

PENYALAHGUNAAN ITE DALAM KELUARGA (DAMPAK PENGGUNAAN GADGET DI USIA DINI)

Annisa nabila sitepu¹ Tamaulina Br Sembiring ² Fitra Khaira Daulay³Email: anisastp24@gmail.com, tamaulina@dosen.pancabudi.ac.id , fitraa1727@gmail.com

Program Studi Ilmu Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Pembangunan Panca Budi Medan

Abstract

Gadget use among young children is increasing with the development of digital technology and is often provided by parents as a solution to limited childcare time. This study aims to analyze the impact of gadget use on young children and parental efforts to overcome gadget addiction. The research method used was qualitative with a normative-juridical approach through literature review and observation. The results indicate that excessive gadget use can have negative impacts, such as aggressive behavior, emotional instability, decreased social skills, sleep disturbances, and health risks. Lack of supervision and inappropriate parenting are the main factors causing gadget addiction in children. Therefore, the role of parents is crucial in limiting the duration of use, monitoring content, and being role models in gadget use to support optimal child growth and development in accordance with child protection principles.

Keywords: *Gadgets, Early Childhood, Gadget Addiction, Parental Role, Child Behavior*

Abstrak

Penggunaan gadget pada anak usia dini semakin meningkat seiring perkembangan teknologi digital dan sering kali diberikan oleh orang tua sebagai solusi atas keterbatasan waktu pengasuhan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak penggunaan gadget pada anak usia dini serta upaya orang tua dalam mengatasi kecanduan gadget. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan yuridis normatif melalui studi pustaka dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif, seperti perilaku agresif, emosi tidak stabil, penurunan kemampuan sosial, gangguan tidur, dan risiko kesehatan. Kurangnya pengawasan dan pola asuh yang tidak tepat menjadi faktor utama terjadinya kecanduan gadget pada anak. Oleh karena itu, peran orang tua sangat penting dalam membatasi durasi penggunaan, mengawasi konten, serta menjadi teladan dalam penggunaan gadget guna mendukung tumbuh kembang anak secara optimal sesuai prinsip perlindungan anak.

Article History

Received: Desember 2025
Reviewed: Desember 2025
Published: Desember 2025

Copyright : Author
Publish by : CAUSA



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Kata kunci: Gadget, Anak Usia Dini, Kecanduan Gadget, Peran Orang Tua, Perilaku Anak	
---	--

PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara dengan angka pertumbuhan penduduk tertinggi dan pada tahun 2020 menjadi negara keempat di dunia dengan jumlah penduduk terpadat, yakni 260 juta jiwa. Namun diprediksikan jumlah penduduk usia 0-17 tahun akan mengalami penurunan mulai tahun 2017 hingga tahun 2025 yang diasumsikan sebagai akibat dari mulai menurunnya angka Total Fertility Rate (TFR) Indonesia pada masa-masa mendatang. Adapun penurunan TFR menjadi salah satu target yang ingin dicapai Indonesia dalam Sustainable Development Goals (SDG's). Kualitas tumbuh kembang anak berkaitan dengan kesehatan dan nutrisi, pendidikan dan kesejahteraan anak, lingkungan tempat anak tumbuh dan berkembang serta faktor-faktor lainnya (Kerjasama Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan perlindungan Anak dengan Badan Pusat Statistik, 2018) Salah satu faktor yang terkait dengan kualitas tumbuh kembang anak adalah teknologi. Teknologi merupakan hasil inovasi manusia dari tuntutan era globalisasi.

Inovasi terbaru dalam teknologi saat ini adalah gadget. Hampir semua kalangan dan lapisan masyarakat menggunakan gadget baik anak-anak, remaja, orang dewasa dan orang tua. Penggunaan gadget dilengkapi dengan akses internet pada anak usia dini saat ini telah umum dalam kehidupan sehari-hari masyarakat modern. Gadget bisa menjadi masalah terbesar di era globalisasi ketika orang tua memiliki inisiatif memberi dan membeli gadget untuk anak-anak dikarenakan sibuk bekerja sehingga orang tua menganggap tanpa kehadiran orang tua anak-anak tidak akan merasa kesepian.

