

## **GADGET, GAYA PENGASUHAN, DAN TANTRUM PADA ANAK**

**Widya Maselina Tulya<sup>1\*</sup>, Ayu Septiyani Sejahtera<sup>1</sup>, Theodora Eka Cahya Lestari<sup>1</sup>,  
Maria Joanna Witami Putri<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Psychology Program, Faculty of Humanities, Universitas Bina Nusantara,  
Kota Bekasi, Jawa Barat 17142, Indonesia

\*[Widya.Tulya@binus.ac.id](mailto:Widya.Tulya@binus.ac.id)

### **Abstrak**

Tantrum pada anak balita semakin kerap ditangani dengan pemberian gawai, khususnya di lingkungan urban yang ditandai oleh ritme hidup cepat, tekanan pekerjaan, serta keterbatasan waktu pengasuhan. Meskipun tampak praktis, pendekatan ini berpotensi menghambat perkembangan kemampuan penenangan diri alami, mengurangi peluang anak untuk mempelajari strategi pengelolaan emosi yang adaptif, serta meningkatkan ketergantungan pada media digital sejak usia dini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui tinjauan pustaka tematis terhadap 22 artikel ilmiah yang membahas berkaitan dengan tujuan penelitian yaitu pola asuh di lingkungan perkotaan, penggunaan gawai, tantrum, dan perkembangan regulasi diri anak balita. Artikel yang dianalisis mencakup dimensi sosial-emosional, kognitif, bahasa, dan perilaku, sehingga memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dampak jangka panjang penggunaan gawai sebagai alat pengalih tantrum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang sering dialihkan dengan gawai cenderung mengalami hambatan dalam pembentukan strategi regulasi diri, keterampilan sosial, dan kontrol emosi yang sehat. Sebaliknya, pola asuh demokratis, yang memadukan kehangatan, konsistensi, dan batas tegas, terbukti lebih efektif dalam mendukung pengelolaan emosi tanpa ketergantungan digital. Temuan ini menegaskan urgensi edukasi dan pendampingan bagi orang tua perkotaan untuk mengimplementasikan strategi penanganan tantrum tidak digital, guna memperkuat regulasi diri anak sejak dini dan meminimalkan dampak negatif penggunaan gawai terhadap perkembangan mereka.

**Kata kunci:** gawai; pola asuh; regulasi diri; tantrum

### **Abstract**

Tantrums in toddlers are increasingly managed through the use of digital devices, particularly in urban environments characterized by fast-paced lifestyles, work-related pressures, and limited parental supervision time. While seemingly practical, this approach may hinder the development of natural self-soothing abilities, reduce opportunities for children to acquire adaptive emotional regulation strategies, and foster dependence on digital media from an early age. This study employs a qualitative approach through a thematic literature review of 22 scholarly articles examining the relationship between urban parenting styles, device use, tantrums, and self-regulation development in early childhood. The analyzed literature encompasses social-emotional, cognitive, language, and behavioral dimensions, providing a comprehensive understanding of the long-term impact of using devices as a tantrum distraction tool. The findings indicate that children frequently pacified with devices tend to experience difficulties in developing adaptive self-regulation strategies, social skills, and healthy emotional control. Conversely, democratic parenting, characterized by warmth, consistency, and clear boundaries, has proven more effective in supporting emotional regulation without digital dependence. These findings highlight the urgency of educating and guiding urban parents to implement non-digital tantrum management strategies, thereby strengthening children's self-regulation from an early age and minimizing the negative developmental consequences of excessive device use.

**Keywords:** digital devices; parenting style; self-regulation; tantrum

## **PENDAHULUAN**

Masa kanak-kanak merupakan fase perkembangan yang sangat penting, dimana individu mengalami pertumbuhan pesat secara fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Pada periode ini, anak berada dalam kondisi yang sangat reseptif terhadap berbagai stimulasi, sehingga

diperlukan upaya yang optimal untuk mendukung proses tumbuh kembangnya (Khotimah & Agustini, 2023). Namun, tidak semua anak menunjukkan perkembangan yang sesuai dengan tahapan usianya.

*World Health Organization (WHO)* memperkirakan sekitar 5–25% anak usia prasekolah mengalami gangguan perkembangan, sementara di Indonesia sendiri angka tersebut berkisar antara 13–18%. Bahkan, data menunjukkan bahwa 19,5% anak usia 4–5 tahun mengalami penyimpangan dalam aspek bahasa, komunikasi, keterampilan sosial, dan kemandirian (Febriani & Diansyah, 2024). Kondisi ini mengindikasikan perlunya perhatian lebih terhadap berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kualitas perkembangan anak. Peningkatan paparan gawai kepada anak akibat meningkatnya penggunaan media digital menjadi sorotan atas masalah ini. Peningkatan penggunaan gawai memiliki dampak besar dalam mempengaruhi perkembangan anak. Tingginya penetrasi media digital di Indonesia, yang tercatat sebagai salah satu negara dengan jumlah pengguna media sosial tertinggi di Asia, menjadikan anak-anak lebih rentan terhadap dampak negatif penggunaan gawai terhadap perkembangan mereka.

