

PENGARUH GADGET TERHADAP PERKEMBANGAN KOGNITIF ANAK USIA 5-6 TAHUN

Eni ¹, Popi Dayurni ², Ratu Yustika Rini³, Galuh Mulyawan⁴

¹Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia dini, Universitas Bina Bangsa

Email: enisaeudin2@gmail.com

Abstrak

Perkembangan teknologi digital yang pesat menjadikan gadget sebagai bagian tak terpisahkan dari kehidupan anak usia dini. Fenomena ini menarik dikaji karena meskipun gadget memiliki potensi edukatif, penggunaannya yang berlebihan dapat berdampak negatif terhadap kemampuan kognitif anak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan gadget terhadap perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun di TK As Sabil Khoir. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain korelasional. Subjek penelitian berjumlah 35 anak, dengan sampel sebanyak 19 anak kelas B. Data dikumpulkan melalui observasi, angket kepada orang tua dan guru, serta dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan uji regresi linear sederhana dengan bantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien regresi sebesar $-0,257$ dengan tingkat signifikansi $0,000 < 0,05$ dan nilai R^2 sebesar $0,423$. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget berpengaruh negatif terhadap perkembangan kognitif anak, meskipun pengaruhnya tergolong lemah karena sebagian besar anak menggunakan gadget dalam durasi wajar dan masih mendapat stimulasi kognitif melalui aktivitas lain. Penelitian ini menegaskan pentingnya pendampingan dan pengaturan waktu penggunaan gadget agar teknologi dapat dimanfaatkan secara positif dalam mendukung perkembangan anak usia dini.

Kata Kunci: Gadget, Kognitif, Pendidikan Anak Usia Dini

Abstract

The rapid development of digital technology has made gadgets an inseparable part of the lives of early childhood. This phenomenon is interesting to study because although gadgets have educational potential, excessive use can negatively impact children's cognitive abilities. This study aims to analyze the effect of gadget use on the cognitive development of children aged 5–6 years at As Sabil Khoir Kindergarten. The type of research used was quantitative with a correlational design. The study subjects were 35 children, with a sample of 19 children in grade B. Data were collected through observation, questionnaires to parents and teachers, and documentation, then analyzed using a simple linear regression test with the help of the SPSS program. The results showed a regression coefficient value of -0.257 with a significance level of $0.000 < 0.05$ and an R^2 value of 0.423 . These findings indicate that gadget use has a negative effect on children's cognitive development, although the effect is relatively weak because most children use gadgets for a reasonable duration and still receive cognitive stimulation through other activities. This study emphasizes the importance of mentoring and managing the time of gadget use so that technology can be utilized positively in supporting early childhood development.

Keywords: Gadget, Cognitive, Early Childhood

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital yang pesat membawa perubahan signifikan dalam kehidupan masyarakat, termasuk dalam dunia anak-anak (Nugroho et al., 2020). Salah satu bentuk kemajuan teknologi yang paling dekat dengan kehidupan sehari-hari adalah gadget, seperti *smartphone*, *tablet*, dan televisi pintar. Penggunaan gadget pada anak usia dini kini

bukan lagi hal yang jarang dijumpai. Anak-anak usia 5–6 tahun sudah banyak yang mampu mengoperasikan gadget untuk bermain game, menonton video, atau bahkan berinteraksi melalui aplikasi pembelajaran (Hidayat & Maesyaroh, 2020; Novitasari & Khotimah, 2016). Fenomena ini menjadi menarik karena di satu sisi gadget dapat memberikan manfaat bagi perkembangan anak, tetapi di sisi lain juga berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap perkembangan kognitif dan sosial-emosional mereka (Hijriyani & Astuti, 2020).

Sejalan dengan fenomena tersebut, penting untuk memahami lebih dalam bagaimana perkembangan kognitif anak berlangsung pada tahap usia dini, khususnya pada rentang usia 5–6 tahun. Perkembangan kognitif pada anak usia 5-6 tahun merupakan tahap yang sangat krusial dalam pembentukan kemampuan intelektual, bahasa, dan sosial emosional yang menjadi fondasi utama bagi keberhasilan proses pembelajaran selanjutnya (Erviana et al., 2024; Haeriyah et al., n.d.). Pada usia ini, anak-anak mulai menunjukkan kemampuan berpikir logis sederhana, peningkatan daya ingat, pemahaman bahasa yang semakin kompleks, serta kemampuan untuk berimajinasi dan memecahkan masalah dengan cara yang kreatif dan terarah (Ayuningtyas et al., 2025; Mulyawan, Basrowi, et al., 2024; Mulyawan, Kurniawati, et al., 2024). Selain itu, interaksi sosial dalam lingkungan bermain dan belajar secara langsung memberikan stimulasi penting yang membantu mengembangkan fungsi kognitif secara optimal, perkembangan kognitif anak usia dini adalah proses bertahap yang melibatkan perubahan dan peningkatan kemampuan berpikir, memahami, dan belajar yang sangat menentukan kesiapan anak untuk memasuki pendidikan formal (Pandia et al., 2022; Syafnita et al., 2023). Kondisi ini menuntut lingkungan belajar yang mampu menyediakan stimulasi yang memadai, baik dari interaksi sosial maupun media yang digunakan. Oleh karena itu, lingkungan belajar harus mampu menyediakan stimulasi yang memadai, baik melalui interaksi sosial maupun melalui media pembelajaran yang tepat.