Dalam beberapa tahun terakhir, penggunaan teknologi telah meningkat di seluruh dunia. Program for International Student Assessment (PISA) mengungkapkan 95% siswa berusia 15 tahun rata-rata di negara-negara OECD memiliki akses internet di rumah (PISA, 2015). Selang kurun waktu terakhir, penelitian lebih terfokus pada aspek psikologis penggunaan teknologi, dikaitkan dengan hasil fisiologis. Hal ini merupakan fenomena baru yang menekankan pada implikasi otak dan tubuh dalam penggunaan teknologi pada anak usia dini dan orang dewasa (Afifi, Zamanzadeh, Harrison, & Acevedo Callejas, 2018). Selama beberapa tahun terakhir pula terjadi proliferasi penelitian yang mengeksplorasi hubungan potensial antara aspek perkembangan emosional/mental dan penggunaan teknologi pada anak, meskipun basis pengetahuan khusus tentang bagaimana anak-anak di bawah usia 8 tahun menggunakan teknologi adalah relatif jarang (Gottschalk, 2019).

Berdasarkan latar belakang di atas, di Indonesia, gadget telah digunakan oleh banyak orang bahkan digunakan oleh anak usia dini. Hasil penelitian menyatakan bahwa 42,1% dari anak-anak prasekolah yang terkena gadget relatif tinggi terbukti penggunaan gadget pada anak prasekolah yang menonton video atau bermain game (Rowan, 2013). Efek penggunaan gadget pada anak usia dini ada yang negatif dan ada yang positif dalam membentuk karakter anak

tergantung pada pengawasan dan arahan orang tua dan orang dewasa di sekitar anak terhadap apa yang baik bagi anak pada usia dini (Al-Ayouby, 2017).¹

Hasil riset membuktikan hipotesis pertama menunjukkan teknologi digital tampaknya menjadi bermanfaat bagi hubungan sosial anak. Sedangkan hipotesis kedua menjelaskan kecanduan teknologi membajak otak anak. Namun, peneliti menyisipkan rekomendasi penelitian dimasa akan datang yakni keterbatasan metodologis di seluruh spektrum penelitian tentang dampak teknologi digital pada perkembangan anak, Sebagian besar studi tentang waktu penggunaan, dan studi berkaitan dengan dampak klinis otak anak (Kardefelt Winther, 2017). Sebagaimana kita ketahui, gadget seperti mata pisau yang memiliki dua sisi, di satu sisi perangkat ini memberikan manfaat yang diperlukan dan sisi lain juga menciptakan banyak potensi bahaya. Jika tidak dapat ditangani dengan bijaksana oleh orang tua akan merusak generasi berikutnya. Perkembangan gadget tidak dapat dihindari, Peran orang tua sangat penting dalam mengatasi tantangan penggunaan oleh gadget anak. Gaya pengasuhan berbasis penerimaan (acceptance) terbukti efektif dalam mengurangi risiko kecanduan media sosial dan gadget pada anak remaja. Hasil penelitian Himmatul Aliyah dan Melly Latifah (2019) menunjukkan bahwa gaya pengasuhan yang penuh kasih sayang dan dukungan emosional dapat mengurangi kecenderungan kecanduan media sosial pada remaja.

Dalam konteks anak-anak prasekolah, pendekatan serupa dapat diterapkan untuk mengurangi risiko kecanduan gadget. Orang tua perlu meningkatkan interaksi langsung dengan anak melalui aktivitas yang melibatkan komunikasi dua arah, seperti bermain bersama, membaca buku, dan berolahraga. Penelitian Hanifia Zahra Sakina dan Melly Latifah (2019) juga menggarisbawahi pentingnya kontrol orang tua terhadap penggunaan gawai, seperti membatasi durasi penggunaan dan mengawasi konten yang diakses oleh anak. Selain itu, orang tua perlu memberikan penjelasan kepada anak mengenai aturan penggunaan gawai dan alasan di balik aturan tersebut. Dengan demikian, anak akan memahami pentingnya membatasi penggunaan gadget dan lebih mudah mematuhi aturan yang telah ditetapkan. Hal ini juga menyangkut ke dalam UU NO.35 Tahun 2014 perubahan dari UU NO,23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak dan termasuk penyalahgunaan hak orang tua kepada anak. Upaya apa yang dapat dilakukan oleh orang tua dalam mengatasi anak yang kecanduan gadget?