Data Badan Pusat Statistik (BPS) (2024) menunjukkan bahwa 33,44% anak usia 0–6 tahun di Indonesia telah menggunakan gawai. Secara rinci, 25,5% berasal dari kelompok usia 0–4 tahun dan 52,76% dari usia 5–6 tahun. Selain itu, 24,96% anak usia dini juga sudah dapat mengakses internet. Data menunjukkan bahwa tingkat kemajuan teknologi yang sangat pesat menjadikan gawai tidak hanya sebagai alat komunikasi. Namun, menjadi sarana bagi media hiburan dan dalam beberapa kasus, menjadi pengganti interaksi terhadap lingkungan sosial (Sofia & Zakaria, 2024)

Penggunaan gawai secara berlebihan pada anak usia dini telah menimbulkan berbagai konsekuensi, antara lain munculnya ketergantungan terhadap perangkat digital, berkurangnya aktivitas sosial, serta gangguan dalam regulasi emosi dan perilaku. Anak-anak yang terlalu sering menggunakan gawai cenderung menunjukkan gejala seperti mengabaikan instruksi, kesulitan mengontrol emosi, serta penurunan minat terhadap aktivitas sehari-hari seperti makan dan tidur (Sawitri dkk., 2019). Di beberapa kondisi, orang tua akan memanfaatkan gawai sebagai alat untuk meredakan emosi negatif anak, terutama ketika anak mengalami tantrum (Putri dkk., 2024)

Perubahan pola pengasuhan ini turut memberikan kontribusi terhadap meningkatnya paparan gawai pada anak. Studi yang dilakukan oleh The Asian Parent Insights (2014), menunjukkan bahwa 98% dari 2.714 orang tua di Asia Tenggara telah mengizinkan anak berusia 3–8 tahun menggunakan gawai. Fenomena ini mencerminkan pergeseran nilai dalam pola asuh, di mana interaksi langsung antara orang tua dan anak semakin tergantikan oleh media digital (Herdiana & Santoso, 2024). Di wilayah perkotaan, tuntutan waktu pekerjaan mendorong sebagian orang tua mengandalkan gawai sebagai alat bantu dalam pengasuhan (Sofia & Zakaria, 2024). Pola asuh permisif yang kurang disertai pengawasan membuat penggunaan gawai sebagai penenang tantrum semakin intensif, sehingga anak berisiko mengalami hambatan perkembangan dalam aspek sosial-emosional, kognitif, maupun regulasi diri (Ramandhani dkk., 2024).

Salah satu aspek perkembangan yang rentan terdampak oleh penggunaan gawai secara berlebihan adalah kemampuan regulasi diri atau *self-regulation*. *Self-regulation* mengacu pada kemampuan individu untuk mengelola emosi, mengontrol perilaku, dan menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan (Robson dkk., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Yusup

dan Wati (2024) menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingginya intensitas penggunaan gawai dan rendahnya kemampuan regulasi emosi pada anak usia pra-sekolah. Studi lain yang dilakukan di Kecamatan Majalengka mendapati bahwa lebih dari separuh anak memiliki intensitas penggunaan gawai yang tinggi, dengan hampir setengah dari mereka mengalami kesulitan dalam pengelolaan emosi. Dari hasil penelitian Yusup dan Wati (2024), ditemukan nilai yang signifikan ( $p = 0,000$ ), mengindikasikan adanya hubungan yang kuat antara kedua variabel tersebut. Temuan ini membuka peluang untuk mengeksplorasi faktor-faktor kontekstual yang mungkin memengaruhi hubungan tersebut, misalnya perbedaan pola pengasuhan di wilayah urban dan rural.

Dalam konteks *urban*, orang tua yang tinggal di wilayah perkotaan cenderung memiliki mobilitas tinggi dan keterbatasan waktu interaksi dengan anak akibat tuntutan pekerjaan, sehingga sering memanfaatkan gawai sebagai solusi praktis untuk menenangkan anak saat tantrum (Lindriany dkk., 2023). Kondisi ini berbeda dengan masyarakat pedesaan yang cenderung menerapkan pola pengasuhan lebih kolektif dan minim paparan teknologi digital (Rizqi dkk., 2022). Studi oleh Ariani dkk. (2017) juga menunjukkan bahwa anak-anak di wilayah *urban* lebih dini terekspos *gadget* dan lebih sering menggunakannya dibandingkan anak-anak di wilayah *rural*.

Melihat tingginya paparan teknologi di wilayah perkotaan, penting untuk menelaah lebih dalam mengenai bagaimana praktik penggunaan gawai dalam merespons tantrum mempengaruhi perkembangan regulasi diri anak. Sebuah studi literatur oleh Suhana (2017) menyebutkan bahwa ketika anak sedang asyik bermain gawai dalam waktu yang telah ditentukan, mereka akan meminta waktu tambahan setelah waktu tersebut habis. Anak-anak bahkan bisa memukul, menjadi agresif, atau menangis untuk mendapatkan apa yang mereka inginkan. Kecanduan terhadap gawai umumnya disebabkan oleh kurangnya perhatian dari orang tua, yang seringkali juga sibuk dengan gawainya sendiri. Anak-anak menjadi lebih dekat dengan gawainya, ketimbang orang tua yang secara fisik ada di dekatnya (Suhana, 2017).

Namun, studi yang secara menyeluruh mengeksplorasi fenomena ini di berbagai wilayah perkotaan di Indonesia masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji praktik pemberian gawai oleh orang tua saat anak mengalami tantrum, serta mengevaluasi dampaknya terhadap kemampuan *self-regulation* anak di wilayah perkotaan.

