

Internalisasi Nilai-Nilai Pendidikan Islam dalam Menghadapi Dampak Penggunaan Gadget terhadap Psikologi Anak di Gampong Peurada

***Hamdi Multazam¹, Loeziana Uce²**

^{1,2} Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh, Indonesia

*Email: hamdizam27042001@gmail.com

ABSTRACT

The use of gadgets by children has become an inseparable phenomenon in daily life in the digital era. This study aims to analyze the impact of gadget usage habits on children's psychological aspects, including emotional development, social skills, and behavior. This research employs a qualitative method through literature review and observation of children aged 5–12 years. The findings indicate that excessive gadget use can lead to concentration disorders, increased aggressive behavior, and a decline in social interaction and empathy. On the other hand, guided and appropriate gadget use can enhance children's cognitive abilities and creativity. Therefore, parental involvement and time management in gadget use are crucial factors in minimizing its negative psychological effects on children.

Keywords: *Gadgets, Children, Psychology, Behavior, Digital Influence*

Abstrak

Penggunaan gadget oleh anak-anak telah menjadi fenomena yang tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari di era digital. Studi ini bertujuan untuk menganalisis dampak kebiasaan penggunaan gadget terhadap aspek psikologis anak, termasuk perkembangan emosi, kemampuan sosial, dan perilaku. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi literatur dan observasi terhadap anak usia 5–12 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat menyebabkan gangguan konsentrasi, peningkatan perilaku agresif, serta penurunan interaksi sosial dan empati. Sebaliknya, penggunaan gadget yang dibimbing secara tepat dapat meningkatkan kemampuan kognitif dan kreativitas anak. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua dan pengaturan waktu penggunaan gadget menjadi faktor penting dalam meminimalisir dampak negatif terhadap psikologi anak.

Kata Kunci: *Gadget, Anak, Psikologi, Perilaku, Pengaruh Digital*

A. PENDAHULUAN

Psikologi anak adalah cabang ilmu psikologi yang mempelajari perkembangan mental, emosional, sosial, dan perilaku anak sejak lahir hingga masa remaja. Psikologi anak berfokus pada bagaimana anak berpikir, merasakan, berinteraksi dengan

lingkungan, serta bagaimana faktor internal dan eksternal memengaruhi pertumbuhan kepribadian dan kesehatan mental mereka.(Damayanti et al., 2020)

Perkembangan psikologi anak dipengaruhi oleh berbagai aspek, seperti pola asuh orang tua, lingkungan sosial, pendidikan, serta kebiasaan yang dibentuk sejak dini. Faktor-faktor ini berperan penting dalam membentuk karakter, tingkat kecerdasan emosional, serta cara anak menghadapi tantangan dalam kehidupan. Dalam perkembangannya, anak mengalami berbagai tahap psikologis yang melibatkan perubahan dalam cara mereka memahami dunia, mengelola emosi, serta menjalin hubungan dengan orang lain. Oleh karena itu, memahami psikologi anak sangat penting bagi orang tua, pendidik, dan masyarakat agar dapat memberikan dukungan yang tepat dalam membentuk tumbuh kembang anak yang sehat secara mental dan emosional.(Elizabeth Bargner Hurlock, 1980)

Perkembangan teknologi di era digital (Ilyas & Maknun, 2023) telah membawa perubahan besar dalam kehidupan manusia, termasuk dalam pola kebiasaan anak-anak. Salah satu perubahan yang paling mencolok adalah meningkatnya penggunaan gadget, seperti smartphone, tablet, dan komputer. Gadget kini menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan anak, baik sebagai sarana hiburan, komunikasi, maupun pembelajaran. Gadget adalah perangkat elektronik berteknologi tinggi yang dirancang untuk mempermudah aktivitas manusia. Contoh gadget yang umum digunakan meliputi smartphone, tablet, laptop, dan perangkat elektronik lainnya. G (Firadhani et al., 2021)adget telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sehari-hari, termasuk bagi anak-anak, yang sering menggunakannya untuk bermain game, menonton video, atau berkomunikasi.