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan yuridis normatif, yang bertujuan untuk menganalisis dampak dari penggunaan gadget di usia dini. pendekatan ini dipilih karena fokus pada beberapa sumber jurnal tentang dampak pemberian gadget sejak dini oleh orang tua.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan observasi yang dilakukan oleh peneliti di Klurak Baru, Bokoharjo, Prambanan yang berfokus untuk mengamati perilaku agresif anak usia 5-6 tahun yang berjenis kelamin perempuan, dimulai sejak tanggal 1 sampai 12 Desember 2022. Anak berinisial "K" merupakan anak kedua dari dua bersaudara, K merupakan anak perempuan yang aktif dari segi fisiknya.

¹ Ria Novianti dan Meyke Garzia, "Dampak Penggunaan Gadget di Usia Dini," Vol. 4.2019

Hal ini terlihat pada kegiatannya sehari-hari dimana banyak hal yang dilakukan dalam kegiatan fisik motorik. Hal ini berdampak pada perilaku agresif yang dapat berdampak pada anak sampai usia dewasa nanti. Sesuai dengan pengamatan yang telah dilakukan oleh peneliti saat berada di lapangan yaitu, berbagai hal yang dapat mengganggu atau memicu emosi dalam diri anak. Baumrind berpendapat bahwa pola asuh pada prinsipnya merupakan parental control, yaitu bagaimana orang tua membimbing, mengontrol anak, serta mendidik untuk melakukan tugas-tugas perkembangan menuju proses pendewasaan (Affandi, 2021).

Era digitalisasi ini penggunaannya begitu pesat, khususnya yang terjadi pada kehidupan anak. Kemendikbud RI mengutarakan bahwa anak-anak generasi sekarang merupakan generasi Digital Native, dimana mereka sudah mengenal media elektronik dan digital sejak kecil. Interaksi anak dengan digital secara langsung maupun tidak dapat mempengaruhi perilaku anak usia dini. Hal ini tidak dapat dipungkiri bahwa sudah banyak anak usia dini pandai mengoperasikan gadget layaknya orang dewasa. Pernyataan diatas sama halnya dengan fakta yang peneliti temukan di lapangan, bahwa anak perempuan yang berinisial "K" memiliki kegemaran bermain gadget dengan durasi over time, sehingga timbulah perilaku agresif seperti emosi yang tidak stabil dan sulitnya mengontrol penggunaan gadget.

Peneliti telah melakukan wawancara dengan orang tua, bahwa orang tua merasa bersalah karena telah memberikan dan mengenalkan gadget kepada anak yang usianya sebetulnya belum cukup untuk dikenalkan dengan gadget. Kedua orang tua menyatakan bahwa kurangnya waktu dalam mengawasi anak bermain gadget, karena tuntutan pekerjaan yang membuat tenaga dan pikiran terkuras di tempat kerja. Pernyataan yang dilontarkan kedua orang tua tersebut tidak serta merta melepaskan pengawasan pada anak, sesekali memang melakukan tindakan tegas ketika anak tidak mengikuti dan mendengarkan perintah orang tuanya. Hal tersebut dilakukan orang tua sebagai bentuk upaya dalam pencegahan dan mengurangi interaksi anak dengan media digital. Sebagaimana penuturan dari orang tua anak perempuan berinisial "K" sebagai berikut: Saya dan suami saya memang merasa kewalahan ketika sepulang kerja mendapati anak yang rewel dan pekerjaan rumah yang masih berantakan. Sehingga, solusi yang saya ambil adalah dengan memberikan gadget agar anak diam dan saya bisa mengerjakan pekerjaan rumah yang saya rasa begitu menguras emosi ketika rumah masih dalam keadaan.

Pernyataan diatas sama halnya dengan fakta yang peneliti temukan di lapangan, bahwa anak perempuan yang berinisial "K" memiliki kegemaran bermain gadget dengan durasi over time, sehingga timbulah perilaku agresif seperti emosi yang tidak stabil dan sulitnya mengontrol penggunaan gadget. Peneliti telah melakukan wawancara dengan orang tua, bahwa orang tua merasa bersalah karena telah memberikan dan mengenalkan gadget kepada anak yang usianya sebetulnya belum cukup untuk dikenalkan dengan gadget. Kedua orang tua menyatakan bahwa kurangnya waktu dalam mengawasi anak bermain gadget, karena tuntutan pekerjaan yang membuat tenaga dan pikiran terkuras di tempat kerja. Pernyataan yang dilontarkan kedua orang tua tersebut tidak serta merta melepaskan pengawasan pada anak, sesekali memang melakukan tindakan tegas ketika anak tidak mengikuti dan mendengarkan perintah orang tuanya. Hal tersebut dilakukan orang tua sebagai bentuk upaya dalam pencegahan dan mengurangi interaksi anak dengan media digital. Sebagaimana penuturan dari orang tua anak perempuan berinisial "K" sebagai berikut: Saya dan suami saya memang merasa kewalahan ketika sepulang kerja mendapati anak yang rewel dan pekerjaan rumah yang masih berantakan.

