

## HUBUNGAN PENGGUNAAN SMARTPHONE TERHADAP PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSIONAL ANAK

Anisatul Ulfa<sup>1</sup>, Loeziana Uce<sup>2</sup>  
anisa.ulf09@gmail.com<sup>1</sup>, loeziana.uce@ar-raniry.ac.id<sup>2</sup>  
Uin Ar-Raniry Banda Aceh

### ABSTRAK

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan penggunaan smartphone terhadap perkembangan sosial emosional anak. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitain kepustakaan dengan pendekatan kualitatif. Sumber data penelitian terdiri dari artikel, jurnal, literatur serta situs internet yang berkenaan dengan penelitian ini. Adapun hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara durasi penggunaan smartphone dengan kemampuan berinteraksi sosial, kontrol diri anak, kecanduan, gangguan kemampuan berbahasa anak dan dapat menimbulkan gangguan kesehatan mata. Adapun sebaliknya penggunaan smartphone di bawah pengawasan orang tua dapat memberikan manfaat seperti peningkatan keterampilan digital dan akses informasi yang lebih baik. Oleh karena itu untuk mencegah dampak negatif tersebut diperlukan pengawasan orang dewasa baik orang tua maupun guru di sekolah untuk memberikan kontrol dan pemilihan konten yang sesuai dengan usia anak-anak.

**Kata kunci:** Penggunaan smartphone, perkembangan, sosial emosional anak.

### ABSTRACT

*The purpose of this study is to determine the relationship of smartphone use to children's social emotional development. The research method used is library research with a qualitative approach. The research data sources consist of articles, journals, literature and internet sites related to this research. The results of this study indicate a relationship between the duration of smartphone use and the ability to interact socially, children's self-control, addiction, impaired children's language skills and can cause eye health problems. On the other hand, the use of smartphones under parental supervision can provide benefits such as increased digital skills and better access to information. Therefore, to prevent these negative impacts, adult supervision is needed, both parents and teachers at school to provide control and selection of age-appropriate content for children.*

**Keywords:** Smartphone use, development, children's social emotional.

### PENDAHULUAN

Di era globalisasi pada saat ini teknologi berkembang dengan sangat pesat, dan mempengaruhi seluruh aspek kehidupan, termasuk sistem pendidikan di Indonesia. Pengintegrasian teknologi ke dalam proses pembelajaran menjadi bagian penting dari kurikulum saat ini yaitu kurikulum merdeka. Peserta didik dimulai dari sekolah dasar sudah diperkenalkan pada keterampilan teknologi dengan tujuan untuk meningkatkan kompetensi digital peserta didik dan mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan di masa depan. Namun, penting juga untuk mengetahui hubungan perkembangan teknologi dengan perkembangan sosial emosional peserta didik. Salah satu teknologi digital yang paling banyak digunakan berupa smartphone dan internet.

Penggunaan smartphone dan internet bukanlah hal asing bagi masyarakat Indonesia bahkan hingga seluruh dunia. Hal ini didorong oleh pesatnya perkembangan teknologi digital dan internet. Saat ini jumlah pengguna smartphone dan internet di Indonesia tinggi. Berdasarkan data riset yang dilakukan oleh United Nations Children's Fund (UNICEF) dan

Kementerian Informasi dan Komunikasi (Kominfo), 84% penduduk Indonesia memiliki smartphone. Sementara itu, Asosiasi Pengguna Jasa Internet Indonesia (APJII) melaporkan pada tahun 2018, jumlah pengguna aktif Internet di Indonesia mencapai 64,8% atau 171,17 juta dari total penduduk Indonesia. Berdasarkan data tersebut dapat dilihat bahwa hampir seluruh masyarakat Indonesia mengintegrasikan teknologi ke dalam kehidupan sehari-hari mereka, termasuk ke dalam proses pembelajaran di sekolah.

Tidak hanya di gunakan oleh kalangan dewasa, teknologi digital juga digunakan oleh kalangan anak-anak yang masih duduk di bangku sekolah dasar. Padahal pada usia itu anak-anak disarankan lebih banyak bermain permainan fisik yang nyata, bekerja sama dengan membuat tim ataupun kelompok, bercerita dan mengobrol dengan teman-teman secara langsung serta saling aktif berprestasi di sekolah. Kondisi tersebut cukup mengkhawatirkan karena anak pada usia sekolah dasar memiliki rasa ingin tahu yang tinggi dan akan mencoba hal-hal baru yang menurut mereka itu menarik. Dengan demikian, dampak dari penggunaan smartphone ini secara umum dapat terlihat dan dapat merugikan perkembangan anak.