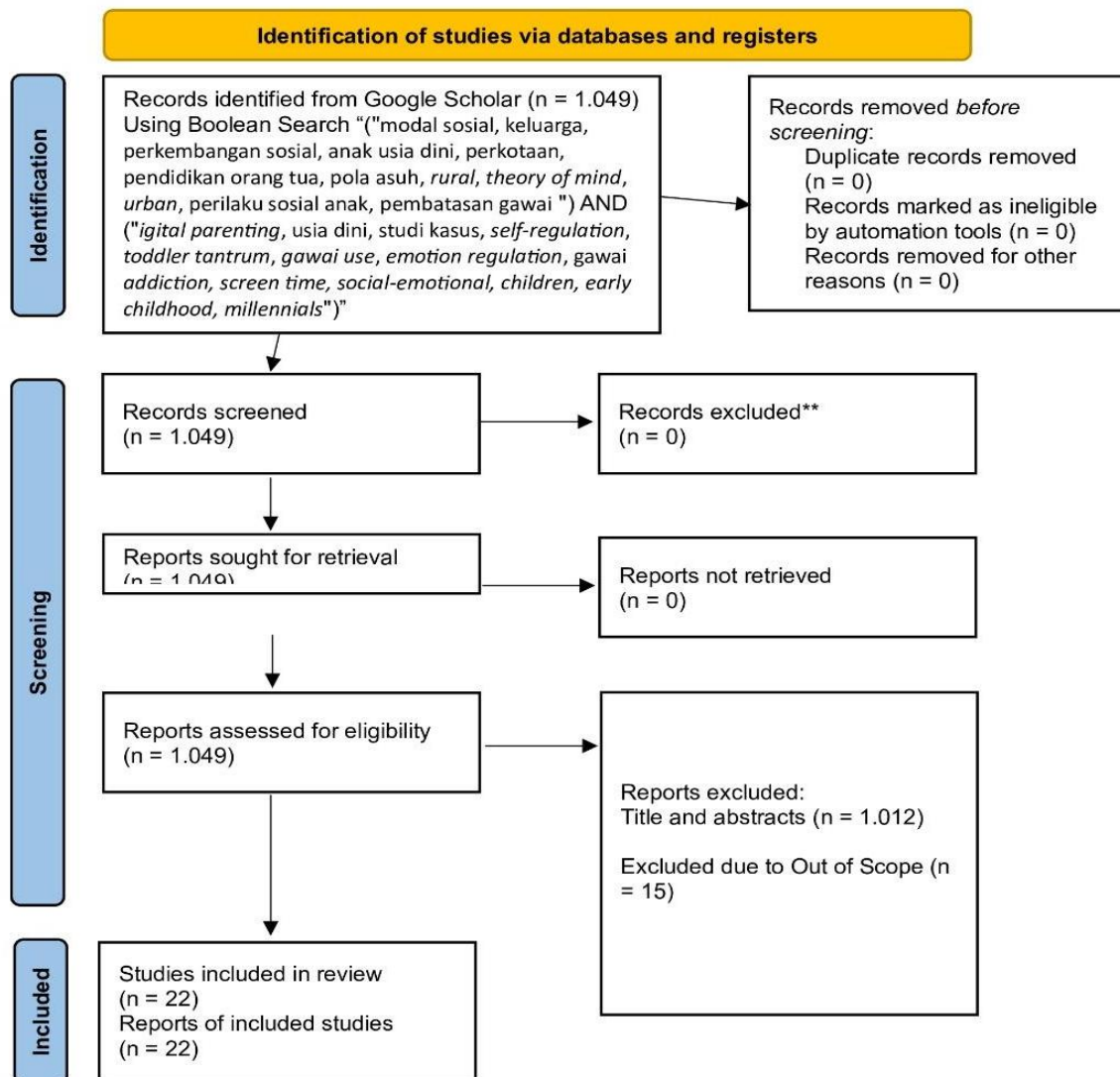
Dari telaah literatur yang dilakukan, ditemukan bahwa sebagian besar penelitian membahas dampak penggunaan gawai terhadap anak secara umum, baik dalam aspek sosial, emosional, maupun kognitif (Herdiana & Santoso, 2024). Salah satu fenomena yang banyak diangkat adalah perilaku orang tua yang memberikan gawai saat anak mengalami tantrum sebagai strategi distraksi (Radesky dkk., 2023). Praktik ini terbukti efektif secara instan, tetapi sejumlah studi menunjukkan bahwa ketergantungan pada gawai untuk menenangkan anak berpotensi menghambat perkembangan kemampuan *self-regulation*, yaitu kapasitas anak untuk mengenali, mengendalikan, dan mengekspresikan emosinya secara adaptif (Coyne dkk., 2021). Namun, penelitian yang mendalami praktik ini dalam konteks masyarakat Indonesia, khususnya keluarga di wilayah perkotaan yang menghadapi keterbatasan interaksi orang tua-anak, masih terbatas (Rahmawati & Latifah, 2020). Oleh karena itu, penelitian ini menjawab pertanyaan mengenai seberapa efektif dan berpengaruh pemberian gawai saat anak mengalami tantrum serta bertujuan untuk mengkaji secara mendalam praktik pemberian gawai oleh orang tua kepada anak saat menghadapi tantrum, serta mengevaluasi implikasinya terhadap kemampuan *self-regulation* anak di wilayah perkotaan.

## METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode tinjauan pustaka tematis (*thematic literature review*). Menurut Patton (1985), kualitatif adalah pemahaman secara mendalam mengenai segala keunikan, sifat dari lingkungan, hingga aktivitas dari partisipan yang ada di dalamnya. *Thematic Literature Review* menurut Snyder (2019) adalah jenis ulasan pustaka (*literature review*) yang mengorganisasi informasi dari berbagai sumber berdasarkan tema-tema atau topik-topik utama yang muncul dari literatur tersebut. Kedua teknik ini digunakan untuk mengkaji semua jurnal yang sudah ditemukan dan berkaitan dengan topik yang diangkat. Sejumlah besar jurnal dirangkum untuk memberikan jawaban atas apa saja yang menjadi kekosongan dari penelitian sebelumnya dan apa yang perlu dilengkapi dalam penelitian tersebut. Data yang digunakan merupakan data sekunder, yang berupa artikel ilmiah, jurnal nasional maupun internasional, serta literatur relevan yang dipublikasikan antara tahun 2017 hingga 2024, yang membahas topik-topik terkait seperti *self regulation* pada anak usia dini, penggunaan gawai, dan gaya pengasuhan di lingkungan keluarga urban.

