk memperoleh gambaran empiris mengenai pengalaman penggunaan media sosial.

Studi kepustakaan dilakukan dengan cara mengumpulkan dan menganalisis berbagai sumber tertulis yang relevan, seperti artikel jurnal ilmiah berbahasa Indonesia, buku, serta literatur yang membahas perkembangan kognitif remaja, pengaruh media sosial, dan konsep pendidikan dalam Islam. Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa penggunaan media sosial berpengaruh terhadap konsentrasi belajar, daya pikir kritis, serta pola interaksi remaja (Kurniasih, Hakim, & Suparman, 2022). Selain itu, media

sosial juga memiliki dampak ganda, yakni sebagai sarana edukatif sekaligus potensi distraksi kognitif jika tidak digunakan secara bijak (Putri & Nurwati, 2021).

Dalam perspektif Pendidikan Islam, perkembangan kognitif tidak hanya dipahami sebagai perkembangan intelektual semata, tetapi juga sebagai proses pengoptimalan fungsi 'aql (akal), tafakkur (berpikir reflektif), dan tabayyun (klarifikasi informasi) dalam menyikapi realitas sosial dan informasi digital (Huda, 2015). Oleh karena itu, kajian ini mengintegrasikan temuan empiris mengenai media sosial dengan nilai-nilai normatif dalam Pendidikan Islam.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui dokumentasi, yaitu dengan menelaah dan mengkaji isi artikel ilmiah yang relevan dengan fokus penelitian. Teknik dokumentasi dalam penelitian kepustakaan dinilai efektif untuk menggali data konseptual dan teoritis secara sistematis (Sugiyono, 2018).

Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif-analitis, yaitu dengan mendeskripsikan temuan-temuan dalam literatur mengenai

dampak media sosial terhadap perkembangan kognitif remaja, kemudian dianalisis serta dikaitkan dengan prinsip-prinsip Pendidikan Islam.

Proses analisis dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu:

Reduksi data, dengan memilih dan memfokuskan literatur yang sesuai dengan topik penelitian (Miles & Huberman, 2014).

Penyajian data, dengan mengelompokkan temuan berdasarkan tema seperti dampak positif, dampak negatif, dan implikasi kognitif.

Penarikan kesimpulan, dengan mengintegrasikan temuan empiris dengan nilai-nilai Pendidikan Islam sebagai kerangka normatif.

Dengan metode ini, penelitian diharapkan mampu memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai dampak media sosial terhadap perkembangan kognitif remaja serta merumuskan pendekatan yang selaras dengan prinsip Pendidikan Islam.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Penelitian ini memperoleh data dari dua sumber, yaitu studi

kepuustakaan (data sekunder) dan wawancara terhadap seorang mahasiswi UIN Bandung (data primer). Hasil penelitian menunjukkan bahwa media sosial memiliki dampak positif dan negatif terhadap perilaku serta perkembangan kognitif remaja.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan terhadap narasumber, diperoleh beberapa temuan utama sebagai berikut:

a. Dampak Positif

Narasumber menyatakan bahwa media sosial memiliki beberapa dampak positif, antara lain:

Memperluas jejaring sosial Media sosial membantu remaja membangun persahabatan dan memperluas jaringan sosial. Remaja dapat terhubung dengan teman lama maupun baru, bahkan lintas daerah dan negara.

Pertukaran informasi dan pengetahuan Media sosial memungkinkan remaja memperoleh dan membagikan informasi secara cepat dan mudah.

Media komunikasi jarak jauh

Pembentukan identitas diri Media sosial menjadi ruang bagi remaja untuk mengekspresikan diri dan membentuk identitas mereka.

Sarana pendidikan dan bisnis Media sosial memudahkan akses terhadap sumber pembelajaran serta membuka peluang bisnis dan pemasaran secara daring.

b. Dampak Negatif

Selain dampak positif, narasumber juga mengungkapkan beberapa dampak negatif, yaitu:

Kecanduan dan penggunaan berlebihan

Penggunaan yang terlalu sering dapat mengganggu konsentrasi, fokus belajar, dan interaksi sosial di dunia nyata.