Berbagai kajian terdahulu menegaskan pentingnya peran aktivitas bermain dan interaksi sosial dalam menunjang perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun. Kajian yang tertuang dalam beberapa penelitian menegaskan bahwa perkembangan kognitif usia 5-6 tahun sangat dipengaruhi oleh aktivitas bermain dan interaksi sosial dalam lingkungan belajar (Halamury, 2022). Penelitian ini menunjukkan bahwa stimulasi yang diberikan melalui media edukatif dan interaksi langsung dapat menunjang kemampuan berpikir anak, terutama dalam pengembangan bahasa, memori, dan kreativitas. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip pendidikan usia dini yang menempatkan pengalaman bermain sebagai media utama untuk mengasah kemampuan kognitif anak. Melalui kegiatan bermain, anak tidak hanya belajar mengenal konsep-konsep dasar, tetapi juga mengembangkan kemampuan berpikir kritis, memecahkan masalah, serta berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Namun demikian, untuk mencapai perkembangan kognitif yang optimal, proses stimulasi tidak dapat dilakukan secara sembarangan. Setiap bentuk rangsangan yang diberikan kepada anak harus memperhatikan tahap perkembangan serta kebutuhan individualnya agar tidak menimbulkan dampak negatif. Perkembangan kognitif anak membutuhkan rangsangan yang terstruktur dan seimbang antara stimulasi sosial, fisik, dan intelektual (Halamury, 2022; Syafnita et al., 2023). Dalam hal ini, peran lingkungan keluarga dan pendidikan sangat penting dalam menciptakan keseimbangan antara aktivitas bermain, belajar, dan interaksi sosial. Namun, dalam konteks era digital saat ini, kehadiran gadget

telah menjadi fenomena yang tidak bisa diabaikan. Gadget menawarkan berbagai konten yang berpotensi mendukung pengembangan kognitif melalui media pembelajaran digital interaktif (Azizah & Salehudin, 2023; Situmorang, 2023). Tetapi, di sisi lain, risiko penggunaan gadget yang berlebihan tanpa pengawasan dapat menyebabkan gangguan konsentrasi, keterbatasan dalam interaksi sosial yang sangat penting untuk perkembangan komunikasi dan bahasa, serta potensi kecanduan yang dapat berdampak negatif pada aspek kognitif dan emosional anak (Assyifa et al., 2025; Putri, 2024). Kondisi ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget perlu mendapat perhatian serius dari orang tua dan pendidik agar manfaatnya dapat dimaksimalkan tanpa mengabaikan dampak negatif yang mungkin timbul.

Meskipun demikian, tidak dapat dipungkiri bahwa di balik potensi risikonya, gadget juga memiliki sisi positif yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung proses belajar anak, dalam konteks positif. Secara positif, gadget memiliki sejumlah kelebihan yang dapat menunjang perkembangan kognitif anak usia dini. Melalui konten edukatif seperti permainan interaktif, video pembelajaran, atau aplikasi membaca, anak dapat belajar mengenal angka, huruf, warna, dan bentuk dengan cara yang menyenangkan. Selain itu, beberapa aplikasi juga dirancang untuk melatih kemampuan berpikir logis, memori, serta keterampilan pemecahan masalah. Penggunaan gadget yang terarah dan diawasi orang tua dapat menjadi alat bantu belajar yang efektif serta menumbuhkan minat anak terhadap pengetahuan baru. Menurut Pawitri et al (2025), media digital yang digunakan secara tepat dapat merangsang daya ingat, imajinasi, serta kemampuan berpikir analitis anak. Namun demikian, penggunaan gadget secara berlebihan dan tanpa pengawasan dapat membawa dampak negatif bagi perkembangan kognitif anak. Salah satu dampak yang paling sering ditemukan adalah menurunnya fokus anak dalam kegiatan pembelajaran. Anak cenderung mudah teralihkan perhatiannya karena terbiasa dengan rangsangan visual dan audio yang cepat dari layar gadget. Kondisi ini membuat anak sulit mempertahankan konsentrasi dalam aktivitas belajar yang memerlukan perhatian penuh, seperti mendengarkan penjelasan guru atau menyelesaikan tugas sederhana.