Schwartz menyebutkan anak mengalami perkembangan yang luar biasa pada tahun pertama kehidupan mereka, selain perkembangan fisik kognitif, diawal kehidupan anak terdapat pula perkembangan sosial dan emosional. Secara garis besar perkembangan sosial emosional mencakup perkembangan emosi dan perkembangan sosial. Goleman mengemukakan bahwa “emosi pada dasarnya adalah dorongan untuk bertindak yang didasarkan pada perasaan, keadaan biologis dan psikologis”. Kemudian Hurlock mengemukakan bahwa “perkembangan sosial merupakan perolehan kemampuan berperilaku yang sesuai dengan tuntutan sosial”.

Penggunaan smartphone pada anak mempunyai pengaruh negatif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak, termasuk tidak stabilnya emosi anak, hubungan emosional anak dan orang tua terganggu, dan gangguan mental. Smartphone merupakan representasi secara nyata dari teknologi baru, dan memiliki berbagai program dan aplikasi yang mengasyikkan, seakan-akan telah menjadi teman baik bagi anak-anak, bahkan memiliki kemampuan untuk mengguna-guna anak-anak untuk bermain smartphone selama beberapa jam. Penggunaan smartphone yang melampaui batas normal akan berdampak tidak baik bagi anak. Anak-anak yang memakan waktu berlebihan dengan bermain smartphone cenderung akan memiliki emosi yang tidak stabil, mudah memberontak, hal ini dapat terjadi jika anak sudah kecanduan terhadap smartphone, hal yang ditakuti lainnya jika anak sudah tidak peduli atau mengabaikan dengan orang terdekatnya.

Penggunaan smartphone tentunya boleh saja asalkan dengan pengawasan orang tua. Seperti memantau apa yang ada di smartphone anak, menggunakan fitur-fitur yang memang hanya untuk anak-anak dan membatasi penggunaan smartphone. Banyak pro dan kontra dalam pemberian smartphone terhadap anak usia dini. Orang tua yang bijak pun juga harus selalu siaga dalam mengawasi anak bila menggunakan smartphone. Ada beberapa kasus anak usia dini yang dapat dengan sendirinya membeli voucher game dan membeli barang melalui online. Tak hanya itu, anak usia dini yang membawa smartphone dengan sendirinya sering menjadi incaran beberapa oknum.

Anak-anak yang sudah kecanduan smartphone akan menyebabkan dampak buruk seperti krisis percaya diri, mudah marah, suka membangkang, dan suka berbicara sendiri dengan gadget, kurang disiplin, anak menjadi malas, meninggalkan kewajiban beribadah, dan berkurangnya waktu belajar akibat smarhpone. Selain itu dampak yang paling jelas terlihat adalah kurangnya waktu bersosialisasi anak. Anak menjadi enggan bermain dengan teman-teman seusianya. Diasumsikan bahwa anak-anak dengan gangguan perkembangan sosial mungkin mengalami kesulitan untuk berintegrasi ke dalam

masyarakat sebagai orang dewasa. Karena ketidakmampuan anak untuk berpikir dan bertindak secara mandiri, serta, lebih penting lagi, karena gangguan yang ditimbulkannya dalam perkembangan rasa diri anak, anak akan berjuang untuk memenuhi harapan teman sebayanya. Jika penyebabnya tidak segera diatasi, efeknya akan diperbesar. Seringnya anak menggunakan smartphone merupakan salah satu contoh kebiasaan yang dapat dijadikan sebagai stimulus yang berdampak pada tumbuh kembang anak. Berdasarkan permasalahan di atas maka penulis ingin mengkaji lebih dalam mengenai hubungan penggunaan smartphone terhadap perkembangan sosial emosional anak baik pada usia dini maupun usia sekolah dasar.

## **METODE PENELITIAN**

Pendekatan penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kualitatif. Metode penelitian yang digunakan merupakan penelitian kepustakaan (Library Research), yaitu penelitian yang memanfaatkan sumber perpustakaan untuk memperoleh data penelitiannya. Sumber data penelitian terdiri dari artikel, jurnal, literatur serta situs internet yang berkenaan dengan penelitian yang akan dilaksanakan. Penelitian ini berupaya mengkaji hubungan penggunaan smartphone terhadap perkembangan sosial emosional anak.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **1. Perkembangan Sosial Emosional Anak**