Penurunan rasa percaya diri Media sosial mendorong remaja membandingkan diri dengan orang lain, sehingga berpotensi menurunkan harga diri dan menimbulkan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri.

Paparan konten negatif Remaja berpotensi terpapar konten tidak pantas seperti pornografi dan kekerasan.

Hoaks dan misinformasi Penyebaran informasi palsu menjadi ancaman serius jika tidak disertai kemampuan literasi digital.

Cyberbullying dan ancaman privasi media sosial dapat menjadi ruang terjadinya perundungan daring

serta mengancam keamanan data pribadi pengguna.

Narasumber menekankan pentingnya penggunaan media sosial secara bijak serta perlunya peran orang tua dan pendidik dalam melakukan pengawasan dan pendampingan.

B. Pembahasan

1. Dampak Media Sosial terhadap Perilaku dan Perkembangan Kognitif Remaja

Hasil wawancara menunjukkan bahwa media sosial dapat memperluas jejaring sosial, memudahkan pertukaran informasi, dan menjadi ruang ekspresi diri. Temuan ini didukung oleh penelitian Saputra, Islam, & Iswinarti (2024) yang menyatakan bahwa penggunaan media sosial berkorelasi dengan berbagai aspek perilaku remaja, termasuk komunikasi sosial dan prestasi belajar; namun, intensitas yang tinggi dari penggunaan media sosial sering dikaitkan dengan penurunan prestasi akademik dan masalah kesehatan mental (Saputra et al., 2024).

Selain itu, penelitian Harisman, Oruh, & Agustang (2022) juga mengamati bahwa media sosial dapat menjadi media komunikasi sosial yang

penting bagi remaja, tetapi penggunaan yang tidak terkendali dapat berubah menjadi kecanduan, sehingga mengganggu keseimbangan waktu antara kehidupan daring dan kehidupan nyata.

2. Dampak Psikologi dan Kecemasan

Beberapa penelitian yang diterbitkan dalam jurnal-jurnal Indonesia menunjukkan adanya keterkaitan antara aktivitas di media sosial dengan kondisi mental para remaja. Sebuah penelitian oleh Sekolah Tinggi Agama Islam Kuningan (2021) mengungkapkan bahwa pemakaian media sosial yang berlebihan berkaitan dengan peningkatan kecemasan serta depresi dalam kalangan remaja, yang berpotensi memengaruhi kesehatan psikologis mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Kansil, Solang, & Lovihan (2025) dalam IDEA: Jurnal Psikologi mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara seberapa sering media sosial digunakan dengan tingkat kecemasan sosial di kalangan remaja. Ketika penggunaan media sosial meningkat, peluang bagi remaja

untuk merasakan kecemasan sosial juga semakin besar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan laporan dari narasumber yang mengungkapkan adanya perubahan dalam rasa percaya diri dan peningkatan perasaan terasing yang disebabkan oleh perbandingan sosial di platform media sosial, yang mencerminkan efek psikologis yang nyata.

3. Identitas Sosial dan Perilaku Sosial

Studi yang dilakukan oleh Pekuali & Kaborang (2023) dalam *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial* mengungkapkan bahwa platform media sosial tidak hanya mempengaruhi cara orang berkomunikasi, melainkan juga berkontribusi pada pembentukan identitas sosial di kalangan remaja. Penelitian ini mengindikasikan bahwa media sosial dapat memperluas jaringan sosial, tetapi jika disalahgunakan, remaja bisa jatuh pada perilaku sosial yang tidak sehat, termasuk pergaulan bebas dan pandangan negatif.

Hasil ini sejalan dengan informasi dari wawancara yang menunjukkan bahwa media sosial

dapat berdampak pada kepercayaan diri, harga diri, serta cara remaja berinteraksi dengan komunitas mereka.