Penelitian Dwi Febriati & Fauziah (2019). menemukan bahwa pada usia 5 tahun, sekitar 95% anak prasekolah sudah melebihi rekomendasi harian penggunaan e-media lebih dari 1 jam sehari. Rata-rata waktu penggunaan e-media pada usia tersebut adalah 114 menit/hari. Hal ini juga di perkuat dengan peneliti (Manfaatin & Aulia, 2024) Anak usia 5-6 tahun 47,01% mengakses internet 56,90% menggunakan telepon seluler (*gadget*). dan Survei literatur di Indonesia juga menyebut bahwa penggunaan gadget pada anak telah mencapai 98%, dan sekitar 41% anak menggunakan gadget dalam rentang waktu 1 jam sehari (meskipun ini tergantung kategori usia dan konteks).

Melihat tingginya angka penggunaan gadget tersebut, diperlukan peran aktif dari lingkungan terdekat anak untuk memastikan penggunaannya tetap positif dan terarah. Orang tua dan guru memiliki peran penting dalam mengatur durasi, memilih konten yang sesuai usia, serta mengimbangi penggunaan gadget dengan kegiatan nyata yang melibatkan eksplorasi, permainan langsung, dan interaksi sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh gadget terhadap perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun, dengan meninjau dampak positif maupun negatifnya, sehingga dapat menjadi dasar bagi upaya pengelolaan penggunaan gadget secara sehat di lingkungan pendidikan anak usia dini. Hasil

penelitian ini bermanfaat bagi guru untuk merancang strategi pembelajaran yang lebih tepat dalam memanfaatkan teknologi secara edukatif, bagi orang tua sebagai pedoman dalam mengatur penggunaan gadget di rumah, serta bagi lembaga PAUD dan pembuat kebijakan sebagai acuan dalam menyusun regulasi dan program literasi digital yang aman bagi perkembangan anak. Selain itu, penelitian ini juga memberikan kontribusi bagi peneliti lain sebagai rujukan ilmiah untuk pengembangan studi terkait perkembangan kognitif dan penggunaan media digital pada anak usia dini.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penggunaan gadget sebagai variabel bebas dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun sebagai variabel terikat. Desain korelasional dipilih karena memungkinkan peneliti untuk menganalisis hubungan antara dua variabel tanpa memberikan perlakuan langsung terhadap subjek penelitian.

Subjek dalam penelitian ini adalah anak usia 5–6 tahun yang terdaftar di TK As Sabil Khoir. Populasi penelitian terdiri atas 35 anak, dengan rincian 8 anak laki-laki dan 11 anak perempuan di kelas B, serta 6 anak laki-laki dan 10 anak perempuan di kelas A. Dari jumlah tersebut, sebanyak 19 anak kelas B dijadikan sebagai sampel penelitian. Pemilihan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling, karena anak pada kelas B dianggap memiliki tingkat kematangan kognitif yang lebih sesuai dengan fokus penelitian. Data penelitian dikumpulkan melalui tiga teknik, yaitu observasi, angket, dan dokumentasi. Observasi dilakukan secara langsung untuk mengamati perilaku anak dalam aktivitas belajar dan bermain yang melibatkan gadget. Angket atau kuesioner diberikan kepada orang tua dan guru untuk memperoleh informasi mengenai durasi, frekuensi, serta tujuan penggunaan gadget oleh anak, sekaligus untuk menilai tingkat perkembangan kognitif anak. Sementara itu, teknik dokumentasi digunakan untuk melengkapi data, seperti daftar nama anak, usia, serta catatan perkembangan dari pihak sekolah.

Data yang terkumpul kemudian diolah dan dianalisis menggunakan statistik inferensial dengan bantuan program SPSS. Analisis dilakukan melalui uji korelasi dan regresi linear sederhana guna mengetahui arah dan kekuatan hubungan antara penggunaan gadget dengan perkembangan kognitif anak. Hasil analisis selanjutnya diinterpretasikan berdasarkan nilai koefisien korelasi (r), signifikansi (Sig.), dan koefisien determinasi (R^2) untuk melihat seberapa besar kontribusi penggunaan gadget terhadap perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 tahun

Pada analisis regresi linier sederhana didapat hasil a yang merupakan angka konstan dari *unstandardized coefficients*. Dalam kasus ini nilainya sebesar 32.180. Angka ini merupakan angka konstan yang mempunyai arti bahwa jika tidak ada penggunaan Gadget maka nilai Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 tahun adalah sebesar 32.180. Selanjutnya

b merupakan angka koefisien regresi. Nilainya sebesar -0.257. Angka ini mengandung arti bahwa setiap penambahan 1% tingkat penggunaan Gadget maka nilai Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 tahun akan meningkat sebesar -0.257. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa penggunaan Gadget berpengaruh negative terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 tahun Sehingga persamaan regresinya adalah $Y = 32,180 + (-0,257)X$. Hasil uji regresi linear sederhana memperkuat temuan tersebut Pada uji regresi linear sederhana, didapat nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 lebih kecil dari < probabilitas 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti bahwa “Ada pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 tahun.

