

## **DAMPAK PENGGUNAAN GADGET TERHADAP TUMBUH KEMBANG ANAK USIA BALITA: LITERATUR REVIEW**

Anggi Indah Nurmayanti<sup>1</sup>, Riyan Dwi Prasetyawan<sup>2</sup>, Sholihin<sup>3</sup>, Ulul Azmi Iswahyudi<sup>4</sup>, Y. Waliyyun Arifuddin<sup>5</sup>

<sup>1,2</sup> Program Studi Profesi Ners, STIKES Banyuwangi, Banyuwangi

<sup>3,4,5</sup> Program Studi S1 Keperawatan, STIKES Banyuwangi, Banyuwangi

**\*Correspondence:** Riyan Dwi Prasetyawan

Email: [riyandwiprasetyawan@gmail.com](mailto:riyandwiprasetyawan@gmail.com)

### **ABSTRAK**

**Pendahuluan:** Era globalisasi membuat gadget menjadi salah satu jenis teknologi yang cukup familiar penggunaannya tidak hanya pada orang dewasa namun juga pada anak usia balita. Sebuah penelitian menunjukkan bahwa 95,8 persen anak di bawah usia dua tahun mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang melambat akibat menghabiskan waktu berlebihan bermain gadget. Tujuan dari literature review ini adalah untuk mengetahui dampak penggunaan gadget terhadap tumbuh kembang anak usia balita.

**Metode:** Desain penelitian yang digunakan adalah studi literature review. Kriteria artikel yang digunakan dalam studi literature review ini diantaranya artikel dengan tema pengaruh penggunaan gadget terhadap tumbuh kembang anak usia balita, rentang waktu terbit 5 tahun terakhir, *original research*, dan *full text*. Strategi pencarian artikel dilakukan melalui database Proquest, research gate, dan willey online library dengan menggunakan kata kunci effect and gadget and toddler and growing development atau dampak dan gadget dan balita and tumbuh kembang.

**Hasil:** Hasil review melibatkan 9 artikel yang melewati proses seleksi ketat. Hasil review menunjukkan bahwa penggunaan gadget pada anak usia balita memiliki dampak positif dan negatif terhadap tumbuh kembang anak usia balita, dibuktikan dengan adanya 1 artikel yang menyatakan bahwa *gadget* juga memiliki dampak positif terhadap tumbuh kembang yaitu memudahkan dalam mengumpulkan kosa kata baru baik dalam bahasa indonesia maupun dalam bahasa asing, sedangkan 8 artikel menyatakan bahwa *gadget* ketika sudah menyebabkan kecanduan pada balita akan berdampak negatif terhadap tumbuh kembang berupa gangguan pada perkembangan bahasa, perkembangan sosial emosional, perkembangan motorik, dan perkembangan kognitif.

**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 balita maka harus memperhatikan durasi penggunaan serta konten yang diberikan sesuai dengan usia anak dan bersifat edukatif.

**Kata kunci :** Dampak Gadget; Balita; Tumbuh Kembang

### **ABSTRACT**

**Introduction:** The era of globalization has made gadgets a type of technology that is quite familiar, not only for adults but also for toddlers. A study shows that 95.8 percent of children under the age of two experience slowed growth and development due to spending excessive time playing with gadgets. This literature review aims to determine the impact of gadget use on the growth and development of children under five.

**Method:** Method: The research design used in this study is a literature review. The criteria

for articles included in this literature review are as follows: articles focusing on the impact of gadget usage on the growth and development of toddlers, published within the last five years, original research, and full-text availability. The article search strategy was conducted through databases such as Proquest, Research Gate, and Wiley Online Library using keywords like "effect and gadget and toddler and growing development" or "dampak dan gadget dan balita and tumbuh kembang."

**Results:** The review involved 9 articles that underwent a rigorous selection process. The review results indicate that gadget usage in toddlers has both positive and negative impacts on their growth and development. This is evidenced by one article that states gadgets have a positive effect on development by facilitating the acquisition of new vocabulary, both in Indonesian and foreign languages. However, 8 articles report that when gadget use leads to addiction in toddlers, it negatively impacts their growth and development, resulting in issues such as language development delays, social-emotional development problems, motor development challenges, and cognitive development impairments.

**Conclusion:** Parents are encouraged to take a prudent approach in utilizing technological advancements, particularly when deciding whether to introduce gadgets to their children. If parents or caregivers find it necessary to provide gadgets to toddlers, they should carefully monitor the duration of use and ensure that the content provided is age-appropriate and educational.

**Keywords:** Gadget effect; Toddler; Growth and development

## PENDAHULUAN

Di era globalisasi ini gadget merupakan salah satu jenis teknologi yang cukup familiar penggunaannya tidak hanya pada orang dewasa namun juga pada anak usia balita. Berbagai macam fitur menarik dari gadget tentu membuat anak akan lebih tertarik untuk menggunakannya. Namun fenomena kecanduan gadget saat ini sedang menarik perhatian di seluruh dunia. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) baru-baru ini mengumumkan international classification of disease (ICD) edisi ke-11, yang menyatakan bahwa kecanduan game di gadget adalah penyakit mental yang diklasifikasikan sebagai gaming disorder (Darvesh et al., 2020).