Perkembangan sosial merupakan perkembangan tingkah laku pada anak dimana anak dapat menyesuaikan diri dengan aturan yang berlaku dalam lingkungan masyarakat. Dengan kata lain, perkembangan sosial merupakan proses belajar anak dalam menyesuaikan diri dengan norma, moral dan tradisi dalam kelompok. Awal perkembangan sosial pada anak tumbuh dari hubungan anak dengan orang tua atau pengasuh di rumah terutama anggota keluarganya. Anak mulai bermain bersama orang lain yaitu keluarganya. Tanpa disadari anak mulai belajar berinteraksi dengan orang di luar dirinya sendiri yaitu dengan orang-orang di sekitarnya. Interaksi sosial kemudian diperluas, tidak hanya dengan keluarga dalam rumah namun mulai berinteraksi dengan tetangga dan tahapan selanjutnya yaitu sekolah/madrasah.

Perkembangan sosial anak sangat dipengaruhi oleh proses perlakuan atau bimbingan orang tua terhadap anak dalam mengenalkan berbagai aspek kehidupan sosial atau norma dalam masyarakat. Proses ini biasanya disebut dengan sosialisasi. Tingkah laku sosialisasi adalah sesuatu yang dipelajari, bukan sekedar hasil dari kematangan. Perkembangan sosial anak diperoleh selain dari proses kematangan juga melalui kesempatan belajar dari responss terhadap tingkah laku. Perkembangan sosial dapat dipetakan dalam beberapa aspek. Perkembangan sosial meliputi kompetensi sosial dan tanggung jawab sosial. Kompetensi sosial menggambarkan keefektifan kemampuan anak dalam beradaptasi dengan lingkungan sosialnya. Misalnya mau bergantian dengan teman lainnya dalam sebuah permainan. Tanggung jawab sosial menunjukkan komitmen anak terhadap tugasnya, menghargai perbedaan, sadar dan memperhatikan lingkungannya dan mampu menjalankan fungsinya.

Menurut Riana Mashar perkembangan emosional merupakan proses untuk mengendalikan, mengolah, dan mengontrol emosi agar mampu merespon secara positif setiap kondisi yang merangsang munculnya emosi-emosi ini. Dalam sebuah penelitian sosial emosional anak dalam buku perkembangan anak Jhon W Santrock menyatakan bahwa kompetensi sosial anak juga berhubungan dengan kehidupan emosional orang tuanya (Fitnes dan Duffield) contohnya menemukan bahwa orang tua yang

mengespresikan emosi yang positif mempunyai kompetensi sosial tinggi, melalui interaksi dengan orang tua anak belajar untuk mengekspresikan emosinya secara wajar.

Perkembangan sosial emosional juga perubahan perilaku yang disertai dengan perasaan-perasaan tertentu yang datang dari hati, yang meliputi perubahan perilaku yang disertai dengan perasaan-perasaan tertentu yang melingkupi anak-anak saat berhubungan dengan orang lain. Sejalan dengan itu, Khaironi menjelaskan, perkembangan sosial merupakan peningkatan kemampuan individu dalam berinteraksi dengan orang lain. Sementara itu, ia melanjutkan, perkembangan emosional adalah kemampuan individu untuk mengelola dan mengekspresikan perasaannya dalam bentuk ekspresi tindakan yang dinampakkan melalui mimik wajah maupun aktivitas lainnya (verbal atau non verbal) sehingga orang lain dapat mengetahui dan bahkan memahami kondisi atau keadaan yang sedang dialaminya. Oleh sebab itu, perkembangan sosial emosional tidak dapat dipisahkan satu sama lain karena saling berhubungan dengan interaksi antara individu dengan individu atau individu dengan society.

Kemampuan sosial dan emosional merupakan kemampuan yang saling berkaitan dan saling mempengaruhi. Emosi anak-anak adalah sinyal yang diyakini sangat kuat mempengaruhi orang lain. Demikian pula sebaliknya, dimana reaksi emosional anak-anak juga dipengaruhi oleh perilaku orang lain. Kemampuan sosial-emosional yang baik merupakan suatu kemampuan yang perlu dimiliki anak sejak anak masih kecil karena perilaku ini akan sangat mempengaruhi dan menentukan kemampuan anak di kemudian hari. Rapuhnya kemampuan anak dalam berperilaku sosial di lingkungannya akan menghambat perkembangan anak untuk mengendalikan emosinya. Keberhasilan individu dalam kehidupannya juga diwarnai oleh keberhasilan individu dalam berinteraksi dengan orang lain. Kemampuan sosial emosional yang telah dikembangkan sejak anak masih kecil akan memberikan kontribusi positif pada proses perkembangan atau interaksi anak dengan orang lain di kemudian hari.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa perkembangan sosial emosional merupakan aspek yang berkaitan satu sama lain. Perkembangan sosial merupakan proses dimana anak melakukan interaksi atau aktivitas sosial dengan orang di sekelilingnya sedangkan perkembangan emosional merupakan kemampuan anak dalam mengenali dan mengelola emosi yang dapat mempengaruhi tindakan atau perilakunya dalam kehidupan sehari-hari.