Tabel 1. Uji Regresi Linear Sederhana pada tabel *Coefficient*

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	32,180	5,071		6,346	,000
Gadget	-,257	,166	-,351	-1,545	,141

a. Dependent Variable: P.Kognitif

Uji Regresi Linear Sederhana pada Tabel Coefficients menampilkan hasil analisis hubungan antara variabel independen, yaitu penggunaan gadget, dengan variabel dependen, yaitu perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun. Tabel ini berfungsi untuk menunjukkan nilai konstanta (*intercept*), koefisien regresi, serta tingkat signifikansi (Sig.) yang menjelaskan arah dan kekuatan pengaruh antarvariabel.

Berdasarkan hasil analisis regresi yang telah dilakukan, diperoleh informasi mengenai nilai konstanta dan koefisien regresi yang menggambarkan hubungan antara variabel penggunaan gadget dan perkembangan kognitif anak. Maka didapatkan hasil yang merupakan angka konstan dari unstandardized coefficients. Dalam kasus ini nilainya sebesar 32.180. Angka ini merupakan angka konstan yang mempunyai arti bahwa jika tidak ada penggunaan Gadget maka nilai konsisten Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 tahun (Y) adalah sebesar 32.180. Selanjutnya b merupakan angka koefisien regresi. Nilainya sebesar -0.257. Angka ini mengandung arti bahwa setiap penambahan 1% tingkat penggunaan Gadget maka konsisten Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 tahun akan meningkat sebesar -0.257. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa penggunaan Gadget berpengaruh negative terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 tahun (Y) Berdasarkan hasil perhitungan pada tabel1 diketahui nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000 lebih kecil dari < probabilitas 0,05, sehingga dapat dikatakan terdapat pengaruh gadget terhadap perkembangan kognitif anak.

Seberapa besar Pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 tahun

Tabel 2. Hasil uji regresi Linear Sederhana

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,651 ^a	,423	,372	1,794
a. Predictors: (Constant), Gadget				

Berdasarkan Hasil Uji Regresi Linear Sederhana yang memuat nilai hubungan antara variabel penggunaan gadget dan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun. Tabel ini berfungsi untuk menjelaskan seberapa besar kontribusi variabel independen (penggunaan gadget) dalam memprediksi variabel dependen (perkembangan kognitif anak). diketahui nilai RSquare sebesar 0.423. Nilai ini mengandung arti bahwa Pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 tahun adalah sebesar 42.3 % sedangkan 57,7% perkembangan kognitif anak usia 5-6 tahun dipengaruhi oleh variabel yang lain yang tidak diteliti. Berdasarkan Interpretasi Koefisiensi Determinasi (R²) diketahui bahwa nilai 42,3% masuk ke tingkat pengaruh yang Lemah. Maka dapat disimpulkan besaran Pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 tahun memiliki pengaruh yang lemah.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian mengenai Pengaruh Gadget terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia 5–6 Tahun menunjukkan bahwa penggunaan gadget memiliki pengaruh negatif terhadap perkembangan kognitif anak, meskipun dengan tingkat pengaruh yang tergolong lemah. Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana diperoleh nilai konstanta (a) sebesar 32,180 dan koefisien regresi (b) sebesar -0,257, dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, yang berarti terdapat hubungan antara penggunaan gadget dengan perkembangan kognitif anak. Persamaan regresi yang terbentuk yaitu $Y = 32,180 + (-0,257)X$, menunjukkan bahwa setiap peningkatan penggunaan gadget sebesar 1% akan menurunkan skor perkembangan kognitif sebesar 0,257 poin. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh yang menemukan bahwa durasi penggunaan gadget yang berlebihan berdampak negatif terhadap kemampuan fokus dan pemrosesan informasi anak usia dini. Penelitian Pranawati & Aliyatul Maimunah (2025) juga memperkuat temuan ini dengan menunjukkan bahwa penggunaan perangkat digital tanpa pendampingan orang tua cenderung menghambat perkembangan kemampuan berpikir analitis dan konsentrasi. Secara teoritis, temuan ini konsisten dengan pandangan Jean Piaget, yang menyatakan bahwa perkembangan kognitif anak pada usia prasekolah berada pada tahap praoperasional, di mana mereka belajar melalui interaksi langsung dengan lingkungan konkret. Ketika waktu anak lebih banyak dihabiskan di depan layar, kesempatan untuk melakukan eksplorasi fisik dan sosial menjadi berkurang, sehingga proses pembentukan skema kognitif berjalan lebih lambat. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa penggunaan gadget tanpa kontrol dan pendampingan dapat berpengaruh negatif terhadap perkembangan kognitif,

walaupun tingkat pengaruhnya tidak terlalu kuat karena faktor lingkungan lain juga turut berperan.