Menurut Korea Herald, sebuah penelitian yang dipimpin oleh Kim Sung-koo, seorang profesor di Departemen Pediatri dan Remaja di Universitas Hallym, menunjukkan bahwa 95,8 persen anak di bawah usia dua tahun mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang melambat akibat menghabiskan waktu berlebihan bermain *gadget* (Putri, 2023). Adapun data dari Badan Pusat Statistik (BPS), 67,88% penduduk Indonesia sudah memiliki ponsel atau *handphone* pada 2022. Persentase tersebut meningkat dibanding 2021 yang masih 65,87%, sekaligus menjadi rekor tertinggi dalam satu dekade terakhir. Jika dilihat dari sebarannya, proporsi kepemilikan *handphone* tertinggi berada di Provinsi Kalimantan Timur, sedangkan yang terendah di Provinsi Papua (Statistik et al., 2022). Sementara itu dari laporan Badan Pusat Statistik (BPS), di tahun 2022 anak usia dini 0-6 tahun yang sudah menggunakan ponsel sebanyak 33,44%. Persentase anak usia dini di Indonesia yang mampu mengakses internet sebanyak 24,96% (Ayu rizaty, 2023).

Pada usia balita anak dalam tahapan periode emas (*golden age*) yang merupakan tahapan pertumbuhan dan perkembangan yang sangat penting untuk diperhatikan, karena usia tersebut berada pada perkembangan terbaik untuk fisik dan otak anak. Masa ini merupakan masa yang menjadi basis, landasan, dan fondasi berbagai aspek perkembangan usia pada masa-masa awal hidupnya di dunia (Setiowati P, 2020). Ketika pada usia ini anak dibiarkan terpapar dengan *gadget* berlebihan tentu akan membawa pengaruh buruk bagi pertumbuhan dan perkembangannya.

Penggunaan *gadget* pada usia dini membuat anak kurang beraktivitas di luar ruangan yang dapat mengurangi kesempatan anak untuk belajar bersosialisasi. Seperti yang dijelaskan dalam tinjauan literatur, anak-anak ini mengalami obesitas dan gangguan tidur, serta menunjukkan perilaku agresif dan kemampuan sosialisasi yang buruk karena minimnya aktivitas fisik (Mustafaoğlu, 2018). Selain itu, kajian literatur oleh Limone & Toto (2021) menjelaskan bahwa penggunaan *gadget* selama pandemi dapat menyebabkan gangguan mental yang serius seperti depresi, kecemasan, *sleep irritability*, dan gangguan kognitif. Begitu pula pada penelitian yang dilakukan terhadap anak balita menunjukkan bahwa paparan layar yang berlebihan mempengaruhi keadaan emosi, aktivitas tidur, dan perilaku anak, yang pada gilirannya mengganggu pertumbuhan dan perkembangan kognitif anak (Kaur et al., 2019).

Penggunaan *gadget* pada balita memiliki dampak negatif diantaranya adalah bahaya sinar radiasi. Kerusakan yang ditimbulkan dari paparan layar *gadget* antara lain dapat merusak otak anak, sehingga mempengaruhi perkembangan otak anak. Selain itu, anak-anak mengalami kurang tidur dan konsentrasi yang buruk. Anak-anak juga cenderung tidur di siang hari dan bangun di malam hari. Setiap 15 menit penggunaan *gadget*, seorang anak kehilangan sekitar 60 menit waktu tidurnya. Efek mengkhawatirkan lainnya adalah terjadinya keterlambatan perkembangan bahasa pada anak, perkembangan fisik anak dengan masalah seperti penurunan atau bahkan kenaikan berat badan yang cepat, sakit kepala, kekurangan gizi, insomnia, gangguan penglihatan dan masalah perkembangan anak seperti kecemasan, kesepian, rasa bersalah, isolasi diri dan perubahan suasana hati yang dramatis (Pongrekun D, 2020).

Untuk menghindari balita kecanduan *gadget*, kemenkes memberikan arahan kepada para ibu muda agar tidak kerap memberikan ponsel/gawai pada anak. Seorang ibu harus bersedia untuk repot mengurus anak dan mendampingi anak dalam beraktivitas. Serta membiasakan disiplin kepada diri sendiri dalam bermain gadget terutama saat di depan anak (Halidi & Varwati, 2022).