Penulis mengumpulkan data dengan melakukan penelusuran artikel ilmiah melalui beberapa *database* daring, seperti *Google Scholar* dan *Science Direct*. Pada tahap identifikasi, ditemukan 1049 artikel hasil penelusuran awal. Selanjutnya, dilakukan *screening* berdasarkan judul dan abstrak, yang mengerucut pada 37 artikel yang dinilai relevan dengan topik kajian. Setelah itu, sebanyak 25 artikel dikaji lebih lanjut sesuai fokus penelitian. Pada akhirnya, terpilih 22 artikel yang disintesis dalam kajian ini. Pemilihan artikel ilmiah, paper, dan jurnal dilakukan berdasarkan relevansi topik dengan fokus kajian serta kriteria inklusi sederhana, seperti artikel yang telah melalui proses *peer-reviewed*, menggunakan bahasa Indonesia atau Inggris, dan diterbitkan dalam rentang waktu 2017–2024. Pembatasan tahun ini dikarenakan banyak sekali artikel pada tahun 2017 menunjukkan perilaku pemberian gawai dimulai.

Kata kunci yang digunakan dalam proses pencarian meliputi modal sosial, keluarga, perkembangan sosial, anak usia dini, perkotaan, pendidikan orang tua, pola asuh, *rural*, *theory of mind*, *urban*, perilaku sosial anak, pembatasan gawai, *digital parenting*, usia dini, studi kasus, *self-regulation*, *toddler tantrum*, *gawai use*, *emotion regulation*, *gawai addiction*, *screen time*, *social-emotional*, *children*, *early childhood*, *millennials*. Kata kunci ini dipilih untuk menjangkau berbagai perspektif terkait penggunaan gawai, peran pola asuh, dan perkembangan sosial-emosional anak usia dini dalam konteks kehidupan modern, baik di lingkungan *urban* maupun *rural*. Proses analisis dilakukan dengan membaca secara cermat berbagai hasil studi terdahulu, memahami konteks dan temuan masing-masing, lalu membandingkan serta mengelompokkan hasil-hasil tersebut berdasarkan kesamaan tema dan fokus pembahasan. Dari proses ini, penulis mengidentifikasi pola tematik yang muncul, menelaah perbedaan antar studi, serta mencermati adanya potensi celah penelitian (*research gap*) yang belum banyak diangkat. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk membangun pemahaman yang utuh dan mendalam mengenai hubungan antara pemberian gawai sebagai strategi menghadapi perilaku tantrum dan perkembangan kemampuan *self-regulation* pada anak usia dini.



Gambar 1. PRISMA

## HASIL DAN DISKUSI

Proses analisis data dilakukan dengan mengkaji 22 artikel terpilih dari proses penyeleksian kata kunci hingga konteks yang sesuai kriteria penelitian. Artikel disintesis untuk menemukan pola, kesamaan, maupun perbedaan temuan penelitian. Hasilnya mengerucut pada tema utama yaitu penggunaan gawai sebagai media untuk menghentikan tantrum pada anak. Proses ini, peneliti menemukan hasil penelitian yang berkaitan satu sama lain sekaligus mengkritisi perbedaan atau kontradiksi yang ditemukan. Proses yang dilakukan membantu pembahasan dalam penelitian menjadi lebih komprehensif dan kritis terhadap bahasan topik. Proses yang dilakukan menghasilkan tema yaitu pemberian gawai kepada anak sebagai media untuk menghentikan tantrum.

Judul	Tahun	Hasil	Keterangan
Peran Modal Sosial Keluarga dalam Perkembangan Sosial Anak Usia Dini di Lingkungan	2025	Penelitian ini mengkaji peran modal sosial keluarga dalam perkembangan sosial anak usia dini di kota Makassar. Ditemukan bahwa kepercayaan, norma bersama, dan jaringan sosial dalam keluarga berkontribusi pada keterampilan sosial anak, seperti	modal sosial, keluarga, perkembangan sosial, anak usia dini, perkotaan

Judul	Tahun	Hasil	Keterangan
Perkotaan		empati dan komunikasi. Faktor pendukungnya meliputi kesadaran orang tua dan dukungan lingkungan, sementara hambatannya adalah tekanan ekonomi, kesibukan kerja, dan pengaruh media digital. Modal sosial keluarga terbukti penting dan perlu dikuatkan melalui pola asuh yang adaptif terhadap kehidupan perkotaan.	
Urban–Rural Influences on Parenting and Theory of Mind Development: An Intervelopment: An Intracultur acultural Compar al Comparative Study in Indonesia e Study in Indonesia	2022	Penelitian ini mengkaji pengaruh lokasi domisili dalam satu budaya terhadap perkembangan Theory of Mind (ToM) anak dan praktik pengasuhan orang tua. Melibatkan 350 anak usia 3–6 tahun dan orang tua mereka, penelitian membandingkan tiga wilayah: urban Jakarta, pinggiran kota (Bogor dan Tangerang), dan pedesaan Bukittinggi. Hasil menunjukkan perbedaan signifikan dalam skor ToM, dengan anak-anak di pedesaan memiliki skor tertinggi, disusul anak di kota, lalu pinggiran kota. Perbedaan ini berkaitan dengan pola asuh, di mana orang tua di pedesaan lebih menonjol dalam pola asuh konformitas dan kolektivistik.	Parent’s Education, Parenting, Rural, Theory of Mind, Urban
Perubahan Perilaku Sosial Anak Usia Dini sebagai Dampak Pembatasan Gadget oleh Orangtua di Lombok Timur	2025	Penelitian ini mengkaji dampak pembatasan penggunaan gadget terhadap perilaku sosial anak usia dini di Lombok Timur. Dengan studi kasus pada dua anak berusia 6 dan 8 tahun, ditemukan bahwa pembatasan gadget secara konsisten meningkatkan regulasi emosi, interaksi sosial, dan pola hidup sehat. Anak usia 8 tahun menunjukkan adaptasi lebih cepat dibanding anak usia 6 tahun. Perubahan perilaku terjadi melalui empat fase: penolakan, adaptasi awal, penyesuaian sosial, dan perkembangan optimal. Hasil ini menegaskan pentingnya peran aktif orang tua dan strategi pembatasan yang disesuaikan dengan usia anak.	perilaku sosial anak, pembatasan gadget, digital parenting, usia dini, studi kasus
Dampak Penggunaan Gadget terhadap Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini	2024	Penelitian ini mengkaji dampak penggunaan gadget terhadap kecerdasan emosi anak usia dini di Kelurahan Tembilihan Hilir. Dengan pendekatan kualitatif melalui observasi dan wawancara terhadap 10 anak usia 5–6 tahun, hasil menunjukkan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan berdampak negatif pada aspek kecerdasan emosi seperti kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial. Dari 10 anak, 4 belum mampu menunjukkan kecerdasan emosi yang baik, 4 mulai mampu, dan hanya 2 yang sudah mampu.	penggunaan gadget, kecerdasan emosi, anak usia dini, pengaturan diri
Influence of Gadget Usage on Children's Social-Emotional Development	2018	Penggunaan gadget pada anak-anak dapat menyebabkan isolasi, masalah pengelolaan emosi, dan kurangnya interaksi dengan teman sebaya dan tetangga, yang mempengaruhi perkembangan sosial-emosional mereka.	gadget, social-emotional, children
Penggunaan Gawai, Interaksi Ibu-Anak, dan Perkembangan Sosial-Emosional Anak Prasekolah	2020	Meningkatkan interaksi ibu-anak dapat meningkatkan perkembangan sosial-emosional pada anak prasekolah.	Penggunaan gawai, interaksi ibu-anak, perkembangan sosial-emosional.
Mendeteksi	2024	Orang tua dapat mencegah kecanduan gawai pada	kecanduan