4. Keterkaitan dengan Literasi Digital dan Kemampuan Berpikir Kritis

Berdasarkan ulasan literatur oleh Asmanur et al. (2023) dalam *Jurnal Kesehatan Tambusai*, media sosial bisa memberikan efek positif jika remaja menggunakan alat ini secara bijaksana dengan keterampilan literasi digital yang baik, meskipun efek negatif seperti tekanan sosial, perbandingan diri, dan stres sering muncul akibat penyerapan konten yang tidak terkontrol.

Informasi ini menunjukkan bahwa literasi digital dan kemampuan berpikir kritis sangatlah penting. Remaja yang mampu melakukan verifikasi dan penyaringan informasi (tabayyun menurut perspektif Islam) cenderung lebih baik dalam memanfaatkan media sosial dengan cara yang sehat dibandingkan mereka yang memiliki keterampilan tersebut secara terbatas.

5. Hubungan dengan Perkembangan Kognitif pada Remaja

Meskipun beberapa artikel ilmiah menitikberatkan pada aspek perilaku dan psikologi, pengaruhnya terhadap kognisi tetap terlihat melalui pola penggunaan media sosial yang mendominasi. Misalnya, penelitian oleh Salim & Jannah (2026) yang dipublikasikan di Jurnal EMPATI menunjukkan bahwa kedalaman penggunaan media sosial tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap rentang perhatian mahasiswa. Hal ini menimbulkan diskusi bahwa penurunan kualitas fokus tidak hanya tentang lama waktu penggunaan, tetapi juga berkaitan dengan mutu konten yang digunakan serta kemampuan kontrol diri.

Dari wawancara yang dilakukan, narasumber mengungkapkan bahwa media sosial dapat menimbulkan gangguan yang menghambat konsentrasi. Penelitian ini sejalan dengan literatur yang menunjukkan bahwa media sosial memiliki potensi untuk merubah cara remaja dalam memproses informasi—terutama dalam konteks interaksi yang cepat dan konten yang instan.

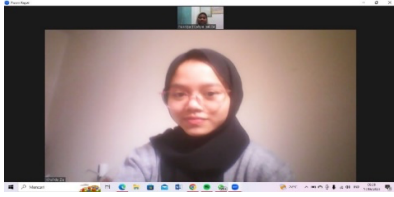
Kesimpulan dari Analisis Diskusi dengan Beragam Jurnal

Dari gabungan wawancara dan berbagai sumber jurnal di Indonesia, dapat disimpulkan bahwa:

Media sosial memberikan beragam efek positif, termasuk memperluas jaringan sosial, mempercepat akses informasi, dan memungkinkan individu untuk mengekspresikan identitas diri yang bisa mendukung perkembangan sosial dan kognitif remaja jika digunakan dengan bijak.

Namun, dampak negatifnya juga tidak kalah signifikan, mencakup kecemasan sosial, masalah psikologi, tekanan dari lingkungan sosial, serta gangguan dalam belajar yang diungkapkan melalui penelitian mengenai skrining psikologis dan perilaku remaja di Indonesia.

Kemampuan dalam literasi digital serta kontrol penggunaan media sosial merupakan faktor utama yang menentukan apakah dampak tersebut bersifat positif atau negatif—yang dapat dianalisis lebih mendalam dalam konteks pendidikan Islam (tafakkur, tabayyun), yang menekankan pentingnya berpikir kritis dan memverifikasi informasi sebelum membagikan.



Narasumber:

KHALIDA ZIA
STUDI AGAMA AGAMA
FAKULTAS USULUDDIN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
BANDUNG

D. Kesimpulan

Kesimpulan akhir yang diperoleh dalam penelitian dan saran perbaikan yang dianggap perlu ataupun penelitian lanjutan yang relevan.

Hasil penelitian yang diperoleh dari berbagai sumber literatur dan wawancara menunjukkan bahwa media sosial memiliki dampak yang cukup besar terhadap perilaku dan perkembangan kognitif di kalangan remaja. Media sosial memberikan sejumlah manfaat, seperti memudahkan interaksi, memperluas lingkaran persahabatan, mempercepat aliran informasi, serta berfungsi sebagai alat untuk belajar dan mengembangkan diri.