Gadget juga memiliki manfaat, terutama jika digunakan dengan bijak. Beberapa dampak positifnya antara lain sebagai sumber informasi dan edukasi, meningkatkan kreativitas, dan komunikasi yang lebih mudah. Gadget memungkinkan akses ke berbagai informasi dan sumber belajar, seperti e-books, video edukasi, dan aplikasi pembelajaran interaktif. Dengan adanya gadget, anak dapat berkomunikasi dengan keluarga dan teman, terutama dalam situasi tertentu seperti pembelajaran daring. Gadget bisa menjadi alat yang bermanfaat jika digunakan secara seimbang dan sesuai dengan kebutuhan. Orang tua dan pendidik memiliki peran penting dalam mengawasi serta membatasi penggunaan gadget agar anak-anak tetap mendapatkan manfaatnya tanpa mengalami dampak negatif.(Listiana et al., 2020)

Penggunaan gadget di era modern telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, termasuk di kalangan anak-anak dan remaja. Meskipun gadget memiliki manfaat dalam aspek edukasi dan komunikasi, penggunaannya yang tidak terkontrol lebih banyak membawa dampak negatif, terutama bagi perkembangan psikologis dan sosial anak. Tidak sedikit orang tua yang memberikan gadget kepada anak sejak usia dini dengan alasan agar mereka tetap tenang dan tidak rewel. Namun, tanpa disadari, kebiasaan ini justru membawa dampak negatif yang semakin hari semakin mengkhawatirkan. Banyak anak yang kini lebih sibuk dengan dunianya sendiri, tenggelam dalam layar gadget, hingga mengabaikan interaksi sosial, bahkan terhadap orang tua mereka sendiri. (Novianti, 2023)

Hal yang lebih miris adalah ketika anak mulai menunjukkan perilaku agresif jika tidak mendapatkan gadgetnya. Mereka bisa marah, menangis histeris, atau bahkan melawan orang tua hanya karena akses mereka terhadap gadget dibatasi. Fenomena ini bukan terjadi begitu saja, melainkan merupakan hasil dari pola asuh yang tanpa sadar membiasakan anak bergantung pada gadget sejak kecil. Ketika orang tua terlalu sering memberikan gadget sebagai solusi instan untuk menenangkan anak, mereka sebenarnya sedang menanamkan kebiasaan yang sulit dihentikan di kemudian hari.

Pada akhirnya, penggunaan gadget yang berlebihan tidak hanya memengaruhi psikologi anak, tetapi juga hubungan mereka dengan keluarga. Anak-anak yang terlalu terbiasa dengan gadget cenderung kurang menghargai komunikasi langsung dan lebih sulit menerima aturan atau batasan yang diberikan oleh orang tua. Jika kebiasaan ini terus berlanjut, bukan tidak mungkin generasi mendatang akan kehilangan nilai-nilai penting seperti kesopanan, empati, dan kedekatan emosional dengan keluarga.

Sebagai orang tua, penting untuk memahami (Clark, 2012) bahwa gadget bukanlah satu-satunya solusi untuk menghibur atau mendidik anak. Membatasi penggunaan gadget, menggantinya dengan aktivitas yang lebih interaktif, seperti membaca buku, bermain di luar, atau berdiskusi bersama, akan membantu membentuk karakter anak yang lebih baik. Orang tua perlu kembali berperan aktif dalam mendidik anak dengan memberikan perhatian dan kasih sayang yang nyata, bukan hanya dengan layar. Dengan begitu, anak-anak dapat tumbuh dengan keseimbangan yang baik antara dunia digital dan dunia nyata.