Penelitian ini diperlukan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak *gadget* pada anak usia balita dan menjadi dasar bagi orang tua, pendidik, serta pembuat kebijakan dalam mengambil langkah yang tepat untuk mengatur penggunaan *gadget* pada anak balita, sehingga dapat meminimalkan dampak negatifnya dan mendukung tumbuh kembang yang optimal.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian literature review, Framework yang digunakan adalah PICOC tentang Pengaruh penggunaan gadget terhadap tumbuh kembang anak usia balita. PICOC merupakan akronim dari: P (Patient, Population, Problem), I (Intervention, prognostic factor, exposure), C (comparison, control), O (outcome), C (contex). Pencarian artikel menggunakan database Proquest, Research Gate, dan Willey Online Library dengan kata kunci *effect and gadget and toddler and growing development* atau dampak dan gadget dan balita and tumbuh kembang. Artikel yang sudah didapatkan dari hasil pencarian kemudian dilakukan quality assessment menggunakan PRISMA. Kriteria artikel yang digunakan dalam studi literature review ini diantaranya artikel dengan tema pengaruh penggunaan gadget terhadap tumbuh kembang anak usia balita, rentang waktu terbit 5 tahun terakhir, *original research*, dan *full text*.

## **HASIL**

Hasil dari pencarian didapatkan 292 artikel penelitian dengan rincian meliputi 106 artikel dari database Proquest, 97 artikel dari database Research gate dan 89 artikel dari willey online library. Kemudian dilanjutkan dengan melakukan skrining melalui judul, abstrak,

dan tahun publikasi didapatkan 143 artikel penelitian. Selanjutnya artikel yang tersisa di skrining kembali berdasarkan kriteria inklusi yang telah ditentukan, didapatkan sebanyak 57 artikel kemudian dilakukan studi kelayakan hingga menyisakan 9 artikel penelitian. Selanjutnya artikel yang telah didapat dalam bentuk full text pdf diunduh dan disimpan kemudian dilakukan analisis secara menyeluruh.

**Tabel 1. Hasil sintesis artikel**

No	Judul (Peneliti, Tahun)	Sumber artikel	Desain, Sample dan Teknik Sampling	Hasil
1	<i>the impacts of gadget and internet on the implementation of character education on early childhood</i> (Mata & Aceh, 2018)	International conference on early childhood education	<b>Desain:</b> <i>deskriptif kualitatif</i> <b>Sample:</b> 10 ibu-ibu yang mempunyai anak balita <b>Sampling:</b> <i>random sampling</i>	6 responden (60%) memberikan gadget pada anak mereka dengan lama penggunaan lebih dari 1 jam sehari untuk menonton video edukasi dari youtube. Anak-anak cenderung mudah mengumpulkan kosa kata baru sambil mendengarkan lagu baik dalam bahasa Inggris maupun bahasa Indonesia. 7 responden (70%) mengaku anak-anak mereka mempunyai peningkatan menguasai bahasa Inggris secara signifikan.
2.	<i>The effect of gadget on speech development of toddlers</i> (Ilza & Karnila, 2019)	Journal of Physics Conference Series	<b>Desain:</b> desain penelitian kualitatif dengan pendekatan <i>fenomenologis</i> <b>Sample:</b> 10 orang tua dari balita yang sedang menjalani terapi karena keterlambatan bicara <b>Sampling:</b> <i>total sampling</i>	Anak yang terkena dampak <i>gadget</i> mengalami gangguan bicara, kosa kata terbatas, artikulasi tidak jelas, masalah emosi, menunjuk benda yang diinginkan, dan tidak merespon saat dipanggil, <i>gadget</i> memiliki efek negatif pada perkembangan bicara pada balita yang membuat mereka tidak dapat berbicara seperti anak lain pada usia yang sama

