

DAMPAK PENGGUNAAN TEKNOLOGI DIGITAL TERHADAP PERKEMBANGAN EMOSI DAN PERILAKU GENERASI ALPHA AEK KANOPAN DI DESA SIMANGALAM**SAHNYA ARTA SAGALA****Fakultas Ekonomi dan Bisnis****UNIVERSITAS HKBP NOMMENSEN MEDAN****Email: Sannya.sagala@student.uhn.ac.id****Abstract**

This study aims to analyze the impact of digital technology use on the emotional and behavioral development of Generation Alpha in Simangalam Village. Generation Alpha refers to children who have been exposed to digital devices such as smartphones and the internet from an early age. This research employed a qualitative approach using observation, interviews, and documentation involving Generation Alpha children and their parents. The findings indicate that digital technology has both positive and negative effects. Positive impacts include easier access to information and support for learning activities, while negative impacts include emotional changes such as irritability, reduced social interaction, and a tendency toward gadget dependency. Therefore, parental supervision and guidance are essential to ensure that digital technology use supports healthy emotional and behavioral development in children.

Keywords: *digital technology, generation alpha, emotional development, child behave*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak penggunaan teknologi digital terhadap perkembangan emosi dan perilaku Generasi Alpha di Desa Simangalam. Generasi Alpha merupakan kelompok anak yang sejak dini telah terpapar perangkat digital seperti smartphone dan internet. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi terhadap anak Generasi Alpha serta orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan teknologi digital memberikan dampak positif dan negatif. Dampak positif meliputi kemudahan dalam mengakses informasi dan membantu proses belajar, sedangkan dampak negatif terlihat pada perubahan emosi seperti mudah marah, menurunnya interaksi sosial, serta kecenderungan ketergantungan terhadap gawai. Oleh karena itu, diperlukan pengawasan dan pendampingan dari orang tua agar penggunaan teknologi digital dapat mendukung perkembangan emosi dan perilaku anak secara sehat.

Kata Kunci: *teknologi digital, generasi alpha, perkembangan emosi, perilaku anak*

Article history

Received: Januari 2026

Reviewed: Januari 2026

Published: Januari 2026

Plagirism checker no 80

Copyright : author**Publish by : musytari**

This work is licensed under a [creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pada era modren ini perkembangan teknologi digital telah mengubah hampir seluruh aspek kehidupan manusia, termasuk pola komunikasi, interaksi sosial, dan cara belajar. Salah satu kelompok yang paling terpengaruh oleh perubahan ini adalah Generasi Alpha, yaitu generasi yang lahir mulai tahun 2010 hingga sekarang, yang sejak kecil telah terpapar dengan perangkat digital seperti smartphone, tablet, dan internet (McCrindle, 2020).

Berbeda dengan generasi sebelumnya, Generasi Alpha tumbuh di lingkungan yang sangat digital, di mana aktivitas sehari-hari mereka seperti bermain, belajar, bahkan berinteraksi banyak dilakukan melalui media berbasis teknologi. Kondisi ini tentu memberikan dampak ganda, baik positif maupun negatif, terhadap perkembangan emosi dan perilaku anak.

Di satu sisi, teknologi digital dapat meningkatkan kemampuan kognitif, kreativitas, dan akses terhadap informasi (Prensky, 2012). Namun di sisi lain, paparan berlebihan terhadap teknologi dapat memicu gangguan konsentrasi, empati yang menurun, hingga masalah emosional seperti kecemasan sosial atau kemarahan digital (digital anger) (Twenge, 2019).

Fenomena ini juga mulai tampak di Indonesia. Banyak penelitian menunjukkan adanya penurunan kemampuan regulasi emosi dan peningkatan perilaku impulsif pada anak-anak yang terlalu sering menggunakan gawai tanpa pengawasan (Rahmawati & Hidayat, 2022). Oleh karena itu, penting dilakukan penelitian untuk menganalisis bagaimana pengaruh teknologi digital terhadap perkembangan emosi dan perilaku Generasi Alpha, khususnya dalam konteks pendidikan dan keluarga modern. Fenomena tersebut juga terjadi di Desa Simangalam, di mana banyak anak usia sekolah dasar hingga remaja telah menggunakan perangkat digital setiap hari. Anak-anak lebih sering menghabiskan waktu dengan menonton video, bermain gim daring, dan berinteraksi melalui media sosial dibandingkan dengan bermain secara langsung bersama teman sebaya. Kondisi ini menimbulkan perubahan perilaku seperti berkurangnya kemampuan berkomunikasi, munculnya sifat mudah marah, meniru perilaku dari tontonan yang tidak sesuai usia, serta menurunnya empati terhadap lingkungan sosial.