## **2. Penggunaan Smartphone terhadap Perkembangan Sosial Emosional anak**

Era digital dewasa ini, penggunaan gawai sudah sangat marak dan tidak bisa dihindari lagi karena tuntutan zaman. Akibatnya, anak-anak pun mudah terpapar penggunaan smartphone. Di lapangan ditemukan fakta bahwa semua anak usia sekolah memiliki pengalaman menggunakan smartphone, dan jangka waktu penggunaan smatphone umumnya memakan waktu yang lama. Rata-rata, anak-anak menggunakan perangkat mereka selama lebih dari satu jam sehari, dan beberapa bahkan menggunakan perangkat mereka hingga 8 jam sehari. Keadaan ini tidak konsisten dengan pedoman American Pediatric Association 2016. Pedoman ini merekomendasikan bahwa anak-anak harus selalu membatasi penggunaan perangkat hingga satu jam per hari dan didampingi oleh orang tua untuk pemantauan ketat. Hal ini dapat menimbulkan akibat negatif yang mengganggu perkembangan emosi anak. Prihatiningsih & Wijayanti berpendapat bahwa anak-anak yang menggunakan smartphone untuk beberapa waktu berisiko mengalami masalah mental dan emosional. Pebriana juga mencatat bahwa anak-anak yang menggunakan smartphone lebih sering suka bermain dengan smraphone daripada dengan teman sebayanya karena mereka sudah mengalami ketergantungan.

Selain dampak negatif penggunaan smartphone tentunya juga memiliki dampak

positif bagi anak, selain mempermudah tugas sekolah, smartphone juga membantu untuk mengembangkan diri. Dengan kemampuan penyampaian informasi yang dimiliki smartphone, pornografi pun merajalela, anggapan yang mengatakan bahwa gadget identik dengan pornografi, memang tidak salah. Di dalam smartphone terdapat gambar-gambar pornografi dan kekerasan yang bisa mengakibatkan dorongan kepada seseorang untuk bertindak kriminal dan memberikan dampak yang negatif bagi anak usia sekolah dasar. Mengurangi sifat sosial manusia karena cenderung lebih suka berhubungan lewat smartphone daripada bertemu secara langsung. Dari sifat sosial yang berubah dapat mengakibatkan perubahan pola anak dalam berinteraksi. Selain itu juga berdampak pada kecerdasan emosional mereka bisa membuat anak usia kecanduan, terutama yang menyangkut pornografi dan dapat menghabiskan uang karena hanya untuk melayani kecanduan tersebut. Hal ini tentu saja merupakan situasi yang sangat memprihatinkan. Kecanduan permainan online yang melanda pada anak usia baligh juga merupakan dampak negatif gadget. Kecanduan dan ketergantungan dapat membuat anak kehabisan waktu dan energi untuk bermain akibatnya prestasi anak pun menurun.

Dampak gadget terhadap perkembangan kecerdasan emosional anak tentu harus diperhatikan dimana anak yang terlalu asyik bermain smartphone lupa akan beribadah. Hal ini menunjukkan anak tersebut sudah kecanduan dalam menggunakan gadget. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan informasi bahwa anak usia sekolah dasar sudah memainkan game online. Anak usia sekolah dasar tidak menyadari bahwa smartphone memiliki dampak negatif yang berbahaya. Dampak tersebut antara lain: Tidak peduli dengan lingkungan sekitarnya, orang yang terlalu asyik dengan dunia yang diciptakannya sendiri sehingga tidak peduli dengan orang-orang disekitarnya serta sering membuka situs terlarang serta anak-anak bisa aktif di dunia maya.