Judul	Tahun	Hasil	Keterangan
Ancaman Kecanduan Gadget pada Anak Usia Dini		anak kecil dengan membatasi penggunaan gawai, memilih aplikasi yang sesuai, memantau penggunaannya, serta menjadi teladan yang baik.	gadget, anak usia dini, peran orang tua
Penggunaan Gadget dan Kejadian Temper Tantrum pada Anak Usia 1 Hingga 5 Tahun	2023	Banyak orang tua memberikan gadget kepada balita sejak dini dengan alasan sebagai media belajar, alat komunikasi, dan sarana bermain, namun hal ini justru menimbulkan kecemasan tersendiri. Kondisi tersebut membuat orang tua mulai mengeluhkan perubahan perilaku anak ketika mereka tidak diberikan gadget sesuai keinginannya. Anak menjadi menangis keras, tantrum, dan menunjukkan perilaku agresif.	penggunaan gadget, temper tantrum, balita
Parental Understanding to Overcome Tantrums In Early Childhood In Ummul Habibah Kindergarten Kelambir Village V Medan	2020	Orang tua harus memahami tantrum dan cara mengatasinya, bukan memberikan gadget kepada anak untuk menghentikan perilaku mereka.	pemahaman orang tua, tantrum, anak usia dini.
Empathic Communication Skill Optimization for Minimizing Children's Excessive Use of Gadgets	2022	Keterampilan komunikasi empatik secara efektif dapat mengurangi frekuensi penggunaan gadget yang berlebihan pada anak, mendorong perkembangan yang sehat, dan menghindarkan mereka dari potensi risiko kesehatan.	komunikasi empatik, penggunaan gadget, perkembangan anak
Mengurai Kekacauan Emosional: Analisis Mendalam Cara Orang Tua Untuk Menghadapi Tantrum Pada Anak Usia Dini	2025	Orang tua dapat menangani tantrum pada anak usia dini secara efektif dengan membiarkan anak menenangkan diri terlebih dahulu, memeluk mereka, serta mendorong anak untuk berbicara tentang perasaan dan penyebabnya.	tantrum, pengasuhan orang tua, regulasi emosi.
Case Study of Tantrum Behavior in Early Childhood	2023	Perkembangan emosi pada masa kanak-kanak merupakan faktor penentu sikap dan perilaku anak di masa depan. Ketidakefektifan dalam mengembangkan kemampuan emosional anak dapat memunculkan emosi negatif yang salah satunya berupa tantrum. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perilaku tantrum pada anak. Tujuan penelitian ini adalah untuk menyelidiki apa saja yang menyebabkan anak mengalami tantrum serta apa yang dapat dilakukan orang tua dan pendidik untuk mengurangi terjadinya ledakan emosi tersebut.	tantrum, perkembangan emosi, anak usia dini
Dampak Pemberian Gadget Pada Anak Balita Di Desa Patemon Kecamatan Seririt	2022	Anak-anak kini menjadi konsumen aktif, di mana banyak produk gadget dengan beragam aplikasi secara khusus menjadikan anak sebagai target pasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak pemberian gadget pada anak di bawah lima tahun di Desa Patemon, Kecamatan Seririt. Memberikan gadget kepada balita dapat menyebabkan tantrum, gangguan penglihatan, dan waktu minimal antara orang tua dan anak.	pemberian gadget, balita, dampak perkembangan