3.	<i>Gadget as risk factor to speech and language delay in autism children</i> (Kamal et al., 2020)	Jurnal kesehatan masyarakat	<b>Desain:</b> penelitian observasional analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> <b>Sample:</b> ibu yang memiliki anak autis yang dirawat di UPTD layanan autis sebanyak 33 orang <b>Sampling:</b> random sampling	Ada pengaruh intensitas penggunaan <i>gadget</i> terhadap perkembangan bicara dan bahasa anak dengan <i>p value</i> = 0,011 ( $p < 0,05$ ) dan odds ratio sebesar 16 yang artinya anak dengan intensitas penggunaan <i>gadget</i> rendah memiliki peluang 16 kali untuk berkembang dalam aspek bicara dan bahasa yang normal dibandingkan dengan anak yang menggunakan <i>gadget</i> dengan intensitas tinggi
4.	<i>Early Childhood Language Development of Gadget Users Viewed from Behavioristic Theory</i> (Kusmanto et al., 2021)	Journal of Primary Education	<b>Desain:</b> pendekatan naturalistik <b>Sample:</b> 3 subjek usia 30-50 bulan yang menggunakan <i>gadget</i> lebih dari 1 jam sehari <b>Sampling:</b> <i>total sampling</i>	Mayoritas responden mengalami Keterlambatan bicara ( <i>speech delay</i> )
5	<i>Prevalence of excessive screen time and its association with developmental delay in children aged &lt;5 years: A population-based crosssectional study in India</i> (Varadarajan et al., 2021)	Plos one	<b>Desain:</b> studi <i>cross-sectional</i> berbasis populasi <b>Sample:</b> 718 anak (pedesaan dan 322 perkotaan) <b>Sampling:</b> <i>cluster random sampling</i>	Peningkatan ST ( <i>screen time</i> ) secara signifikan terkait dengan keterlambatan perkembangan dengan <i>p value</i> = 0,001 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variable signifikan
6	<i>Excessive gadget exposure and children speech delay: the case of autism spectrum factor</i> (Putra & Aziz, 2022)	Journal of linguistic and English teaching	<b>Desain:</b> desain metode campuran ( <i>mixmethod</i> ) dengan menggabungkan inferensi statistik dan metode <i>deskriptif kualitatif</i> <b>Sample:</b> 70 responden orang tua dari anak balita yang terpapar <i>gadget</i> <b>Sampling:</b> <i>purposive sampling</i>	<i>p value</i> =0,002 ( $p < 0,05$ ), nilai-r diperoleh dari hasil analisis adalah - 0,428. ada korelasi negatif yang signifikan antara durasi penggunaan <i>gadget</i> dan kebiasaan berbicara, yang berarti bahwa semakin lama seorang anak

				menghabiskan waktu bermain dengan <i>gadget</i> , maka kemampuan bahasa tahap awal akan semakin buruk. penggunaan <i>gadget</i> yang berlebihan berdampak buruk pada perkembangan kognitif dan verbal anak
7.	lama penggunaan <i>gadget</i> dengan perkembangan pada anak prasekolah (Laora Heryanto et al., 2023)	journal of midwifery care, vol. 3 no. 02 juni 2023	<b>Desain:</b> studi <i>cross-sectional</i> <b>Sample:</b> 106 responden <b>Sampling:</b> <i>total sampling</i>	p <i>value</i> 0,004 (p<0,05) dan rho 0,275. ada hubungan signifikan antara kedua variable, Terdapat hubungan antara penggunaan <i>gadget</i> dengan per prasekolah di raudathul athfal (ra) binaul ummah kelurahan cipari kecamatan cigugur kabupaten kuningan.
8	Hubungan Durasi Bermain <i>Gadget</i> dengan Perkembangan Sosial Emosional Anak (Nuraini et al., 2023)	Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Usia Dini	<b>Desain:</b> <i>cross sectional</i> <b>Sampel:</b> 30 siswa <b>Sampling:</b> <i>total sampling</i>	p <i>value</i> 0,000 (p<0,05) <i>Correlation Coefficient</i> mendapat nilai 0,613 yang berarti tingkat kekuatan atau keeratan antara durasi bermain <i>gadget</i> dengan perkembangan sosial emosional anak berkorelasi kuat, terdapat hubungan signifikan antara durasi penggunaan <i>gadget</i> dengan perkembangan sosial emosional
9	pengaruh <i>gadget</i> terhadap keterlambatan bicara pada anak di era pandemi covid-19 (Kusdaryanto et al., 2023)	Mandala of Health Vol.x, No.x, Bulan 201x, Hal. 56-61	<b>Desain:</b> <i>cross-sectional study with case and control studies.</i> <b>Sampel:</b> 21 anak kelompok kasus, dan 21 anak kelompok kontrol <b>Sampling:</b> <i>purposive sampling</i>	Nilai p = 0.02 (p<0,05) dan Odds Ratio 3 yang artinya <i>Screen time gadget</i> dari 2 jam dalam 1 hari meningkatkan resiko 3x terjadi gangguan bicara pada anak, Perlu

				pendampingan dan kebijakan dari orang tua saat anak sedang bermain dengan <i>gadget</i> , pilihan acara dan durasi waktu harus diperhatikan, interakis dua arah menjadi penting untuk meningkatkan kemampuan bicara
--	--	--	--	---

Berdasarkan telaah dari 9 artikel yang ditemukan, menunjukkan bahwa dalam penggunaan *gadget* sebagian besar balita menggunakannya untuk menonton video youtube yaitu 5 artikel (55,56%) dan mereka menggunakannya dalam rentang waktu lebih dari 2 jam sehari yaitu 4 artikel (44,44%). Ada 4 aspek perkembangan balita yang terganggu yaitu perkembangan bahasa pada 5 artikel (55,56%), sosial emosional pada 2 artikel (22,22%), perkembangan motorik pada 1 artikel (11,11%) dan perkembangan kognitif pada 1 artikel (11,11%). Dampak dari penggunaan *gadget* pada balita hampir seluruhnya berdampak negatif yaitu 8 artikel (88,89%). Meski mayoritas menyatakan bahwa *gadget* berdampak negatif, tetapi ada 1 artikel (11,11%) yang menyatakan bahwa *gadget* dapat memberikan dampak positif berupa peningkatan penguasaan kosakata termasuk bahasa asing pada balita.