Hal ini sering dilakukan orang yang kecanduan smartphone. Tidak peduli dengan lingkungan sekitar, dunianya berubah menjadi dunia smartphone. Minimnya sosialisasi dengan lingkungan, mempengaruhi kecerdasan emosional anak. Ini dampak dari terlalu sering dan terlalu lama bermain smartphone. Ini cukup mengkhawatirkan bagi perkembangan kehidupan sosial anak. Mereka yang seharusnya belajar sosialisai dengan lingkungan justru lebih banyak menghabiskan waktu lebih banyak di dunia maya bersama teman-teman dunia maya yang rata-rata membahas sesuatu yang tidak penting. Akibatnya kemampuan verbal anak menurun. Kurangnya perhatian untuk keluarga, keluarga di rumah adalah nomor satu. Slogan tersebut tidak lagi berlaku bagi para pecandu gadget. Bagi mereka teman-teman di sosial media yang bisa mereka hubungi lewat smartphone adalah nomor satu.

Penggunaan gadget secara terus-menerus akan menimbulkan kecanduan pada penggunanya. Hal ini tentu perlu menjadi perhatian karena dampak negatif yang begitu mengkhawatirkan terlebih bagi anak-anak yang menggunakan gadget. Maka dari itu peran orang tua sangat penting dalam memberikan dan melakukan pengawasan dan pengontrolan penggunaan gadget pada anak. “Keluarga disarankan untuk lebih memperhatikan penggunaan gadget pada anak saat dirumah dengan cara memberikan batasan waktu untuk bermain gadget pada anak saat dirumah dengan melakukan hal yang menarik seperti mengajak bermain diluar rumah, ajak anak untuk lebih banyak beraktivitas (olahraga, bermain musik, dll), dan bersosialisasi dengan teman sebayanya”.

Penggunaan smartphone bagi anak tanpa pengawasan orang tua dapat berakibat fatal. Kemudahan dalam mengakses informasi dapat memungkinkan anak mengakses hal-hal yang berbau pornografi dan aktivitas berbahaya lainnya. Sehingga di kemudian hari hal ini dapat berdampak terhadap perkembangan sosial maupun emosional anak. Dilapangan ditemukan fakta bahwa anak-anak menjadi lebih cepat dewasa dibanding usianya hal ini

dikarenakan penggunaan smartphone tanpa pengawasan orang tua. Alih-alih bermain dengan teman sebayanya anak-anak pada saat ini lebih memilih untuk bermain smartphone. Permainan yang digunakan bisa berupa game online dan lain sebagainya.

Pada era ini orang tua sudah mengenalkan smartphone pada anak semenjak balita, banyak orang tua yang pada awalnya membiarkan anak menonton kartun dengan tujuan agar si anak tidak rewel atau tatum tanpa menyadari hal tersebut memberikan dampak yang lebih besar terhadap perkembangan sosial emosional mereka. Bahkan ada beberapa anak yang kesulitan bermain dengan teman sebaya lantaran tidak mampu mengendalikan emosinya.

Namun selain dampak negatif tentunya penggunaan smartphone juga banyak sekali dampak positifnya. Seperti kemudahan dalam mengakses materi belajar anak, terdapat juga game edukasi, maupun video-video pembelajaran. Penggunaan smartphone bisa memberikan dampak positif jika orang tua mampu mengawasi dan membatasi penggunaan smartphone dalam kehidupan sehari-hari anak. Kemudian orang tua juga harus memastikan anaknya melakukan aktivitas sosial di luar rumah tanpa mengandalkan smartphone.

### **3. Penggunaan Smartphone bagi Perkembangan Sosial Emosional Anak Sekolah Dasar**

Pengaruh penggunaan gadget terhadap perkembangan anak memiliki dampak positif dan dampak negatif. Adapun dampak positifnya antara lain menambah pengetahuan anak, membangun dan melatih kreativitas anak, mempermudah berkomunikasi, maupun memperluas jaringan persahabatan. Penggunaan gadget sewajarnya telah membantu anak-anak dalam kesehariannya terutama dalam mencari data maupun informasi untuk mengerjakan tugas sekolah maupun sebagai sarana hiburan dari fitur-fitur yang disediakan dalam gadget. Sedangkan dampak negatifnya antara lain, anak menjadi ketergantungan terhadap gadget, sehingga dalam menjalankan segala aktivitas hidupnya anak menjadi sulit berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Penggunaan gadget secara berlebihan dapat mengganggu kesehatan mata, anak menjadi malas bergerak dan beraktivitas serta lebih suka bermain dengan gadgetnya daripada bermain dengan temannya.