Namun, di sisi lain, penggunaan media sosial secara berlebihan dapat menimbulkan masalah, seperti

menurunnya fokus saat belajar, ketergantungan terhadap media sosial, munculnya perbandingan sosial yang memengaruhi rasa percaya diri, serta risiko terpapar konten negatif, berita palsu, dan perundungan siber. Dampak ini menandakan bahwa media sosial memiliki pengaruh pada cara berpikir, tindakan, serta kondisi mental remaja.

Dengan demikian, pemanfaatan media sosial sebaiknya dilakukan dengan bijak dan terarah. Peran orang tua, pendidik, serta lingkungan sangat berperan penting dalam mendampingi remaja agar dapat menggunakan media sosial dengan cara yang positif, sehingga dapat mendukung perkembangan kognitif dan sosial mereka dengan maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Asmanur, A. R., Rusli, S., Isdayanti, I., dkk. (2023). Pengaruh media sosial pada perkembangan kesehatan mental remaja: Literature review. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, Vol. 6 No. 2.
- Fajrin, E. D. P., Amirudin, & Muzaki, I. A. (2022). Implementasi media aplikasi *Learns Al-Quran with Marbel* dalam meningkatkan pengembangan kognitif

- anak. *Jurnal Pendidikan Dasar Fondatia*, Vol. 6 No. 3.
- Harisman, H., Oruh, S., & Agustang, A. (2022). Pengaruh media sosial pada remaja. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, Vol. 8 No. 1.
- Huda, M. (2015). Peran pendidikan Islam terhadap perubahan sosial. *Edukasia: Jurnal Penelitian Pendidikan Islam*, Vol. 10 No. 1. <https://journal.iainkudus.ac.id/index.php/Edukasia>.
- Kansil, A., Solang, D. J., & Lovihan, M. A. K. (2025). Intensitas penggunaan media sosial terhadap kecemasan sosial pada remaja. *IDEA: Jurnal Psikologi*, Vol. 9 No. 2.
- Kurniasih, H., Hakim, A. L. R., & Suparman, M. F. (2022). Dampak penggunaan media sosial terhadap perkembangan belajar peserta didik. *Fondatia: Jurnal Pendidikan Dasar*. <https://ejournal.umkla.ac.id/index.php/halaqatuna/article/view/2136>
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2014). Analisis data kualitatif. UI Press.
- Pekuali, S., & Kaborang, V. D. (2023). Pengaruh penggunaan media sosial dan perkembangan identitas sosial pada remaja. *Triwikrama: Jurnal Ilmu Sosial*, Vol. 3 No. 1.
- Putri, W. S. R., & Nurwati, N. (2021). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. *Jurnal Penelitian Komunikasi*.
<https://ejournal.undip.ac.id>
- Salim, I. E., & Jannah, M. (2026). Pengaruh intensitas penggunaan media sosial terhadap attention span mahasiswa. *Jurnal Empati*.
- Saputra, W., Islam, F., & Iswinarti, I. (2024). Pengaruh media sosial terhadap perilaku remaja. *Journal of Comprehensive Science*, Vol. 4 No. 1.
- Sekolah Tinggi Agama Islam Kuningan, dkk. (2021). Dampak media sosial terhadap kesejahteraan psikologis remaja. *Jurnal Sosial Teknologi*, Vol. 3 No. 8.
- Sugiyono. (2018). Metode penelitian kualitatif. Alfabeta
- Sunarti. (2015). Pengaruh situs jejaring sosial Facebook terhadap perkembangan kognitif remaja. *Jurnal Ilmiah WUNY*, Vol. 16 No. 6
- Utami, K. H., Hakim, A. L. R., & Suparman, M. F. (2025). Proses

kognitif dan berpikir kritis dalam Islam. Halaqatuna: Jurnal Pendidikan dan Studi Islam, Vol. 1 No. 2, 86–92.

Yudha, B. P., Khairani, D., & Yanti, F. (2025). Tinjauan literatur sistematis: Pengaruh adiksi media sosial terhadap kesejahteraan remaja. Jurnal Pendidikan Tambusai, Vol. 9 No. 2.