Namun demikian, nilai R Square sebesar 0,423 mengindikasikan bahwa hanya 42,3% perkembangan kognitif anak yang dipengaruhi oleh penggunaan gadget, sedangkan 57,7% lainnya dipengaruhi oleh faktor lain seperti stimulasi lingkungan, interaksi sosial, metode pembelajaran di sekolah, maupun pola asuh di rumah. Nilai ini menandakan bahwa pengaruh gadget terhadap perkembangan kognitif tergolong lemah, dan efeknya tidak berdiri sendiri, melainkan bergantung pada faktor-faktor pendukung lainnya. Dari hasil yang lemah ini peneliti menganalisis bahwa Frekuensi penggunaan gadget berperan penting terhadap efek yang ditimbulkan. Anak usia 5–6 tahun yang menggunakan gadget dengan durasi lama cenderung mengalami penurunan kemampuan fokus, atensi, dan memori jangka pendek. Hal ini sejalan dengan pendapat Zivan et al. (2019) yang menyatakan dalam penelitian terhadap anak prasekolah menunjukkan bahwa paparan layar dalam jangka pendek menurunkan kemampuan *visual-attention* pada anak.

Meskipun demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh penggunaan gadget terhadap perkembangan kognitif tergolong lemah, Hasil penelitian ini menunjukkan pengaruh yang lemah, karena diduga banyak anak yang masih menggunakan gadget dalam durasi terbatas, misalnya hanya 1–2 jam per hari untuk hiburan atau belajar. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Sary & Lestari (2024) yang menyatakan bahwa penggunaan gadget dalam durasi wajar tidak selalu menurunkan fungsi kognitif, karena anak masih mendapatkan stimulasi kognitif dari aktivitas lain seperti bermain, menggambar, dan berinteraksi langsung. Dengan kata lain, dampak penggunaan gadget sangat bergantung pada konteks, durasi, serta kualitas aktivitas pendamping yang dilakukan anak di luar layar (Qu et al., 2025).

Selain itu, anak yang terlalu sering menggunakan gadget juga menunjukkan kelemahan dalam memahami instruksi verbal (Narti, 2023). Hal ini disebabkan karena interaksi anak dengan lingkungan nyata berkurang, sehingga kemampuan mendengarkan, menafsirkan bahasa, dan merespons secara tepat menjadi lebih lambat. Anak lebih terbiasa dengan instruksi visual dari layar dibandingkan komunikasi langsung dengan orang lain. Akibatnya, proses perkembangan bahasa dan pemahaman kognitif tidak berkembang secara optimal.

Dampak lain yang cukup mencolok adalah munculnya sikap individual pada anak. Studi di TK Kelurahan Sukaramai, Pekanbaru, terhadap anak usia 5-6 tahun (jumlah sampel 70 anak) menunjukkan bahwa 48,57% anak memiliki *screen time* dengan durasi tinggi, 20% dengan durasi sedang, dan 31,43% dengan durasi rendah. Penelitian ini juga menemukan hubungan signifikan antara *screen time* dengan kemampuan sosial anak (Oktavia et al., 2022).

Anak yang terbiasa bermain dengan gadget cenderung menikmati aktivitas sendiri dan kurang tertarik untuk berinteraksi dengan teman sebaya. Hal ini berpengaruh terhadap kemampuan anak dalam bekerja sama, berbagi, dan berkomunikasi. Lingkungan sosial yang terbatas dapat menghambat proses berpikir sosial serta empati anak terhadap orang lain. Dengan demikian, meskipun gadget memiliki potensi besar dalam mendukung pembelajaran anak, penggunaannya tetap perlu diarahkan secara bijak dan proporsional.

Hal ini menunjukkan bahwa tidak hanya lamanya waktu penggunaan yang berpengaruh, tetapi juga bagaimana dan untuk apa gadget tersebut digunakan oleh anak. Sejalan dengan itu, faktor tujuan penggunaan gadget juga memiliki peranan yang sangat penting dalam menentukan manfaat maupun dampaknya terhadap perkembangan anak. Tujuan penggunaan gadget juga menjadi faktor penting. Banyak orang tua yang memberikan gadget dengan tujuan menenangkan anak atau mengalihkan perhatian, bukan sebagai sarana edukatif. Tujuan yang kurang terarah ini menyebabkan gadget tidak memberikan manfaat optimal terhadap perkembangan kognitif. Menurut Aulia Septyani et al (2021) gadget dapat memiliki manfaat positif apabila digunakan untuk kegiatan pembelajaran yang sesuai usia dan dengan pendampingan orang tua. Namun, tanpa pendampingan dan pemilihan konten yang tepat, gadget lebih cenderung menjadi alat hiburan pasif yang justru menurunkan kemampuan berpikir analitis dan fokus anak. Kondisi ini dapat menjelaskan mengapa pengaruh gadget terhadap perkembangan kognitif pada penelitian ini tergolong lemah, karena sebagian besar penggunaan masih bersifat rekreatif, bukan edukatif. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Pranawati & Aliyatul Maimunah, (2025) yang menunjukkan bahwa peran literasi digital orang tua berpengaruh signifikan terhadap pola penggunaan gadget anak usia dini. Anak-anak yang mendapatkan pendampingan aktif menunjukkan perkembangan kognitif dan sosial-emosional yang lebih baik dibandingkan mereka yang menggunakan gadget secara bebas tanpa pengawasan.