Judul	Tahun	Hasil	Keterangan
Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Psikologi Anak Balita di Desa Laut Dendang	2024	Penggunaan gadget berdampak negatif terhadap psikologi anak di bawah lima tahun di Desa Laut Dendang, sehingga memicu kecanduan dan emosi yang tidak terkendali.	psikologi anak, penggunaan gadget, kecanduan
The Effect Of Gadget Use Intensity On Emotion Regulation In Elementary School-Age Children	2024	Regulasi emosi dipengaruhi oleh intensitas penggunaan gadget, sehingga perlu dibuat jadwal penggunaan gadget yang jelas dan konsisten, menyediakan aktivitas alternatif yang menarik dan edukatif, serta mengedukasi anak mengenai penggunaan gadget yang sehat.	intensitas gadget, regulasi emosi, anak usia sekolah
Parenting dimensions/styles and emotion dysregulation in childhood and adolescence: a systematic review and Meta-analysis	2022	Tren umum menunjukkan bahwa pengasuhan positif (misalnya kehangatan, dukungan) memiliki hubungan negatif dengan disfungsi regulasi emosi, sedangkan pengasuhan negatif (misalnya kontrol psikologis, otoriter) memiliki hubungan positif dengan kondisi tersebut.	pola asuh, regulasi emosi, anak-remaja.
The Effect of Parenting Styles for Children's Behaviour on Using Gadget at Revolution Industry	2021	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pemahaman orangtua dengan pola asuh otoritatif yaitu mampu mengklasifikasikan, menganalisis, membandingkan, dan mengevaluasi pola asuh yang dilakukan. Pemahaman tersebut berpengaruh pada penggunaan gawai anak dirumah dengan menunjukkan sikap disiplin dan mentaati aturan, anak dapat berpikir kritis dan mandiri saat menggunakan.	pola asuh, perilaku anak, penggunaan gadget.
Implementation of Digital Parenting on Early Childhood Gadget Addiction: A Scoping Review	2024	Penelitian ini bertujuan untuk mengulas berbagai bentuk implementasi digital parenting yang efektif, khususnya bagaimana orang tua dapat membentuk perilaku anak dalam menggunakan gadget. Penelitian dilakukan dengan metode scoping review, yang mengkaji artikel-artikel berbahasa Indonesia dari dua database besar, yaitu PubMed dan ScienceDirect, yang dipublikasikan pada rentang waktu 2018–2022.	digital parenting, kecanduan gadget, anak usia dini.
Dampak Teknologi Digital terhadap Regulasi Emosi Anak Usia Dini dan Peran Pengawasan Orang Tua	2025	Penelitian ini mengkaji dampak penggunaan teknologi digital terhadap regulasi emosi anak usia dini serta peran pengawasan orang tua dalam konteks era digital. penelitian ini menemukan bahwa penggunaan teknologi secara berlebihan dapat berdampak negatif pada aspek regulasi emosi, seperti kemampuan anak mengelola stres, mengekspresikan emosi secara tepat, dan berinteraksi secara sosial. Hasil kajian menunjukkan bahwa anak-anak yang menggunakan gadget tanpa pengawasan cenderung mengalami gangguan emosi seperti kecemasan, mudah marah, serta kurang empati dan kontrol diri. Sebaliknya, pengawasan aktif orang tua melalui pembatasan waktu layar, pendampingan, dan pemilihan konten terbukti efektif meminimalkan dampak negatif tersebut. Dari artikel yang dianalisis, mayoritas menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua secara langsung sangat berperan dalam membentuk	teknologi digital, regulasi emosi, pengawasan orang tua.



Judul	Tahun	Hasil	Keterangan
		regulasi emosi anak yang sehat di era digital.	
Meta Analisis Pengaruh Pola Asuh Dalam Memberikan Gadget Terhadap Sosial Emosional Anak Usia Dini	2024	Penelitian ini menganalisis pengaruh pola asuh orang tua dalam memberikan gadget terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini melalui metode Systematic Literature Review berbasis PRISMA, dengan menelaah berbagai penelitian dari tahun 2019–2024. Berdasarkan analisis meta terhadap tiga artikel utama, ditemukan bahwa rata-rata effect size berada pada kategori sedang (rata-rata 0,19), dengan pengaruh pola asuh demokratis paling besar yaitu 68,2%. Hasil menunjukkan bahwa anak yang terpapar gadget secara berlebihan dan tanpa pendampingan cenderung mengalami gangguan sosial-emosional, seperti ketergantungan emosional pada gadget, kesulitan bersosialisasi, dan keterlambatan dalam perkembangan empati. Survei menunjukkan 47% anak menghabiskan sebagian besar waktunya dengan gadget, dan 43% menunjukkan keterikatan emosional terhadap perangkat. Oleh karena itu, pola asuh yang tepat seperti pembatasan waktu layar, pendampingan aktif, dan pemberian contoh positif oleh orang tua sangat penting dalam mendukung perkembangan sosial emosional anak usia dini secara optimal.	pola asuh, sosial-emosional, penggunaan gadget.
Fenomena Kecanduan Gadget pada Anak Usia Prasekolah akibat Pergeseran Nilai Budaya dan Faktor Kognitif Sosial	2024	Penelitian ini mengkaji fenomena kecanduan gadget pada anak usia pra-sekolah di Indonesia akibat pergeseran nilai budaya dan pengaruh kognitif sosial. penelitian ini menemukan bahwa perilaku kecanduan gadget pada anak dipengaruhi oleh modeling dari lingkungan terdekat, khususnya orang tua, serta nilai-nilai budaya yang bergeser ke arah modernisasi dan penggunaan teknologi secara masif. Anak-anak pada usia 3–6 tahun cenderung meniru perilaku orang tua yang menggunakan gadget secara berlebihan, sehingga mereka mengalami gangguan perkembangan motorik halus, kognitif, sosial, hingga emosi seperti tantrum saat gadget diambil. Selain itu, faktor pengasuhan seperti kurangnya pengawasan dan keterlibatan orang tua turut memperparah kondisi ini. Oleh karena itu, peran orang tua sangat krusial dalam mengontrol penggunaan gadget, menjadi teladan positif, dan mendorong aktivitas alternatif bagi anak untuk mencegah kecanduan sejak dini.	kecanduan gadget, nilai budaya, kognitif sosial.
Dampak Gaya Pengasuhan Orang Tua terhadap Sikap Nomophobia pada Anak	2022	Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas orang tua menerapkan gaya pengasuhan permisif yang berlebihan, di mana anak diberikan kebebasan menggunakan gadget tanpa batasan yang jelas. Hal ini berdampak pada munculnya gejala nomophobia pada anak, yaitu ketergantungan terhadap gadget hingga menunjukkan perilaku tantrum saat perangkat diambil. Dalam konteks ini, peran orang tua cenderung tergantikan oleh gadget, karena kesibukan mereka lebih diutamakan dibanding keterlibatan langsung dalam pengasuhan. Penelitian ini menekankan pentingnya kesadaran dan keterampilan pengasuhan yang tepat agar anak-anak dapat tumbuh	gaya pengasuhan, nomophobia, ketergantungan gadget.