## **PEMBAHASAN**

Hasil review dari 9 artikel penelitian tentang penggunaan *gadget* pada balita didapatkan fakta terkait jenis penggunaan, durasi penggunaan *gadget* dan dampak *gadget*. sebagian besar balita menggunakan *gadget* untuk menonton video youtube (Mata & Aceh, 2018), fakta tersebut didukung oleh Ilza & Karnila (2019), Kusmanto et al (2021), Varadarajan et al (2021) dan Kusdaryanto et al (2023). Balita menggunakan *gadget* dalam rentang waktu lebih dari 2 jam sehari (Kusmanto et al., 2021), fakta tersebut didukung oleh Varadarajan et al (2021), Kusdaryanto et al (2023) dan Nuraini et al (2023). Hasil review menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* pada anak usia balita memiliki dampak positif dan negatif terhadap tumbuh kembang anak usia balita, dibuktikan dengan penelitian mata & aceh (2018) yang menyatakan bahwa *gadget* juga memiliki dampak positif terhadap tumbuh kembang yaitu memudahkan dalam mengumpulkan kosa kata baru baik dalam bahasa indonesia maupun dalam bahasa asing, sedangkan Mayoritas menyatakan bahwa *gadget* ketika sudah menyebabkan kecanduan pada balita akan berdampak negatif terhadap tumbuh kembang berupa gangguan pada perkembangan bahasa, perkembangan sosial emosional, perkembangan motorik, dan perkembangan kognitif (Ilza & Karnila, 2019; Kamal et al., 2020; Kusmanto et al., 2021; Varadarajan et al., 2021; Putra & Aziz, 2022; Kusdaryanto et al., 2023; Nuraini et al., 2023; Laora Heryanto et al., 2023).

*Gadget* tidak hanya dapat digunakan sebagai alat komunikasi tetapi *gadget* juga dapat digunakan sebagai sarana hiburan, game / permainan bahkan sebagai alat pembelajaran (Haug et al., 2015). Penggunaan *gadget* pada balita mayoritas digunakan untuk menonton video di youtube, hal tersebut karena Video yang disajikan di YouTube sering kali menampilkan konten yang dirancang untuk menarik perhatian balita, seperti karakter kartun, musik, dan cerita sederhana yang mudah dipahami (Rahma & Simanjuntak, 2024). Anak balita bahkan mampu menghabiskan waktu lebih dari 2 jam sehari untuk menonton video youtube melalui *gadget* (Kusmanto et al., 2021; Varadarajan et al, 2021; Kusdaryanto et al, 2023); Nuraini et al; 2023)

Penggunaan gadget secara berlebihan dalam jangka waktu lama memberikan dampak negatif terhadap aspek perkembangan sosial dan emosional anak (Varadarajan et al., 2021). Dampak negatif tersebut seperti anak kurang berinteraksi dengan teman dan lebih suka menyendiri, mudah marah dan egois, serta menunjukkan perilaku impulsif dan agresif (Nuraini et al., 2023). Ketika anak diberikan kebebasan mengakses gadget, mereka cenderung menghindari aktivitas di luar dan memilih bermain gadget dibandingkan bermain bersama teman, sehingga lama kelamaan anak akan lupa dengan aktivitas bermain. Hal ini tidak hanya berdampak pada kesehatan mereka, namun juga berdampak pada perkembangan sosial mereka. Dampak negatif lainnya adalah anak lebih egois, tidak mau meminta maaf atas kesalahannya, tidak mau bekerja sama dengan teman, mudah marah dan memukul sesuatu jika keinginannya tidak terpenuhi (Febriati & Fauziah, 2020). Penulis berpendapat bahwa balita yang sudah diperkenalkan gadget sejak dini tanpa arahan dari orang tua atau pengasuh akan mengakibatkan kurangnya interaksi sosial sehingga kurangnya rasa empati dengan lingkungan sekitar.

Dampak penggunaan gadget yang lain adalah gangguan bicara, kosa kata terbatas dan artikulasi yang tidak jelas (Ilza & Karnila, 2019), fakta tersebut didukung oleh Kusmanto et al (2021), Kusdaryanto et al (2023) dan Kamal et al (2020). Putra & Aziz (2022) juga mengungkapkan bahwa semakin lama seorang anak menghabiskan waktu bermain dengan gadget, maka kemampuan bahasa tahap awal akan semakin buruk. Perkembangan bahasa anak pada usia balita ditentukan oleh rangsangan yang diterimanya. Kehidupan manusia tidak lepas dari penggunaan dan pemerolehan bahasa, sehingga diperlukan dukungan dalam aspek perkembangan bahasa (Priyantini et al., 2020). Menurut teori perilaku, pemerolehan bahasa anak dicapai melalui rangsangan dari lingkungan. Artinya anak sebagai penerima pasif tidak berperan aktif dalam proses perkembangan bahasa (Brodin & Renblad, 2019).