Perubahan tersebut menunjukkan bahwa perkembangan teknologi memiliki pengaruh yang nyata terhadap kondisi emosional dan perilaku anak. Teknologi dapat membentuk cara anak berpikir, berperilaku, bahkan berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian yang lebih mendalam untuk mengetahui seberapa besar pengaruh

teknologi terhadap perkembangan emosi dan perilaku anak, khususnya Generasi Alpha di Desa Simangalam.

Rumusan Masalah

Yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Pertama bagaimana tingkat penggunaan teknologi digital pada Generasi Alpha di desa simangalam, yang kedua Bagaimana pengaruh teknologi digital terhadap perkembangan emosi Generasi Alpha? Dan yang ketiga Bagaimana pengaruh teknologi digital terhadap perilaku sosial Generasi Alpha?.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah: Pertama untuk mengetahui tingkat keterpaparan Generasi Alpha terhadap teknologi digital, kedua Untuk menganalisis pengaruh penggunaan teknologi digital terhadap perkembangan emosi anak, dan ketiga untuk menganalisis pengaruh teknologi digital terhadap perilaku sosial Generasi Alpha.

Manfaat Penelitian

Dalam penelitian saya ini, bertujuan untuk mengetahui apa dampak yang diberikan teknologi digital terhadap perkembangan emosi dan perilaku generasi Alpha. Saya menyadari bahwa kemajuan teknologi saat ini memberikan dampak yang sangat besar bagi kehidupan anak-anak, baik dari sisi positif maupun negatif. Oleh karena itu, penelitian ini saya lakukan untuk memahami sejauh mana penggunaan teknologi digital membentuk karakter, kebiasaan, serta respons emosional generasi muda di era modern.

Hipotesis Penelitian

H₁: Pengaruh teknologi berpengaruh signifikan terhadap perkembangan emosi generasi Alpha di Desa Simangalam. H₂: Pengaruh teknologi berpengaruh signifikan terhadap perkembangan perilaku generasi Alpha di Desa Simangalam.

H₃: Keduanya berpengaruh signifikan terhadap generasi alpha

Metodologi Penelitian

1. Jenis dan Pendekatan: Penelitian Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan tujuan untuk memahami secara mendalam dampak penggunaan teknologi digital terhadap perkembangan emosi dan perilaku Generasi Alpha di Desa Simangalam. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini tidak berfokus pada pengukuran angka, melainkan pada pemaknaan, pengalaman, serta perubahan sikap dan perilaku anak dalam kehidupan sehari-hari.

2. Lokasi dan Waktu Penelitian: Penelitian dilaksanakan di Desa Simangalam, Kecamatan Aek Kanopan. Pemilihan lokasi didasarkan pada meningkatnya penggunaan teknologi digital di kalangan anak-anak Generasi Alpha di wilayah tersebut. Penelitian ini dilakukan selama kurang lebih lima bulan, mulai dari bulan September 2025 hingga Januari 2026, yang mencakup tahap persiapan, pengumpulan data, analisis data, dan penyusunan laporan penelitian.
3. Subjek Penelitian: Subjek penelitian ditentukan menggunakan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan responden secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Subjek penelitian terdiri dari 10 orang, yang meliputi:
 - a. Anak-anak yang termasuk Generasi Alpha dan aktif menggunakan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari.
 - b. Orang tua yang memiliki anak Generasi Alpha dan mengetahui kebiasaan penggunaan teknologi digital anak.
 - c. Teknik Pengumpulan Data: Pengumpulan data dilakukan dengan beberapa teknik untuk memperoleh data yang mendalam dan akurat, yaitu:
 - d. Wawancara semi-terstruktur, dilakukan kepada anak Generasi Alpha dan orang tua untuk menggali informasi mengenai kebiasaan penggunaan teknologi digital, perubahan emosi, dan perilaku anak.
 - e. Observasi, dilakukan dengan mengamati secara langsung perilaku anak dalam menggunakan teknologi digital serta interaksi sosialnya di lingkungan keluarga dan masyarakat.
 - f. Dokumentasi, berupa catatan lapangan, foto, dan dokumen pendukung yang relevan dengan penelitian.
 - g. Studi literatur, dilakukan dengan menelaah buku, jurnal ilmiah, dan sumber pustaka lain yang berkaitan dengan teknologi digital, perkembangan emosi, dan perilaku anak.
4. Teknik Analisis Data: Analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kualitatif melalui beberapa tahapan, yaitu:
 - a. Reduksi data, dengan menyeleksi dan merangkum data hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi yang relevan dengan fokus penelitian.
 - b. Penyajian data, dengan menyusun data secara sistematis dalam bentuk narasi deskriptif untuk memudahkan pemahaman.