Faktor lain yang tidak kalah penting adalah tingkat kesiapan dan kemampuan orang tua serta anak dalam memanfaatkan teknologi. Tingkat kesiapan dan kemampuan orang tua serta anak dalam memanfaatkan teknologi turut memengaruhi hasil penelitian. Tidak semua orang tua memiliki literasi digital yang baik untuk memilih aplikasi, durasi, dan konten sesuai dengan kebutuhan anak. Akibatnya, penggunaan gadget tidak terarah dan justru menghambat stimulasi kognitif anak. Hasil ini sejalan dengan pendapat Zahara et al (2021) yang menyatakan bahwa peran orang tua dalam mendampingi anak menggunakan teknologi sangat menentukan manfaat yang diperoleh. Ketika orang tua memiliki kesiapan dan kemampuan yang baik dalam teknologi, maka gadget dapat menjadi alat bantu belajar yang efektif. Sebaliknya, apabila orang tua kurang memiliki literasi digital dan tidak melakukan pendampingan yang memadai, penggunaan gadget cenderung berubah menjadi aktivitas pasif yang hanya memberikan hiburan tanpa nilai edukatif. Hal ini sejalan dengan temuan Güven et al (2025) yang menyatakan bahwa penggunaan teknologi secara terarah dapat meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah anak, sementara penggunaan tanpa pengawasan justru menurunkan konsentrasi serta motivasi belajar.

Manajemen waktu dalam penggunaan gadget juga menjadi penentu apakah gadget akan memberikan pengaruh positif atau negatif terhadap perkembangan anak. Anak usia dini sebaiknya hanya menggunakan gadget maksimal 1 jam per hari dengan pendampingan orang tua (WHO, 2020). Ketika penggunaan gadget dikelola dengan baik dan tetap memberikan ruang bagi anak untuk bermain fisik, berinteraksi sosial, dan melakukan eksplorasi lingkungan, maka perkembangan kognitif tetap dapat berkembang optimal. Hal ini menunjukkan bahwa keseimbangan antara penggunaan teknologi dan aktivitas nyata menjadi kunci penting dalam mendukung tumbuh kembang anak secara menyeluruh.

Sejalan dengan temuan tersebut, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lemahnya pengaruh gadget terhadap perkembangan kognitif kemungkinan disebabkan oleh adanya

pengaturan waktu yang cukup baik pada sebagian besar responden. Dalam penelitian ini, lemahnya pengaruh gadget terhadap kognitif kemungkinan disebabkan oleh adanya pengaturan waktu yang masih cukup baik di sebagian besar responden. Hal ini membuat dampak negatif gadget terhadap perkembangan kognitif tidak terlalu kuat. Penelitian Agung et al (2012) juga menemukan bahwa anak-anak yang memiliki waktu penggunaan gadget terkontrol (di bawah 2 jam per hari) tidak menunjukkan penurunan signifikan pada kemampuan berpikir logis dan memori jangka pendek. Hasil penelitian ini juga mengonfirmasi temuan Mohammed (2025) yang menyatakan bahwa pengaruh gadget terhadap perkembangan anak bersifat relatif, tergantung pada bagaimana gadget digunakan, durasi, dan pengawasan dari orang tua. Oleh karena itu, hasil pengaruh yang lemah dalam penelitian ini mencerminkan bahwa penggunaan gadget belum sepenuhnya memberikan dampak negatif, karena masih terdapat kontrol penggunaan dan variasi aktivitas yang dilakukan anak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan gadget berpengaruh negatif terhadap perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun, meskipun pengaruhnya tergolong lemah. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa peningkatan penggunaan gadget berdampak pada penurunan kemampuan berpikir, fokus, dan pemahaman verbal anak, dengan nilai koefisien $-0,257$ dan signifikansi $0,000$, serta kontribusi pengaruh sebesar $42,3\%$. Hal ini menunjukkan bahwa perkembangan kognitif anak tidak hanya dipengaruhi oleh intensitas penggunaan gadget, tetapi juga oleh faktor lain seperti lingkungan keluarga, pola asuh, kegiatan bermain, dan proses pembelajaran di sekolah. Pengaruh yang lemah ini disebabkan oleh durasi penggunaan gadget yang masih wajar, variasi aktivitas edukatif, serta manajemen waktu yang baik di bawah pengawasan orang tua yang turut menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dan interaksi langsung.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar orang tua dapat meningkatkan pengawasan dan pendampingan terhadap penggunaan gadget oleh anak. Pengawasan ini tidak hanya mencakup pembatasan durasi penggunaan, tetapi juga memastikan bahwa konten yang diakses bersifat edukatif, interaktif, serta sesuai dengan usia dan kebutuhan perkembangan anak. Orang tua diharapkan mampu menyeimbangkan waktu anak antara aktivitas digital dengan kegiatan bermain aktif, komunikasi langsung, serta eksplorasi lingkungan sekitar, agar perkembangan kognitif anak tetap optimal dan tidak terganggu oleh paparan teknologi yang berlebihan.