Dampak *gadget* selain mempengaruhi psikologis, sosial dan bahasa balita, juga dapat menjadikan anak malas beraktivitas. Mereka cenderung bermain *gadget* sambil duduk atau berbaring dibandingkan melakukan aktivitas fisik di luar ruangan seperti berlari, menyusun balok, bermain bola, menulis, atau menggambar (Laora Heryanto et al., 2023). Keterampilan motorik kasar adalah penggunaan gerakan seluruh bagian tubuh dan penggunaan otot-otot besar untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Perkembangan keterampilan motorik halus juga penting agar anak mempunyai pengalaman dalam seni, menggambar, dan menulis (Arif et al., 2019). Penggunaan gadget yang berlebihan menyebabkan anak kehilangan waktu untuk melakukan permainan yang melibatkan aktivitas fisik, sehingga mengakibatkan anak kesulitan mengontrol keseimbangan tubuh (Sawitri et al., 2019).

Penggunaan *gadget* selain berdampak negatif juga dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan kognitif pada anak balita (Mata & Aceh, 2018). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Mata & Aceh (2018) penggunaan *gadget* yang tepat di bawah pengawasan orang tua dengan batasan durasi penggunaan dapat berpengaruh terhadap peningkatan penguasaan bahasa secara signifikan pada anak balita. konten yang disarankan adalah konten edukatif yang sesuai dengan usia mereka. Balita cenderung mudah mengumpulkan kosa kata baru sambil mendengarkan lagu baik dalam bahasa Indonesia maupun bahasa asing sehingga terdapat peningkatan dalam menguasai bahasa asing secara signifikan. WHO (2019) menyatakan penggunaan teknologi atau *gadget* pada balita sebaiknya dibatasi maksimal 1 jam per hari, dan sebaiknya kurang dari 1 jam jika memungkinkan. WHO juga menyarankan pada anak usia di bawah 2 tahun untuk tidak diberikan paparan *gadget* terlebih dahulu. Penggunaan gadget pada anak usia pra sekolah (3-5 tahun) dapat diberikan konten-konten edukasi seperti berhitung, mengenal warna, penambahan kosa kata bahasa Indonesia maupun bahasa asing sederhana. Penggunaan



*gadget* pada balita dapat bermanfaat tergantung bagaimana orang tua mengawasi dan memberikan konten yang sesuai (Sunita & Mayasari, 2018).

Anak-anak belajar perilaku melalui observasi dan peniruan terhadap apa yang mereka lihat di lingkungan sekitar mereka, termasuk media digital seperti video YouTube pada *gadget*. Anak-anak, terutama balita, cenderung meniru perilaku dan tindakan yang mereka lihat di video tersebut, yang dapat mempengaruhi perkembangan kognitif, sosial, dan emosional mereka. Paparan layar yang berlebihan dari *gadget* dapat mempengaruhi keadaan emosi, aktivitas tidur, dan perilaku anak, yang dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan kognitif anak. Paparan yang berlebihan terhadap *gadget* dapat membawa dampak yang kompleks pada anak-anak. Paparan yang terlalu sering dapat mengurangi waktu yang seharusnya digunakan untuk interaksi langsung dengan lingkungan dan orang-orang di sekitar mereka yang esensial untuk perkembangan sosial dan emosional mereka. Balita yang terlalu banyak terpapar *gadget* akan mengalami keterbatasan dalam kesempatan untuk bermain aktif, yang penting untuk perkembangan fisik dan motorik mereka. *Gaget* dapat memberikan dampak positif ketika paparan yang diberikan adalah konten-konten edukasi sesuai umur dan selalu adanya kontrol pendampingan baik dari segi konten ataupun durasi penggunaan *gadget* oleh orang tua atau pengasuh kepada anak dalam menggunakan *gadget*, sehingga dampak negatif dapat dicegah. Namun ketika peran kontrol dari orang tua atau pengasuh dirasa tidak mampu dijalankan maka langkah bijak yang tepat adalah tidak memberikan paparan *gadget* terhadap anak usia balita.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil review dari 9 artikel penelitian didapatkan bahwa penggunaan gadget pada balita tidak selalu berdampak negatif. Sehingga diperoleh kesimpulan bahwa penggunaan gadget pada balita harus dibatasi durasi penggunaan serta konten yang diberikan harus sesuai dengan usia anak dan bersifat edukatif. Gangguan tumbuh kembang pada balita akibat penggunaan gadget antara lain perkembangan bahasa, perkembangan sosial emosional, perkembangan motorik dan perkembangan kognitif. Penggunaan gadget pada balita memiliki dampak positif dan negatif. Akan berdampak positif bila digunakan sebagai sarana edukasi, dan berdampak negatif bila penggunaannya tidak terkontrol dan anak menjadi kecanduan gadget.