- c. Penarikan kesimpulan, dengan menginterpretasikan data yang telah disajikan untuk memperoleh gambaran mengenai dampak penggunaan teknologi digital terhadap perkembangan emosi dan perilaku Generasi Alpha.
5. Keabsahan Data: Untuk menjamin keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan teknik, yaitu membandingkan data yang diperoleh dari anak, orang tua, serta hasil observasi lapangan. Selain itu, pengecekan dilakukan dengan membandingkan hasil penelitian dengan teori dan penelitian terdahulu yang relevan.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilakukan di Desa Simangalam dengan melibatkan 10 responden yang terdiri dari 5 anak Generasi Alpha dan 5 orang tua. Anak-anak yang menjadi subjek penelitian berada pada rentang usia sekolah dasar dan telah menggunakan teknologi digital, khususnya telepon pintar dan internet, dalam aktivitas sehari-hari. Penggunaan teknologi meliputi kegiatan menonton video, bermain gim daring, serta mengakses konten pembelajaran.

Hasil observasi menunjukkan bahwa teknologi digital telah menjadi bagian dari rutinitas harian anak-anak Generasi Alpha di Desa Simangalam. Sebagian besar anak menggunakan gawai setiap hari dengan durasi yang bervariasi, mulai dari satu jam hingga lebih dari tiga jam per hari.

1. Penggunaan Teknologi Digital pada Generasi Alpha

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, ditemukan bahwa penggunaan teknologi digital pada anak Generasi Alpha di Desa Simangalam tergolong tinggi. Anak-anak lebih sering menggunakan gawai untuk hiburan seperti menonton video di platform digital dan bermain gim daring, dibandingkan untuk aktivitas pembelajaran.

Orang tua mengungkapkan bahwa pemberian gawai awalnya bertujuan untuk sarana belajar dan hiburan, namun dalam praktiknya penggunaan teknologi sering kali tidak terkontrol. Kurangnya pengawasan dan pembatasan waktu menyebabkan anak menjadi terbiasa menggunakan gawai dalam jangka waktu yang lama.

2. Dampak Penggunaan Teknologi Digital terhadap Perkembangan Emosi Anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan teknologi digital memiliki pengaruh terhadap perkembangan emosi anak Generasi Alpha. Anak-anak yang menggunakan gawai dalam durasi panjang cenderung menunjukkan perubahan emosi, seperti mudah marah, sulit mengendalikan emosi, dan menunjukkan reaksi negatif ketika penggunaan gawai dibatasi.

Beberapa orang tua menyampaikan bahwa anak menjadi lebih sensitif dan cepat emosi setelah terlalu lama menggunakan gawai. Namun, di sisi lain, anak juga menunjukkan emosi positif seperti rasa senang dan antusias ketika menggunakan teknologi untuk mengakses konten edukatif atau permainan yang disukai.

3. Dampak Penggunaan Teknologi Digital terhadap Perilaku Anak

Dari sisi perilaku, penelitian ini menemukan adanya perubahan perilaku sosial pada anak Generasi Alpha. Anak-anak yang sering menggunakan gawai cenderung lebih fokus pada layar dibandingkan berinteraksi langsung dengan teman sebaya atau keluarga. Hal ini terlihat dari berkurangnya aktivitas bermain di luar rumah dan menurunnya intensitas komunikasi tatap muka.

Namun, anak-anak yang mendapatkan pengawasan dan arahan dari orang tua menunjukkan perilaku yang lebih terkendali. Mereka masih mampu membagi waktu antara penggunaan teknologi dan aktivitas sosial lainnya, seperti belajar dan bermain bersama teman.