Judul	Tahun	Hasil	Keterangan
		tanpa bergantung pada teknologi, serta pentingnya pendampingan orang tua dalam membentuk karakter dan perilaku anak sejak dini.	
Analysis of Parenting Patterns for Early Childhood with Gadget Addiction	2024	Penelitian ini menganalisis pola asuh orang tua terhadap anak usia dini yang mengalami kecanduan gadget di Desa Kersik Tuo, Kayu Aro. Menggunakan pendekatan studi kasus kualitatif, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi. Hasil menunjukkan variasi pola asuh, dari yang otoritatif dengan pembatasan dan pengawasan ketat, hingga yang permisif tanpa pengawasan memadai. Temuan ini menekankan pentingnya peran orang tua dalam mengontrol penggunaan gadget serta perlunya edukasi mengenai dampak negatif kecanduan gadget terhadap perkembangan anak.	early childhood, gadget addiction, parenting
Millennial Parents' Parenting Patterns are in Danger Use of Early Children's gadget	2023	Penelitian ini menganalisis pola asuh orang tua milenial terkait penggunaan gadget pada anak usia dini di Desa Tunggulrejo, Grobogan. Dengan metode observasi, wawancara, dan dokumentasi terhadap lima subjek, ditemukan bahwa mayoritas orang tua menerapkan pola asuh permisif, yang memberi kebebasan tanpa batasan meskipun anak berbuat salah. Dampak negatif dari penggunaan gadget yang tidak terkontrol meliputi gangguan mata, emosi mudah meledak, kecenderungan menyendiri, dan malas beraktivitas. Temuan ini menekankan pentingnya kesadaran orang tua dalam mengatur penggunaan gadget pada anak.	gadget, anak usia dini, pola asuh, millennials

Hasil pengkajian secara umum ditemukan 90% artikel menunjukkan adanya hubungan negatif antara durasi penggunaan *gadget* yang tinggi dengan keterlambatan perkembangan anak, terutama dalam kemampuan komunikasi dan interaksi sosial. Beberapa artikel lainnya menyoroti faktor-faktor yang dapat memoderasi dampak tersebut, seperti pendampingan orang tua, konten yang diakses, serta waktu pertama kali anak diperkenalkan pada *gadget*. Hasil kajian ini memberikan temuan mendalam mengenai dampak penggunaan *gadget*, salah satunya perilaku tantrum. Dibutuhkan penelitian lanjutan untuk meninjau faktor-faktor internal yang dapat memperburuk atau memicu munculnya tantrum, terutama dalam konteks anak-anak yang mengalami keterlambatan dalam kemampuan komunikasi maupun interaksi sosial.

Temuan menarik ditemukan terkait faktor-faktor yang dapat menyebabkan tantrum pada anak, terutama yang memiliki kaitan pada kondisi internal anak. Pertama, ketika anak kesulitan mengungkapkan perasaan, keinginannya tidak terpenuhi, merasa lapar, lelah, sakit, atau mengalami stres akibat tugas sekolah. Kedua, anak juga bisa mengalami tantrum karena merasa tidak aman secara emosional (Izzatuln dalam Effendy & Sari, 2022). Hal ini sejalan dengan pendapat Kirana (2013), yang menyebutkan bahwa faktor fisiologis seperti kelelahan, rasa lapar, atau kondisi sakit, serta faktor psikologis seperti rasa gagal, stres, atau perasaan tidak aman, turut berkontribusi terhadap munculnya perilaku tantrum.

Pola asuh juga memiliki peran penting muncul perilaku tantrum pada anak. Hal ini berkaitan dengan bagaimana anak belajar mengelola emosinya. Secara sederhana, gaya pengasuhan mencerminkan bagaimana orang tua merespon komunikasi anak dan menindaklanjuti

perilaku yang terjadi di rumah. Untuk mewujudkan prinsip bahwa "semua anak adalah bintang", peran orang tua sangat diperlukan dalam membimbing perilaku anak. Keterlibatan orang tua dalam pola asuh dan pendidikan anak merupakan proses penting untuk meningkatkan kualitas pendidikan, membentuk karakter anak, serta menciptakan lingkungan belajar yang ramah anak agar tumbuh kembangnya optimal (Yulia dkk., 2021). Tantrum sangat dipengaruhi oleh cara pengasuhan, apakah orang tua menggunakan pendekatan yang positif atau sebaliknya. Pola asuh yang tidak tepat, seperti kurangnya pengetahuan orang tua, dapat menyebabkan anak terbiasa dengan tantrum. Sebaliknya, pola asuh yang baik akan membantu membentuk kepribadian anak yang kuat dan tahan terhadap tekanan (Putri, 2021). Selain itu, memanjakan anak secara berlebihan maupun kurangnya perhatian dari orang tua juga menjadi penyebab munculnya perilaku tantrum (Rifdatul dkk., 2021).

Di tengah perkembangan teknologi digital, pemberian gawai kepada anak kini menjadi praktik umum di banyak keluarga Indonesia, yang juga mempengaruhi regulasi emosi anak. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa ketika orangtua menggunakan media digital sebagai alat untuk menenangkan anak saat mengalami emosi negatif, hal ini dapat menghambat proses perkembangan regulasi diri anak secara aktif. Misalnya, alih-alih membantu anak mengelola emosinya melalui pendampingan, orangtua cenderung langsung memberikan layar untuk meredakan tantrum atau reaksi negatif (Coyne dkk., 2021; Gordon-Hacker & Gueron-Sela, 2020). Ketika orang tua menggunakan media digital sebagai alat utama untuk meredakan emosi anak, hal ini dapat menghambat proses pembelajaran regulasi emosi yang sehat. Anak cenderung tidak mendapatkan kesempatan untuk belajar strategi *coping* yang lebih adaptif dan berpotensi mengembangkan pola perilaku negatif yang bersifat instrumental (seperti menangis untuk mendapatkan akses ke layar) (Brauchli dkk., 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Azwi (2022), mengungkapkan selain pengaruh media digital terhadap regulasi emosi, pola asuh orang tua juga menjadi faktor krusial dalam perkembangan sosial emosional anak. Hasil penelitian menunjukkan sebesar 81.7% mayoritas orang tua menerapkan pola asuh demokratis dalam penggunaan gawai pada anak usia dini. Pola asuh terbukti signifikan berhubungan dengan perkembangan sosial emosional anak ( $p = 0,014$ ) dengan 71,4% anak dengan pola asuh demokratis memiliki perkembangan sosial emosional yang baik, dibandingkan hanya 28,6% pada anak dengan pola asuh otoriter dan permisif. Penggunaan gawai yang berlebihan terbukti menghambat aktivitas fisik dan sosial anak, seperti gangguan tidur dan penurunan prestasi belajar. Selain itu, penggunaan gawai yang tidak terkontrol juga meningkatkan risiko masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, defisit perhatian, autisme, bipolar, dan gangguan perilaku lainnya. Anak-anak yang terlalu sering menggunakan gawai cenderung lebih suka menyendiri, kurang peka terhadap emosi teman sebaya, dan memiliki ekspresi emosi yang terbatas.