Sehingga, solusi yang saya ambil adalah dengan memberikan gadget agar anak diam dan saya bisa mengerjakan pekerjaan rumah yang saya rasa begitu menguras emosi ketika rumah masih dalam keadaan Pernyataan diatas sama halnya dengan fakta yang peneliti temukan di lapangan, bahwa anak perempuan yang berinisial “K” memiliki kegemaran bermain gadget dengan durasi over time, sehingga timbulah perilaku agresif seperti emosi yang tidak stabil dan sulitnya mengontrol penggunaan gadget. Kedua orang tua menyatakan bahwa kurangnya waktu dalam mengawasi anak bermain gadget, karena tuntutan pekerjaan yang membuat tenaga dan pikiran terkuras di tempat kerja. bisa mengerjakan pekerjaan rumah yang saya rasa begitu menguras emosi ketika rumah masih dalam keadaan berantakan. (Bunda dari anak berinisial K).

Pernyataan diatas didukung dengan argument dari Ayah anak perempuan berinisial “K” yaitu: Semakin terlihat perilaku agresif yang anak saya perlihatkan dalam sikap dirinya. Saya berfikir bahwa memberikan gadget adalah jalan keluar yang tidak sulit untuk saya dan istri saya ambil. Namun, ternyata berdampak negatif untuk perkembangan anak saya. Saat ini saya dan istri sedang mengupayakan memberikan permainan atau kegiatan lain yang tidak berkaitan dengan gadget. Mungkin juga karena saya sering bermain gadget (game) sehingga anak saya meniru perilaku saya. (Ayah dari anak berinisial K) Berdasarkan hasil wawancara dan observasi diatas menunjukkan bahwa kebiasaan yang orang tua berikan dalam penggunaan gadget menyebabkan terjadinya perilaku agresif pada anak. Pengakuan yang orang tua lontarkan memang bukan salah satu dari penyebab anak berperilaku agresif, namun dari dalam keluargalah anak mendapatkan kebiasaan itu. Sebagai orang tua yang baik, segera melakukan upaya untuk mencegah dan mengurangi perilaku agresif anak dengan melakukan komunikasi antar orang tua, anak, dan sekolah. Sehingga ketiganya saling bersinergi untuk memberikan pengawasan serta melakukan pembiasaan kembali agar anak tidak kecanduan gadget. Menurut Hurlock, untuk mengantisipasi anak-anak di zaman era digital sekarang ini, yang paling berpengaruh adalah pola asuh (Affandi, 2021).

Banyaknya orang tua yang belum memahami intensitas penggunaan gadget pada anak usia dini. Artinya orang tua belum memahami apabila pemberian gadget kepada anak tanpa batasan waktu membuat anak kecanduan gadget. Hal ini merupakan masalah serius yang perlu diperhatikan dan segera ditindaklanjuti untuk mengurangi dan menghilangkan kecanduan gadget pada anak. Adapun dampak kecanduan gadget terhadap perilaku anak yaitu:

1. Perilaku emosi, perilaku ini dapat terjadi kepada anak yang sudah kecanduan gadget. Interaksi dengan gadget yang terlalu lama membuat anak mudah emosi ketika berjauhan dengan dunia maya, hal ini timbul ketika anak berada di area yang susah signal, tidak ada wifi, dan baterai habis.
2. Perilaku sosial, dampak gadget pada anak yang terasa paling nyata adalah kurangnya kemampuan sosialisasi. Anak yang asyik bermain gadget cenderung tidak mempedulikan lingkungan sekitar, sehingga tidak memahami etika bersosialisasi.
3. Perilaku kekerasan atau agresif, yaitu tanpa disadari sedikit demi sedikit perilaku anak berubah, mulai dari tantrum, suka berteriak, malas bergaul, kekerasan ringan hingga menjadi kebiasaan.