PEMBAHASAN

1. Pengaruh Penggunaan Teknologi Digital terhadap Perkembangan Emosi

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknologi digital memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan emosi Generasi Alpha di Desa Simangalam. Temuan ini sejalan dengan teori perkembangan psikososial Erikson yang menyatakan bahwa masa kanak-kanak merupakan tahap penting dalam pembentukan emosi dan kepribadian. Ketika interaksi sosial langsung tergantikan oleh interaksi digital, anak berpotensi mengalami gangguan dalam pengelolaan emosi.

Anak-anak yang terpapar teknologi secara berlebihan cenderung mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi, terutama saat akses terhadap gawai dibatasi. Hal ini mendukung pendapat Hurlock yang menyatakan bahwa kebiasaan sehari-hari dan lingkungan sangat memengaruhi stabilitas emosi anak.

2. Pengaruh Penggunaan Teknologi Digital terhadap Perilaku Anak

Penggunaan teknologi digital juga berdampak pada perilaku sosial anak. Sesuai dengan teori behaviorisme Skinner, perilaku anak terbentuk melalui respon terhadap stimulus

lingkungan. Dalam konteks ini, konten digital menjadi stimulus utama yang memengaruhi kebiasaan dan perilaku anak.

Penelitian ini menunjukkan bahwa anak yang terlalu sering menggunakan gawai cenderung mengalami penurunan interaksi sosial dan menunjukkan perilaku individualistik. Temuan ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menyatakan bahwa intensitas penggunaan teknologi yang tinggi dapat mengurangi kemampuan bersosialisasi anak.

3. Implikasi Sosial dan Pendidikan

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa teknologi digital tidak selalu berdampak negatif, melainkan bergantung pada cara penggunaannya. Teknologi dapat menjadi sarana pembelajaran yang efektif apabila digunakan secara bijak dan disertai pengawasan orang tua.

Di lingkungan pedesaan seperti Desa Simangalam, peran orang tua dan masyarakat sangat penting dalam membimbing anak agar mampu menyeimbangkan penggunaan teknologi dengan aktivitas sosial. Dengan pengawasan yang tepat, teknologi digital dapat mendukung perkembangan emosi dan perilaku anak secara positif.

4. Sintesis Temuan Penelitian

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa penggunaan teknologi digital berpengaruh terhadap perkembangan emosi dan perilaku Generasi Alpha di Desa Simangalam. Pengaruh tersebut bersifat dua arah, yaitu dapat memberikan dampak positif maupun negatif. Oleh karena itu, diperlukan kesadaran dan kerja sama antara orang tua, pendidik, dan masyarakat dalam mengarahkan penggunaan teknologi agar mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

KESIMPULAN

Penggunaan teknologi digital berpengaruh terhadap perkembangan emosi dan perilaku Generasi Alpha di Desa Simangalam. Teknologi memberikan manfaat dalam mendukung proses belajar dan memperluas wawasan anak, namun penggunaan yang berlebihan tanpa pengawasan dapat menimbulkan masalah emosional dan penurunan interaksi sosial. Oleh karena itu, diperlukan peran aktif orang tua dan lingkungan dalam mengawasi serta mengarahkan penggunaan teknologi digital agar memberikan dampak positif bagi perkembangan anak.

REFERENSI

- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Hurlock, E. B. (2011). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Laudon, K. C., & Laudon, J. P. (2018). *Management Information Systems: Managing the Digital Firm*. New York: Pearson Education.
- McCrindle, M. (2020). *Understanding Generation Alpha*. Sydney: McCrindle Research.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2012). *Human Development*. New York: McGraw-Hill.
- Piaget, J. (1972). *The Psychology of the Child*. New York: Basic Books.
- Prensky, M. (2012). *From Digital Natives to Digital Wisdom*. Thousand Oaks, CA: Corwin Press.
- Rahmawati, D., & Hidayat, T. (2022). Pengaruh penggunaan gadget terhadap perkembangan emosi anak usia sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Anak*, 11(2), 85-94.
- Skinner, B. F. (1953). *Science and Human Behavior*. New York: Macmillan.
- Twenge, J. M. (2019). *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy*. New York: Atria Books.
- Simanjuntak, A. P. (2021). Hubungan self-control dengan kecenderungan kecanduan gadget pada remaja. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 7(1), 45-56.
- Simanjuntak, R. D. (2022). Pengaruh penggunaan teknologi digital terhadap perilaku sosial anak sekolah dasar. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 10(3), 112-120.
- Manik, F. L. (2022). Dampak penggunaan gadget terhadap perilaku sosial anak. *Jurnal Pendidikan Sosial*, 8(2), 66-75.