## DAFTAR RUJUKAN

- Anggraini, Eka. (2019) Mengatasi Kecanduan Gadget. Jakarta: Serayu Publishing.
- Arif, N., Mansur, A., & Kep, M. (2019). *TUMBUH KEMBANG ANAK USIA PRASEKOLAH*.
- Ayu rizaty, M. (2023). *Sebanyak 33,4% Anak Usia Dini di Indonesia Sudah Main Ponsel Artikel ini telah tayang di DataIndonesia.id dengan judul "Sebanyak 33,4% Anak Usia Dini di Indonesia Sudah Main Ponsel"., Author: Monavia Ayu Rizaty. Editor: Dimas Bayu. Klik selengkapnya di si.* <https://doi.org/data indonesia.id>
- Badan Pusat Statistik Indonesia. (2023). Statistik Telekomunikasi Indonesia 2022. Diakses pada 2 Agustus 2024, dari <https://www.bps.go.id/id/publication/2023/08/31/131385d0253c6aae7c7a59fa/statistik-telekomunikasi-indonesia-2022.html>
- Balasundaram, P., & Darshini Avulakunta, I. (2023). *Human Growth and Development*. StatPearls Publishing.
- Brodin, J., & Renblad, K. (2019). Improvement of preschool children's speech and language skills. *Early Child Development and Care*, 190, 1–9. <https://doi.org/10.1080/03004430.2018.1564917>

- Damayanti, R. A., Muniroh, L., & Farapti, F. (2017). Perbedaan Tingkat Kecukupan Zat Gizi Dan Riwayat Pemberian Asi Eksklusif Pada Balita Stunting Dan Non Stunting. *Media Gizi Indonesia*, 11(1), 61. <https://doi.org/10.20473/mgi.v11i1.61-69>
- Darvesh, N., Radhakrishnan, A., Lachance, C. C., Nincic, V., Sharpe, J. P., Ghassemi, M., Straus, S. E., & Tricco, A. C. (2020). Exploring the prevalence of gaming disorder and Internet gaming disorder: A rapid scoping review. *Systematic Reviews*, 9(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s13643-020-01329-2>
- Febriati, L., & Fauziah, A. (2020). Pengaruh Intensitas. *The Shine Cahaya Dunia Kebidanan*, 5(1), 1–12.
- Halidi, R., & Varwati, L. (2022). *Kemenkes Minta Ibu Muda Mau Repot Urus Anak, Jangan Dikit-dikit Beri Anak Gadget*. <https://www.suara.com/health/2022/08/29/083000/kemenkes-minta-ibu-muda-mau-repot-urus-anak-jangan-dikit-dikit-beri-anak-gadget>
- Hockenberry, M. J., Wilson, D. & Rodgers, C. C. (2016). *Wong's Essentials of Pediatric Nursing*. Elsevier Inc.
- Id, S. V., Venguidesvarane, A. G., Ramaswamy, N., Rajamohan, M., Krupa, M., Bernard, S., & Christadoss, W. (2021). *Prevalence of excessive screen time and its association with developmental delay in children aged < 5 years: A population-based cross-sectional study in India*. 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0254102>
- Ilza, M., & Karnila, R. (2019). *The effect of gadget on speech development of toddlers*. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1175/1/012203>
- Kamal, M., Salahuddin, N. S., & Info, A. (2020). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 16(1), 36–43.
- Kaur, N., Gupta, M., Malhi, P., & Grover, S. (2019). Screen Time in Under-five Children. *Indian Pediatrics*, 56(9), 773–788. <https://doi.org/10.1007/s13312-019-1638-8>
- Komjen. Pol. Drs. Dharma Pongrekun, M.M., M. ., Artikel ini telah diterbitkan di halaman SINDOnews.com pada Senin, 03 Agustus 2020 - 22:12 WIB oleh KORAN SINDO dengan judul “Waspada Dampak Buruk Gadget pada Anak | Halaman Lengkap”. Untuk selengkapnya kunjungi: <https://nasional.sindonews.com/read/121828/18/waspada-dampak-buruk-gadget-pada-anak-1596467282?showpage=all>, Untuk membaca berita lebih mudah, nyaman, dan tanpa banyak iklan, silahkan download aplikasi Sindo., <https://sin.do/u/android>, - Android:, & <https://sin.do/u/ios>, - iOS: (2020). *Waspada Dampak Buruk Gadget pada Anak*. <https://bssn.go.id/waspada-dampak-buruk-gadget-pada-anak/>
- Kusdaryanto, W. D., Agustina, N. N., & Wisesa, S. (2023). *PENGARUH GADGET TERHADAP KETERLAMBATAN BICARA PADA ANAK DI ERA PANDEMI COVID-19 THE INFLUENCE OF GADGETS ON TALKING DELAYS IN CHILDREN IN THE COVID-19 PANDEMIC ERA*. x. <https://doi.org/10.20884/1.mandala.2023.16.1.8375>
- Kusmanto, D. A., Prihatin, T., Kurniawati, Y., & Pranoto, S. (2021). *Early Childhood Language Development of Gadget Users Viewed from Behavioristic Theory*. 10(37), 71–78.
- Laora Heryanto, M., Saprudin, A., Dewi Yanti, S., & Agustiani Moonti, M. (2023). *Lama penggunaan*. 3(02), 136–144.
- Limone, P., & Toto, G. A. (2021). Psychological and Emotional Effects of Digital Technology on Children in COVID-19 Pandemic. *Brain Sciences*, 11(9). <https://doi.org/10.3390/brainsci11091126>
- Mata, A. M., & Aceh, B. (2018). *THE IMPACTS OF GADGET AND INTERNET ON THE IMPLEMENTATION OF CHARACTER EDUCATION ON EARLY CHILDHOOD* Keumala , 2 Marisa Yoestara , 2 Zaiyana Putri 1 Graduate Program of English