Bagi pendidik di lembaga PAUD atau taman kanak-kanak, penting untuk mengintegrasikan pembelajaran berbasis teknologi secara terarah dan proporsional. Penggunaan media digital hendaknya dilakukan sebagai alat bantu pembelajaran, bukan sebagai sarana utama. Guru perlu tetap menekankan pada metode belajar aktif, bermain kreatif, dan pengalaman langsung yang dapat menstimulasi kemampuan berpikir, bahasa, serta pemecahan masalah anak secara alami.

Penelitian selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan

memperluas variabel dan cakupan kajian. Penelitian berikutnya dapat menelusuri lebih dalam mengenai jenis konten yang dikonsumsi anak, pola asuh digital yang diterapkan oleh orang tua, serta pengaruh lingkungan sosial terhadap perkembangan kognitif. Penelitian longitudinal juga sangat diperlukan untuk memahami dampak jangka panjang penggunaan gadget terhadap perkembangan anak usia dini secara lebih komprehensif.

REFERENCE

- Agung, A., Antari, A. W., Ayu, G., Windiani, T., & Ismail, D. (2012). Paediatrica Indonesiana Television watching time and cognitive development in young children. *32□Paediatr Indones*, 52(1), 32–37.
- Assyifa, A., Syahputri, B., & Nadila, N. (2025). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penggunaan Gadget Pada Psikis Anak Usia Dini. *Journal of Sustainable Education*, 2(2), 223–233.
- Aulia Septyani, R., Lestari, P., & Suryawan, A. (2021). Penggunaan Gadget pada Anak: Hubungan Pengawasan dan Interaksi Orang Tua terhadap Perkembangan Bicara dan Bahasa Anak. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 6(3), 121–130. <https://doi.org/10.14421/jga.2021.63-02>
- Ayuningtyas, V., Mulyawan, G., & Syahidah, A. (2025). Persepsi Orang Tua dalam Pengenalan Numerasi Secara Digital dan Konvensional Pada Anak Usia Dini di Lingkungan Keluarga. *Jurnal Inovasi Dan Teknologi Pendidikan*, 3(3).
- Azizah, F., & Salehudin, M. (2023). Media game edukasi di gadget: studi literatur manfaat dan dampaknya terhadap perkembangan anak usia dini. *Journal of Instructional and Developmental Researches*, 3(6), 264–271.
- Dwi Febriati, L., & Fauziah, A. (2019). Intensitas Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Pra Sekolah. *Prosiding Seminar Nasional Multidisiplin Ilmu*, 1(2), 488–497. <http://prosiding.respati.ac.id/index.php/PSN/article/view/242>
- Erviana, Y., Kasanah, U., Sari, N., Munawir, A. N. E. R., Mahendra, Y., Munawaroh, S., Maulidia, L. N., Fajrinur, F., Mulyawan, G., & Mulyani, N. S. R. D. (2024). Perkembangan Anak Usia Dini: Kunci untuk Orang Tua dan Pendidik. *Penerbit Mifandi Mandiri Digital*, 1(01).
- Güven, A. G., Dönmez, Y. N., İncedere, F., & Taşar, M. A. (2025). Assessing the impact of parents' digital and health literacy on children's participation in sport. *Health Promotion International*, 40(2). <https://doi.org/10.1093/heapro/daaf038>
- Haeriyah, H., Laili, M. M., & Mulyawan, G. (n.d.). Meninjau Kemandirian Anak Usia Dini melalui Gaya Pengasuhan Demokratis di PAUD As-Sa'adah Kota Cilegon. *Asian Journal of Early Childhood and Elementary Education*, 2(5).
- Halamury, M. F. (2022). *Buku ajar teori belajar dalam pembelajaran PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini)* (Vol. 1). Academia Publication.
- Hidayat, A., & Maesyaroh, S. S. (2020). Penggunaan gadget pada anak usia dini. *JURNAL SYNTAX IMPERATIF: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 1(5), 356–368.
- Hijriyani, Y. S., & Astuti, R. (2020). Penggunaan gadget oleh anak usia dini pada era revolusi industri 4.0. *Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*, 8(1), 16–28.
- Manfaatini, E., & Aulia, M. (2024). Pengaruh Screen Time terhadap Perkembangan Anak Usia Dini. *Al-Muhadzab: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 1(1), 18–31.
- Maulidiyah Junnatul Azizah Heru, & Jatimi, A. (2024). Peran Orangtua Terhadap Kecanduan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah. *Indonesian Health Science Journal*, 4(1), 9–14. <https://doi.org/10.52298/ihsj.v4i1.53>
- Mohammed, B. (2025). Parental Supervision and Its Impact on Children's Screen Time, Behavior, and Health Outcomes in Duhok City, Iraq: A Cross-Sectional Study. *Cureus*,