Jika fenomena ini terus berlanjut, generasi mendatang bisa semakin jauh dari nilai-nilai keislaman. Mereka mungkin mahir dalam mengoperasikan gadget dan

memahami tren dunia modern, tetapi kosong dalam hal spiritual dan moralitas. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pendidik untuk kembali menanamkan kecintaan terhadap Al-Qur'an sejak dini. Membiasakan anak membaca, memahami, dan mengamalkan ajaran Al-Qur'an akan membantu mereka tumbuh dengan akhlak yang baik serta memiliki pedoman dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Penelitian ini bertujuan untuk menggali sejauh mana kedua kebiasaan tersebut mempengaruhi perkembangan psikologis dan karakter individu, khususnya pada anak-anak, dalam menghadapi tantangan hidup di era digital saat ini (Firadhani et al., 2021).

B. METODE

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur yang juga dikenal sebagai studi pustaka. Studi pustaka adalah metode penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan, membaca, menganalisis, dan menginterpretasikan berbagai sumber tertulis yang relevan dengan topik penelitian. Sumber pustaka yang digunakan bisa berupa buku, jurnal ilmiah, artikel, dokumen resmi, laporan penelitian, serta literatur lainnya yang mendukung kajian yang sedang dilakukan. Metode ini bertujuan untuk memperoleh landasan teori yang kuat, memahami penelitian sebelumnya, serta mengidentifikasi kesenjangan atau permasalahan yang dapat dikembangkan lebih lanjut. Studi pustaka juga membantu peneliti dalam merumuskan hipotesis, memperjelas konsep, serta memberikan perspektif yang lebih luas terhadap isu yang diteliti. (Maolani, Rukaesih A, dan Cahayana, 2016)

Ada empat tahapan dalam membuat studi literatur, yaitu pertama, memilih topik yang di review, pada penelitian ini topik yang akan dibahas ialah mengenai dampak kebiasaan bersama gadget terhadap psikologi anak. Kedua, melacak dan memilih artikel yang cocok/relevan, penelitian dilakukan berdasarkan pada teori-teori yang terdapat dalam jurnal, artikel ilmiah, literatur review, yang berkaitan dengan rancangan yang akan diteliti. Ketiga, melakukan analisis dan sintesis literatur, peneliti melakukan analisis pada data yang telah dipilih atau hasil penelitian artikel sebelumnya yang telah diterbitkan sebagai karya ilmiah. Keempat, mengorganisasi penulisan review, yaitu peneliti Menyusun hasil temuan yang telah di review. Studi literatur yang dilakukan oleh penulis yaitu dengan membaca, mengidentifikasi, menganalisis, mengevaluasi penelitian-penelitian sebelumnya, serta melakukan pencarian dan pengumpulan dari berbagai sumber tertulis seperti, artikel, jurnal, atau dokumen-dokumen lainnya yang relevan dengan permasalahan yang dikaji. (Widayati, 2023)

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Mental dan Sosial Anak Usia Dini

Gadget memiliki manfaat dalam mempermudah komunikasi dan akses informasi, penggunaannya harus seimbang agar tidak mengorbankan nilai-nilai kehidupan yang lebih bermakna. Namun, jika tidak digunakan secara bijak, ketergantungan pada gadget dapat mengurangi kualitas hubungan antaranggota keluarga, menghambat perkembangan sosial anak, serta menurunkan kemampuan untuk hadir secara penuh dalam kehidupan nyata. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan pendidik untuk menanamkan kesadaran akan penggunaan gadget yang sehat sejak dini, dengan menyeimbangkan antara aktivitas digital dan pengalaman langsung di dunia nyata, seperti bermain bersama, berkomunikasi tatap muka, dan menjalin hubungan emosional yang hangat. (Flyer & Brochure, 2019)

Hasil pencarian artikel tentang dampak kebiasaan bersama gadget relevan. Berdasarkan hasil identifikasi dan kajian literatur yang dipaparkan pada Tabel di bawah ini maka dapat disimpulkan bahwa gadget adalah sesuatu yang dirancang untuk memudahkan pekerjaan manusia, namun yang sering terjadi adalah gadget dijadikan sebaga bagian dari kehidupan, sehingga apabila anak usia dini dibiasakan untuk bermain gadget, mereka akan lupa waktu dan berakibatkan buruk kepada mental mereka, diantaranya sikap menjadi individualis, mentalnya labil, dan cepat emosian.