Iswanto dan Onibala mendefinisikan, “Anak-anak yang sering menggunakan gadget, sering kali lupa dengan lingkungan sekitarnya, mereka lebih memilih bermain menggunakan gadget dari pada bermain bersama teman-teman dilingkungan sekitar tempat tinggal”. Dampak lainnya adalah semakin meluas dan terbukanya akses internet dalam gadget yang menampilkan segala hal beberapa diantaranya merupakan suatu hal yang semestinya belum waktunya dilihat oleh anak-anak. Pada usia anak sekolah dasar tentu akan mengganggu proses kegiatan belajar mereka di sekolah, dimana anak membutuhkan hubungan sosial yang baik seperti interaksi pada teman dan gurunya. Penggunaan gadget yang berlebihan pada anak akan menimbulkan sifat egois dan individualisme. Menurut Adek Diah Saputri mengatakan bahwa “Dampak negatif dari penggunaan gadget adalah anak cenderung untuk individualis, susah bergaul dan apabila sudah kecanduan akan sangat sulit untuk dikontrol dari pemakaian gadget yang pada akhirnya otak anak-anak sulit berkembang karena terlalu sering bermain game”.

Penggunaan smartphone pada anak usia sekolah dasar tentu memiliki banyak dampak positif, seperti dapat mengakses materi maupun media pembelajaran, mengerjakan quiz online, mengetahui informasi seputar pendidikan maupun melaksanakan pembelajaran secara online. Namun akan berdampak negatif jika penggunaan smartphone tanpa pengawasan guru maupun orang tua karena kebebasan dalam mengakses informasi. Namun tentu saja terdapat kebijakan di sekolah bahwa anak usia sekolah dasar dilarang untuk membawa smartphone kecuali terdapat agenda yang memang mengharuskan

menggunakan smartphone. Hal tersebut pun dilakukan dibawah pengawasan guru.

#### **4. Peran Orang Tua maupun Guru Untuk Penggunaan Smartphone pada Anak**

Menurut Fadilah “Hal-hal yang dilakukan orang tua untuk meminimalisir anak dari pengaruh negatif penggunaan smartphone

- a. Mendampingi anak
- b. Membuat kesepakatan waktu dalam penggunaan smartphone
- c. Membuat kesepakatan dalam membuka fitur-fitur yang akan dibuka
- d. Modelling yang baik dari orang tua
- e. Orang tua dapat menaruh smartphone dengan baik
- f. Mengajak anak untuk belajar bersama”. Orang tua harus dapat mendidik dan mengarahkan anaknya sejak dini melalui sikap dan perbuatan yang sepatutnya dicontoh oleh anak-anaknya. “Peran orang tua dalam mengawasi penggunaan smartphone untuk anak-anak SD/ sederajat adalah dilakukan melalui pengawasan waktu dan pengawasan akses yang digunakan oleh anak-anak melalui smartphone, tingkat SMP/sederajat adalah masih dikontrol hanya tidak seperti anak sekolah dasar, saat di sekolah menengah/pendidikan yang setara dengan mengawasi kegiatan anak-anak dalam menggunakan gadget yang tidak menahan”.

Selain orang tua, di sekolah diperlukan peran guru sebagai pendidik yang dapat memberikan arahan dan bimbingan pada anak berupa ilmu maupun motivasi. Menurut Rukaiyah mengatakan “Guru sejatinya seorang pribadi yang harus serba bisa dan serba tahu, serta mampu mentransferkan kebiasaan pengetahuan pada muridnya dengan cara yang sesuai dengan perkembangan dan potensi anak didik”. Pada dasarnya guru memang mengemban peran yang banyak bagi peserta didiknya, guru harus dapat memahami karakteristik pada peserta didiknya.

Orang tua juga bisa mengatur manajemen waktu dalam menggunakan smartphone serta pembatasan akses:

- a. Pemilihan Konten Yang Aman Sesuai Usia Anak

Orang tua saat ini dibutuhkan kemampuan dalam memilihkan konten yang baik bagi anak. Hal ini perlu dilakukan sebab, anak dapat meniru apa yang ditonton, seperti pada teori Bandura mengatakan terdapat pola asuh anak berdasarkan symbolic model, yaitu model-model yang berasal dari perumpamaan, seperti cerita tayangan televisi, bergambar, video, games dan lain sebagainya.

- b. Imbangi Penggunaan Gadget Dengan Aktivitas Anak

Penggunaan gadget pada anak terlalu lama membuat perkembangannya tidak optimal, sebab gadget digunakan tanpa ada aktivitas fisik di dalamnya. Salah satu contoh pada smartphone dalam penggunaannya hanya menekan-nekan tombol sambil duduk berjam-jam. Hal ini tidak baik bagi anak usia dini, sebab akan berdampak pada anak dikemudian hari.