4. Perilaku malas dan obesitas, menurut studi yang dilakukan oleh para ahli dari University of Virginia, Amerika Serikat, siswa TK yang bermain gadget selama 1-3 jam sehari cenderung mengalami peningkatan resiko obesitas hingga 30%. Hal ini berpengaruh pada durasi waktu yang semakin panjang bermain gadget maka semakin parah gangguan yang dialami (Widya, 2020).

5. Perilaku tidur dan belajar tidur, penggunaan gadget yang berlebihan dapat menimbulkan gangguan tidur yang berdampak pada penurunan prestasi anak. Hal ini dapat menyebabkan sulit tidur, tidur tidak berkualitas, mimpi buruk, serta kelelahan saat bangun tidur. Dampak kecanduan gadget ini dapat dicegah dengan adanya upaya orang tua untuk terus berusaha menciptakan lingkungan yang kondusif bebas gadget. Banyak dampak buruk ketika anakkecanduan gadget, yaitu minimnya tingkat kemauan dalam belajar, malas berinteraksi, tidak bisa lepas dari gadget ketika bepergian, dan akan malas untuk berangkat ke sekolah. sosok yang paling berpengaruh dalam pencegahan kecanduan gadget adalah orang tua.

Upaya yang dapat dilakukan oleh orang tua dalam mengatasi anak kecanduan gadget adalah:

1. Memberikan peraturan mengenai pembatasan waktu pemakaian gadget.
2. Memberi rambu-rambu, saluran apa saja yang boleh dilihat dan tidak boleh dilihat, sembari diberikan pemahaman
3. Mengajak anak untuk bersosialisasi, seperti bermain dengan tetangga, mengajak anak untuk mengikuti beberapa kegiatan yang ada di sekolah, dan berkumpul dengan keluarga
4. Memberikan kegiatan atau permainan yang kreatif serta menguras pikiran, agar pikiran anak tidak tertuju pada gadget setelah permainan selesai
5. Sebagai orang tua yang berupaya agar anaknya terlepas dari kecanduan gadget maka ayah dan ibu harus bekerja sama untuk memberikan waktu luang agar anak tidak merasa kesepian
6. Menjadi panutan bagi anak, orang tua harus menjadi contoh bagi anak dalam hal pemakaian gadget, seperti tidak bermain gadget didepan anak, tidak sibuk dengan gadget ketika anak mengajak bermain, dan menjauhkan gadget dari pandangan anak (Widya, 2020).

Upaya yang dilakukan orang tua dapat mencegah timbulnya perilaku agresif yang disebabkan oleh gadget. agar pikiran anak tidak tertuju pada gadget setelah permainan selesai berperilaku agresif, perilaku agresif tidak akan timbul ketika orang tua focus terhadap perkembangan anak dan tidak mengambil solusi bahwa bermain gadget adalah jalan pintas yang ampuh agar anak tidak rewel dan tidak membuat mood orang tua berantakan karena anak yang tantrum atau rewel.

KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Orang tua diharapkan dapat mengambil sikap bijak dalam memanfaatkan perkembangan teknologi terutama keputusan mengenalkan gadget pada anak. Jika memang terpaksa Orang tua atau pengasuh memberikan gadget pada anak usia dini maka harus memperhatikan durasi penggunaan serta konten yang diberikan sesuai dengan usia anak dan bersifat edukatif. Orang

tua juga harusnya selalu mengawasi, membatasi dan mengontrol penggunaan gadget terhadap anak usia dini

SARAN

Orang tua diharapkan lebih bijak dalam memberikan dan mengawasi penggunaan gadget pada anak usia dini dengan membatasi durasi pemakaian, mengontrol konten, serta meningkatkan interaksi langsung dalam keluarga. Keluarga perlu menciptakan lingkungan yang kondusif dan bebas dari ketergantungan gadget melalui kegiatan edukatif dan sosial yang mendukung perkembangan anak. Selain itu, masyarakat, lembaga pendidikan, dan pemerintah diharapkan berperan aktif dalam memberikan edukasi literasi digital serta memperkuat perlindungan anak guna mencegah penyalahgunaan teknologi informasi dan elektronik (ITE) dalam lingkungan keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

Sumber: Journal UIR <https://share.google/GnWfH78h5Q4EnByJn>

Sumber: Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini
<https://share.google/B8f6xySAiHwX1iMXx>

Pebriana, P. H. (2017). Analisis Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan Interaksi Sosial pada Anak Usia Dini. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 1(1), 1.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v1i1.26>