2. Penelitian Tentang Dampak Penggunaan Gadget Pada Psikologi Anak

No	Judul	Tahun	Penulis	Hasil Penelitian
1	Analisis Pengaruh Gadget Terhadap Minat Anak-Anak Dalam Belajar Al-Qur'an di Lingkungan 13, Kelurahan Rengas Pulau, Kecamatan Medan Marelan	2021	Safira Ramadhani, Ayu Septianty, Ninda Azzahra, Fachrur Rozi Nasution, Annio Indah Lestari	Penggunaan gadget menyulitkan anak dalam membatasi waktu bermain. Sebagian anak menolak mengaji ketika diminta orang tua. Gadget terbukti memengaruhi perkembangan keagamaan anak.
2	Analisis Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Psikologis dan	2021	Novianti	Gadget memiliki manfaat edukatif, tetapi

	Keagamaan Anak Usia Dini (TK dan SD) dalam Perspektif Pendidikan Agama Islam			penggunaan tidak terkontrol berdampak negatif pada interaksi sosial, pola tidur, kesehatan fisik, dan perkembangan emosional anak.
3	Kajian Wacana Dampak Penggunaan Gadget (Gawai) Terhadap Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia Dini	2021	Intan Nur Laily, Ratnasari Dwi Ade Chandra	Penggunaan gadget berdampak positif pada kreativitas dan kognitif anak, namun berdampak negatif terhadap kepekaan sosial, interaksi lingkungan, dan kecenderungan individualisme.
4	Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget dengan Gangguan Emosi dan Perilaku Remaja Kelas 8	2022	Intan Risma Juliani, Imanuel Sri Mei Wulandari	Kecanduan gadget memengaruhi emosi remaja, kemampuan berpikir, kontrol diri, serta meningkatkan risiko stres, obesitas, gangguan mental, dan penyakit serius.
5	Dampak Gadget Terhadap Pergeseran Pola Asuh Orang Tua Perspektif Hukum Islam	2023	Raden Yusuf	Penggunaan gadget berlebihan menyebabkan kecanduan, menurunkan produktivitas anak, serta mengubah pola asuh orang tua menjadi kurang terlibat dalam pendidikan dan pengasuhan anak.

Berdasarkan hasil review beberapa penelitian di atas mengenai dampak kebiasaan bersama gadget dapat disimpulkan bahwa sangat mempengaruhi psikologi anak. Adapun psikologi anak jika bersama gadget adalah menurunnya kemampuan sosial anak. Anak yang terlalu sering menggunakan gadget cenderung kurang berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Hal ini dapat menghambat perkembangan keterampilan sosial mereka, seperti kemampuan berkomunikasi, bekerja sama, dan memahami emosi orang lain. Berdasarkan hasil penelitian kajian literatur di atas, dapat disimpulkan bahwa dampak yang berlebihan dalam menggunakan gadget dapat menyebabkan anak kesulitan mengatur emosi, memiliki hubungan sosial yang kurang harmonis, dan kurang memiliki inisiatif dalam menciptakan perubahan positif. (Hidayat & Maesyaroh, 2022)

3. Dampak Kebiasaan Bersama Gadget Terhadap Psikologi Anak

Dampak kebiasaan bersama gadget terhadap psikologi anak bisa bersifat positif maupun negatif, tergantung pada durasi, jenis konten, dan cara penggunaannya. Berikut adalah beberapa dampaknya:

1. Dampak Positif

Pertama gadget memungkinkan anak mengakses berbagai informasi dan sumber belajar interaktif, seperti video edukasi, e-book, dan aplikasi pembelajaran. Anak-anak yang terbiasa menggunakan gadget sejak dini akan lebih terbiasa dengan teknologi digital, yang menjadi keterampilan penting di era modern. Kedua, anak dapat berkomunikasi dengan keluarga atau teman melalui panggilan video dan media sosial. Ketiga, Konten hiburan yang sesuai usia, seperti musik atau animasi, bisa membantu anak merasa lebih rileks dan bahagia. (Fitri, 2017)