- c. Tetapkan Aturan Waktu Dalam Penggunaan Gadget Bagi Anak

Bagi anak usia dini bermain merupakan hal yang sangat menyenangkan, tidak terkecuali dengan bermain gadget. Terkadang anak lupa waktu ketika sudah bermain gadget dan orang tua menyuruh untuk berhenti pasti terdapat drama-drama pertengkaran antara anak dan orang tua.

- d. Orang Tua Beradaptasi Dengan Perkembangan Zaman

Cara pola asuh anak zaman dahulu dan sekarang sangat berbeda. Dahulu orang tua dalam mendidik lebih mengarah pada pola asuh otoriter, namun hal ini tidak berlaku pada pola asuh anak zaman sekarang. Orang tua saat ini lebih kompleks dalam mendidik anak, jika pola asuh yang diberikan salah pada anak akan fatal dalam kehidupan anak dikemudian hari, seperti anak yang membangkang, bertindak kriminal, dan lain

sebagainya. Maka perlu orang tua dapat menyesuaikan diri dengan perkembangan zaman.

### **5. Dampak Positif dan Negatif Penggunaan Smartphone**

Smartphone memiliki banyak manfaat apalagi digunakan dengan cara yang benar dan semestinya diperbolehkan orang tua mengenalkan smartphone pada anak memang perlu tetapi harus diingat terdapat dampak positif dan dampak negatif pada smartphone tersebut.

Dampak positif penggunaan smartphone:

- a. Berkembangnya imajinasi, (melihat gambar kemudian menggambarnya sesuai imajinasinya yang melatih daya pikir tanpa dibatasi oleh kenyataan).
- b. Melatih kecerdasan, (dalam hal ini anak dapat terbiasa dengan tulisan, angka, gambar yang membantu melatih proses belajar).
- c. Meningkatkan rasa percaya diri. (saat anak memenangkan suatu permainan akan termotivasi untuk menyelesaikan permainan).
- d. Mengembangkan kemampuan dalam membaca, matematika, dan pemecahan masalah. (Dalam hal ini anak akan timbul sifat dasar rasa ingin tahu akan suatu hal yang membuat anak akan muncul kesadaran kebutuhan belajar dengan sendirinya tanpa perlu dipaksa).

Dampak negatif penggunaan smartphone yaitu:

- a. Penurunan konsentrasi saat belajar (pada saat belajar anak menjadi tidak fokus dan hanya teringat dengan gadget, misalnya anak teringat dengan permainan gadget seolah-olah dia seperti tokoh dalam game tersebut).
- b. Malas menulis dan membaca, (hal ini diakibatkan dari penggunaan gadget misalnya pada saat anak membuka video di aplikasi Youtube anak cenderung melihat gambarnya saja tanpa harus menulis apa yang mereka cari).
- c. Penurunan dalam kemampuan bersosialisasi, (misalnya anak kurang bermain dengan teman dilingkungan sekitarnya, tidak memperdulikan keadaan disekelilingnya).
- d. Kecanduan, (anak akan sulit dan akan ketergantungan dengan gadget karena sudah menjadi suatu hal yang menjadi kebutuhan untuknya).
- e. Dapat menimbulkan gangguan kesehatan, (jelas dapat menimbulkan gangguan kesehatan karena paparan radiasi yang ada pada gadget, dan juga dapat merusak kesehatan mata anak).

Perkembangan kognitif anak usia dini terhambat, (kognitif atau pemikiran proses psikologis yang berkaitan bagaimana individu mempelajari, memperhatikan, mengamati, membayangkan, memperkirakan, menilai dan memikirkan lingkungannya akan terhambat).

Menghambat kemampuan berbahasa, (anak yang terbiasa menggunakan gadget akan cenderung diam, sering menirukan bahasa yang didengar, menutup diri dan enggan berkomunikasi dengan teman atau lingkungannya).

Dapat mempengaruhi perilaku anak usia dini, (seperti contoh anak bermain game yang memiliki unsur kekerasan yang akan mempengaruhi pola perilaku dan karakter yang dapat menimbulkan tindak kekerasan terhadap teman).

Berdasarkan uraian diatas dapat kita lihat selain dampak negatif penggunaan smartphone juga terdapat dampak positif, tergantung bagaimana smartphone tersebut digunakan. Maka dari itu perlu adanya pembatasan akses dan pengawasan orang dewasa pada anak-anak saat menggunakan smartphone.