- 17(2), e79113. <https://doi.org/10.7759/cureus.79113>
- Mulyawan, G., Basrowi, B., Kurniawati, D. A., & Sari, M. (2024). Overview of Fine Motor Skills in Early Childhood. *ICoCSE Proceedings*, 1.
- Mulyawan, G., Kurniawati, D. A., & Sari, M. (2024). *Pengembangan Buku Bertekstur dalam Menstimulus Motorik Halus Anak*. 8(4), 749–756. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i4.6028>
- Narti, W. (2023). Upaya Orang Tua dalam Menangani Keterlambatan Bicara Pada Anak Bawah Dua Tahun. *ALAYYA: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 3(1), 71–86.
- Novitasari, W., & Khotimah, N. (2016). Dampak penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak usia 5-6 tahun. *Jurnal PAUD Teratai*, 5(3), 182–186.
- Nugroho, C., Sos, S., & Kom, M. I. (2020). *Cyber society: Teknologi, media baru, dan disrupsi informasi*. Prenada Media.
- Oktavia, T., Solfiah, Y., & N, Z. (2022). Hubungan Screen Time Dengan Kemampuan Sosial Anak 5-6 Tahundi TK Kelurahan Sukaramai Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4, 12472–12481.
- Pandia, W. S. S., Psikolog, D. A. H., & Psikolog, Y. W. (2022). *Menilik Lebih Dalam Pendidikan Anak Usia Dini: Peran Orang Tua, Guru, dan Institusi*. PT Kanisius.
- Pawitri, A., Mansoer, Z., & Mappapoleonro, A. M. (2025). Pemanfaatan Penggunaan Media Digital yang Aman dalam Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 8(1), 889–898.
- Pranawati, R., & Aliyatul Maimunah, M. (2025). *Children'S Digital Literacy: Parental Role in Protection Amid Pandemic and Digital Shift*. 55(1), 116–133.
- Putri, W. N. (2024). Menyelamatkan Masa Depan Anak Usia Dini Dari Jerat Kecanduan Gadget. *Inspirasi Edukatif: Jurnal Pembelajaran Aktif*, 5(4).
- Qu, F., He, S., Yu, F., & Gu, C. (2025). The impact of electronic device use on learning quality in young children: the mediating role of executive function and the moderating role of parental mediation. *Frontiers in Public Health*, 13, 1609878. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1609878>
- Sary, Y. N. E., & Lestari, D. A. (2024). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget Dengan Kemampuan Mengingat Pada Anak Usia Dini (4-6 Tahun) Di Tk Pgri Sempolan Kecamatan Silo Kabupaten Jember: Correlation between Duration of Gadget Use and Memory Ability in Early Childhood (4-6 years) in PGRI Sempolan. *ASSYIFA: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(1), 101–116.
- Situmorang, D. Y. (2023). Penggunaan Media Sosial Sebagai Alat Bantu Pembelajaran Dan Pengaruhnya Terhadap Interaksi Siswa. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 2(2), 110–119.
- Syafnita, T., Muhamad, A., Mukhlisin, M., Wenselinus Nong, K., Hermania, B., Afrida Sriyani, H., Ninis, I., Julia Eva, P., Indra, Y., & Amaliyah Amany, D. (2023). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*.
- Zahara, S., Mulyana, N., & Darwis, R. S. (2021). Peran orang tua dalam mendampingi anak menggunakan media sosial di tengah pandemi covid-19. *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik*, 3(1), 105–114.
- Zivan, M., Bar, S., Jing, X., Hutton, J., Farah, R., & Horowitz-Kraus, T. (2019). Screen-exposure and altered brain activation related to attention in preschool children: An EEG study. *Trends in Neuroscience and Education*, 17, 100117. <https://doi.org/10.1016/j.tine.2019.100117>