Penggunaan smartphone sebagai media pembelajaran terbukti mampu meningkatkan pengetahuan anak umur 2 – 7 tahun secara signifikan. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa aspek kognitif anak mengalami perkembangan yang baik. Anak-anak mampu mengoperasikan gadget secara mandiri tanpa bantuan orang tua, seperti menemukan dan mengakses aplikasi yang diinginkan, mengaktifkan data seluler sendiri, serta mencari konten sesuai minat mereka. Selain kemampuan teknis dalam menggunakan perangkat, pengetahuan anak juga berkembang dalam aspek lain. Anak mampu membedakan dan menyebutkan nama-nama warna dalam bahasa Indonesia dan bahasa Inggris. Mereka juga menunjukkan kemampuan berhitung dari angka 1 hingga 10 dalam kedua bahasa tersebut. Perkembangan ini juga terlihat dari hafalan anak terhadap

lagu-lagu anak dalam dua bahasa serta penguasaan gerakan beberapa tarian, baik modern maupun tradisional. Hal ini menandakan bahwa smartphone, jika digunakan secara tepat, dapat menjadi sarana edukatif yang mendukung proses belajar anak secara menyeluruh. (Khairuni, 2016)

2. Dampak Negatif

Pertama, anak yang terlalu sering menggunakan gadget cenderung kurang terampil dalam berinteraksi secara langsung, seperti berbicara, membaca ekspresi wajah, atau memahami emosi orang lain. Penggunaan gadget yang berlebihan bisa membuat anak sulit fokus pada aktivitas lain dan kehilangan minat pada kegiatan fisik atau interaksi sosial. Kedua, kurang fokus dan mudah bosan. Anak yang terbiasa dengan konten digital yang cepat dan menarik bisa menjadi kurang sabar dan sulit fokus saat harus membaca buku atau mendengarkan pelajaran. Ketiga gangguan tidur dan kesehatan mental. Anak yang terlalu sering melihat media sosial atau konten negatif dapat merasa kurang percaya diri, cemas, atau bahkan stres karena perbandingan sosial. (Elizabeth Bargner Hurlock, 1980)

Penggunaan gadget secara berlebihan pada anak usia 5-17 tahun berdampak signifikan terhadap aspek fisik dan psikomotorik anak. Beberapa perilaku dan gangguan kesehatan yang muncul di antaranya adalah gangguan pada mata, sakit kepala, obesitas akibat kurangnya aktivitas fisik, serta gangguan pada pola tidur. Anak yang terlalu lama terpapar layar cenderung menjadi malas bergerak, yang dalam jangka panjang dapat menurunkan kebugaran fisik. Selain itu, terdapat dampak yang tidak terlihat secara langsung, seperti penurunan sistem imun yang diduga berkaitan dengan paparan radiasi dari gadget. Radiasi berlebih yang dihasilkan oleh perangkat elektronik ini berpotensi menyebabkan gangguan kesehatan lainnya, seperti gangguan pendengaran, gangguan penglihatan, serta kesulitan tidur. Dalam jangka panjang, paparan radiasi yang terus-menerus dan berlebihan bahkan dapat meningkatkan risiko penyakit serius seperti kanker. Oleh karena itu, penggunaan gadget pada anak perlu diawasi dan dibatasi secara bijak agar tidak mengganggu kesehatan fisik maupun perkembangan motorik mereka. (Damayanti et al., 2020)

D. KESIMPULAN

Kebiasaan bersama gadget memiliki pengaruh yang besar terhadap psikologi anak, penggunaan gadget dapat memberikan dampak baik maupun buruk tergantung pada

cara dan intensitas penggunaannya. Psikologi anak adalah segala hal yang berkaitan dengan perkembangan mental, emosional, sosial, dan perilaku anak dari lahir hingga remaja. Ilmu ini berfokus pada bagaimana anak berpikir, merasakan, dan berinteraksi dengan lingkungan di sekitarnya, termasuk keluarga, teman sebaya, serta faktor budaya dan sosial. Kebiasaan bersama gadget juga memiliki dampak yang beragam terhadap psikologi anak. Jika digunakan dengan bijak, gadget bisa menjadi alat edukasi dan hiburan yang bermanfaat. Namun, penggunaan yang berlebihan dan tanpa pengawasan bisa menyebabkan berbagai masalah, mulai dari gangguan sosial hingga kecanduan.