### **KESIMPULAN**

Penelitian ini mengungkapkan adanya hubungan signifikan antara penggunaan smartphone dengan perkembangan sosial emosional anak. Penggunaan smartphone dengan



durasi yang tidak terkontrol berpotensi menyebabkan berbagai dampak negatif seperti penurunan kemampuan interaksi sosial, masalah kontrol diri, kecanduan, gangguan kemampuan berbahasa, serta gangguan kesehatan mata pada anak-anak. Namun, di sisi lain, penggunaan smartphone yang dilakukan di bawah pengawasan orang tua dapat memberikan manfaat seperti peningkatan keterampilan digital dan akses informasi yang lebih baik.

Untuk mengurangi dampak negatif tersebut, diperlukan peran aktif dari orang dewasa, baik orang tua maupun guru di sekolah, dalam mengawasi dan mengontrol penggunaan smartphone pada anak-anak. Pengawasan yang ketat dan pemilihan konten yang sesuai dengan usia anak-anak menjadi kunci utama dalam memaksimalkan manfaat sekaligus meminimalkan risiko yang ditimbulkan oleh penggunaan smartphone.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ariston, Yummi & Frahasini. (2018) "Dampak Penggunaan Gadget Bagi Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar", *Journal of Educational Review and Research*, 1 (2): 86-91.
- Christantya, Maria & Fitri Rofiyarti. (2023). "Hubungan Penggunaan Smartphone Terhadap Perkembangan sosial Emosional Anak Usia Didi". *Motoriz: Media of teaching and Children*, 7 (2): 538-546.
- Fuadia, Nazia Nuril. (2022). "Perkembangan Sosial Emosi Anak Usia Dini". *Jurnal Kediklatan Balai Diklat Keagamaan Jakarta*, 3 (1): 31-47.
- Heni & Ahmad Jalaludin Mujahid. (2018). "Pengaruh Penggunaan Smarthphone Terhadap Perkembangan Personal sosial Anak Usia Pra-Sekolah". *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2 (1): 330-242.
- Maola, Putri Sofiatul & Triana Lestari. (2021). "Pengaruh Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Anak Sekolah Dasar". *Journal of Education, Psychology and Counseling*, 3 (1): 229-225.
- Marzuki, dkk. (2024). "Pentingnya Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak". *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2 (2): 334-343.
- Mahendra, Juandra P. (2023). "Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini". *Jurnal Riset Pendidikan dan Pengajaran*, 2 (1): 1- 6.
- Nurhasanah, Suci Lia Sari, Nova Adi Kurniawan. (2021). "Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Usia Dini". *Mitra Ash-Shibyan: Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4 (2): 91-102.
- Rahmawati, M. & Melly L. (2020). "Penggunaan Gawai, Interaksi Ibu-Anak, dan Perkembangan Sosial Emosional Anak Prasekolah". *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 13 (1): 75-86.
- Rahmawati, Sarah. (2021). "Perkembangan Kecerdasan Emosional di Era Digital (Studi Kasus Anak Usia Sekolah Dasar Pengguna Gadget di Bantul)". *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6 (1): 102-109.
- Rivo Nugroho. (2022). "Peran Orang Tua dalam Mengurangi dampak Negatif Penggunaan Gadget". *Jurnal Obsesi*, 6 (5): 5425-5436.
- Saputri, Diah, Adek dkk. (2018). "Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Intraksi Sosial Anak Usia Dini". *The 3 rd Annual Conference on Islamic Early Childhood Education*, Vol 3:265-278
- Setianingsih, dkk. (2018). "Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah dapat Meningkatkan Resiko Gangguan Pemusatan Perhatian Dan Hiperaktivitas". *Gaster: Jurnal Kesehatan*, 16 (2): 191-205.
- Sari, Popy Puspita, Sumardi, & Sima Mulyadi. (2020). "Pola Asuh Orang Tua Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini". *Jurnal PAUD Agapedia*, 4 (1): 157-170.
- Surono, Rosa Nurafifah & Yunita Lestari. (2022). "Pengaruh Penggunaan Gawai Terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak Di Madrasah Ibtidaiyah Darul Ilmi Kota Banjarbaru". *PADARINGAN: Jurnal Pendidikan Sosiologi Antropologi*, 4 (1): 7-15.

- Tatminingsih, Sri. (2019). “Kemampuan Sosial Emosional Anak Usia Dini di Nusa Tenggara Barat”. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3 (2): 484-49
- Warisyah, Yusmi. (2015). Pentingnya “Pendampingan Dialogis” Orang Tua Dalam Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini. *Seminar Nasional Pendidikan*, 130-138.
- Zed, M. (2004). *Metodologi Penelitian Kepustakaan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.