- Education*, Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia 2 Department of Eng. 313–325.
- Mawarti, H., Simbolon, I., Purnawinadi, I. G., Khotimah, Pranata, L., Simbolon, S., ..., & Dkk. (2021). *Pengantar Riset Keperawatan*. yayasan kita menulis.
- Mcmullen, M. B. (2018). *Understanding Development of Infants and Toddlers*. 23–50.
- Mustafaoğlu, R. (2018). *The Negative Effects of Digital Technology Usage on Children ' s Development and Health* \*. 5(2).
- Nuraini, F., Wardhani, J. D., Guru, P., Anak, P., Dini, U., & Surakarta, U. M. (2023). *Hubungan Durasi Bermain Gadget dengan Perkembangan Sosial Emosional Anak*. 7(2), 2245–2256. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.4198>
- Price, D. L. & Gwin, J. F. (2014). *Pediatric Nursing : An Introductory Text*. Elsevier Ltd.
- Pudyastuti, R. R., & Kariyadi. (2023). *penggunaan gadget bagi anak* (M. Hidayat & Miskadi (eds.); 1st ed.). pusat pengembangan pendidikan dan penelitian indonesia. [https://www.google.co.id/books/edition/Penggunaan\\_Gadget\\_Bagi\\_Anak/uBCmEAAAQBAJ?hl=en&gbpv=1&dq=GADGET&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Penggunaan_Gadget_Bagi_Anak/uBCmEAAAQBAJ?hl=en&gbpv=1&dq=GADGET&printsec=frontcover)
- Putra, R. A., & Aziz, M. F. (2022). *Excessive Gadget Exposure and Children Speech Delay : The Case of Autism Spectrum Risk Factor*. 7(1).
- Putri, R. S. (2023). *Studi: Terlalu Dini Bermain Gadget, Efek Ngeri Intai si Kecil*. <https://www.cnbcindonesia.com/lifestyle/20230330182853-33-425977/studi-terlalu-dini-bermain-gadget-efek-nger-intai-si-kecil>
- Rahma, T. S., & Simanjuntak, N. M. (2024). Konten pada Channel Youtube “Kartun Anak” berisi Animasi yang Berfungsi sebagai Media Belajar bagi Balita. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(2), 28170–28184.
- Sawitri, Y., Yannaty, I. A., Widyastika, S. I., Harumsih, T. D., & Musyarofah, H. F. (2019). Dampak penggunaan smartphone terhadap perkembangan anak usia dini. *“Pengembangan Sumberdaya Menuju Masyarakat Madani Berkearifan Lokal,”* 691–697. <https://semnaslppm.ump.ac.id/index.php/semnaslppm/article/view/108>
- Setiowati P, D. susy. (2020). *golden age parenting* (1st ed.). Tim MNC Publishing.
- Subarkah, M. A. (2019). *Pengaruh gadget terhadap perkembangan anak*. 15(1), 125–139.
- Sundus, M. (2018). *Journal of Depression and Anxiety The Impact of using Gadgets on Children*. 7(1), 1–3. <https://doi.org/10.4172/2167-1044.1000296>
- Sunita, I., & Mayasari, E. (2018). Pengawasan Orangtua Terhadap Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak. *Jurnal Endurance*, 3(3), 510. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i3.2485>
- Timotius, K. H. (2017). *Pengantar Metodologi Penelitian: Pendekatan Manajemen Pengetahuan untuk Perkembangan Pengetahuan* (P. Christian (ed.); 1st ed.). ANDI (Anggota IKAPI).
- Varadarajan, S., Govindarajan Venguidesvarane, A., Ramaswamy, K. N., Rajamohan, M., Krupa, M., & Winfred Christadoss, S. B. (2021). Prevalence of excessive screen time and its association with developmental delay in children aged <5 years: A population-based cross-sectional study in India. *PloS One*, 16(7), e0254102. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0254102>