DAFTAR PUSTAKA

- Clark, L. S. (2012). Parenting in a Digital Age. In *The Parent App* (pp. 201–226). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199899616.003.0009>
- Damayanti, E., Ahmad, A., & Bara, A. (2020). DAMPAK NEGATIF PENGGUNAAN GADGET BERDASARKAN ASPEK PERKEMBANGAN ANAK DI SOROWAKO. *Martabat: Jurnal Perempuan Dan Anak*, 4(1), 1–22. <https://doi.org/10.21274/martabat.2020.4.1.1-22>
- Elizabeth Bargner Hurlock. (1980). Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan. In *Psikologi Perkembangan: Vol. edisi keli* (Issue 2, pp. 281–289). Erlangga.
- Firadhani, S. R., Septianty, A., Azzahra, N., Rozi Nasution, F., & Lestari, A. I. (2021). ANALISIS PENGARUH GADGET TERHADAP MINAT ANAK-ANAK DALAM BELAJAR ALQURAN DI LINGKUNGAN 13, KELURAHAN RENGAS PULAU, KECAMATAN MEDAN MARELAN. *PKM-P*, 5(2), 154. <https://doi.org/10.32832/pkm-p.v5i2.969>
- Fitri, S. (2017). DAMPAK POSITIF DAN NEGATIF SOSIAL MEDIA TERHADAP PERUBAHAN SOSIAL ANAK. *NATURALISTIC: Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(2), 118–123. <https://doi.org/10.35568/naturalistic.v1i2.5>
- Flyer, & Brochure. (2019). Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age. In *World Health Organization*. WHO.
- Hidayat, A., & Maesyaroh, S. S. (2022). Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *JURNAL SYNTAX IMPERATIF: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 1(5), 356. <https://doi.org/10.36418/syntax-imperatif.v1i5.159>
- Ilyas, M., & Maknun, J. (2023). Strategi Pengembangan Literasi Keagamaan dalam Pendidikan Islam di Era Digital. *Journal of Education and Religious Studies*, 3(01), 08–12. <https://doi.org/10.57060/jers.v3i01.70>
- Khairuni, N. (2016). DAMPAK POSITIF DAN NEGATIF SOSIAL MEDIA

TERHADAP PENDIDIKAN AKHLAK ANAK (Studi Kasus di SMP Negeri 2 Kelas VIII Banda Aceh). *JURNAL EDUKASI: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(1), 91. <https://doi.org/10.22373/je.v2i1.693>

Listiana, A., Guswanti, N., Anak, P., & Dini, U. (2020). Dampak Positif Penggunaan Smartphone pada Anak Usia 2-3 Tahun dengan Peran Aktif Pengawasan Orang Tua. *Pedagogia Jurnal Ilmu Pendidikan*, 18(01), 97–111. <http://ejournal.upi.edu/index.php/pedagogia>

Maolani, Rukaesih A, dan Cahayana, U. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan*. perpustakaan.umsida.ac.id.

Novianti, N. (2023). Pengaruh Kebiasaan Menghafal Al-Qur'an Terhadap Kemampuan Pemecahan Masalah Matematika Siswa. *EDU SOCIETY: JURNAL PENDIDIKAN, ILMU SOSIAL DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT*, 1(1), 69–77. <https://doi.org/10.56832/edu.v1i1.18>

Widayati, R. (2023). Metode Penelitian Psikologi Perkembangan. *Jurnal Pendidikan*, 12(1), 1–10.