Temuan ini diperkuat oleh penelitian oleh Khoirul dkk. (2024) yang menunjukkan anak yang terpapar gawai secara berlebihan tanpa pendampingan cenderung mengalami gangguan sosial emosional, seperti ketergantungan emosional terhadap gawai, kesulitan bersosialisasi, dan keterlambatan dalam perkembangan empati. Survei mengungkapkan bahwa 47% anak menghabiskan sebagian besar waktunya dengan gawai, sementara 43% menunjukkan keterikatan emosional terhadap perangkat. Oleh karena itu, pola asuh yang tepat seperti pembatasan waktu layar, pendampingan aktif, serta pemberian contoh positif oleh orang tua menjadi faktor kunci untuk mendukung perkembangan sosial emosional anak secara optimal.

Menariknya, beberapa penelitian juga menyoroti pola pengasuhan yang makin umum terjadi di era digital, yaitu ketika orangtua menggunakan media digital sebagai "obat cepat" untuk

meredakan emosi negatif anak. Alih-alih mendampingi anak melewati emosi seperti marah, kecewa, atau frustrasi, banyak orang tua justru memilih jalan pintas dengan langsung menyodorkan layar begitu anak mulai tantrum atau rewel (Coyne dkk., 2021; Gordon-Hacker & Gueron-Sela, 2020). Sekilas, strategi ini memang terlihat praktis, anak jadi diam, rumah tenang, dan orang tua bisa kembali fokus pada pekerjaan atau aktivitas lainnya. Hal ini terutama sering dilakukan oleh orang tua dengan jadwal padat, seperti ibu yang berprofesi sebagai wanita karier, yang mengakui memberikan gawai sebagai cara agar anak tetap tenang saat mereka tidak bisa hadir secara penuh (Nurjanah dkk., 2024).

Namun, di balik kepraktisannya, pendekatan ini justru dapat berdampak pada perkembangan regulasi emosi anak. Ketika media digital digunakan secara terus-menerus sebagai alat utama untuk meredakan emosi, anak berisiko kehilangan kesempatan penting untuk belajar mengenali dan mengelola emosinya secara mandiri. Dalam jangka panjang, anak menjadi terbiasa mencari kenyamanan dari layar, bukan dari proses pengelolaan emosi yang sehat. Beberapa anak bahkan dapat mengembangkan pola perilaku instrumental, seperti sengaja menangis atau marah demi mendapatkan akses ke gawai. Alih-alih belajar strategi *coping* yang adaptif, anak justru memahami bahwa perilaku negatif dapat menjadi “jalan pintas” untuk memperoleh apa yang diinginkan (Brauchli dkk., 2024). Selain digunakan untuk meredakan kerewelan, gawai juga sering diberikan untuk mencegah anak bermain di luar rumah dan menjadi kotor, atau dijadikan alat komunikasi dan pemantauan dari jarak jauh saat orangtua tidak bisa menemani secara langsung (Nurjanah dkk., 2024). Dengan demikian, meskipun maksudnya baik, pendekatan ini dapat menjadi bumerang dalam jangka panjang jika tidak disertai dengan pendampingan dan pengasuhan yang sadar media.

Kondisi ini semakin mengkhawatirkan ketika dikaitkan dengan temuan empiris yang menunjukkan adanya hubungan langsung antara durasi paparan media digital dan rendahnya kemampuan regulasi diri anak. Studi oleh Domoff dkk. (2023) menunjukkan bahwa semakin tinggi durasi penggunaan perangkat gawai dan televisi oleh anak prasekolah, semakin rendah pula kemampuan regulasi diri yang mereka miliki. Menariknya, perangkat gawai muncul sebagai prediktor yang lebih kuat dibandingkan televisi, kemungkinan karena sifatnya yang lebih interaktif, personal, dan intensif dalam menarik perhatian anak. Temuan ini tetap signifikan bahkan setelah mempertimbangkan perilaku media dari orang tua serta kemampuan regulasi emosi anak sebelumnya, yang berarti bahwa penggunaan gawai oleh anak itu sendiri memainkan peran penting dalam pembentukan kemampuan regulasi diri. Dengan kata lain, ketika anak terlalu sering bersentuhan dengan media digital tanpa kontrol atau pendampingan yang memadai, mereka berisiko mengalami hambatan dalam mengembangkan keterampilan penting untuk mengenali, memahami, dan mengelola emosi mereka secara sehat.

Sayangnya, di tengah kesibukan orang tua, penggunaan media digital kerap dijadikan solusi instan untuk menenangkan anak yang sedang mengalami emosi negatif. Beberapa penelitian menyoroti pola pengasuhan yang makin umum, yaitu ketika orang tua menggunakan gawai sebagai “obat cepat” saat anak tantrum atau rewel (Coyne dkk., 2021; Gordon-Hacker & Gueron-Sela, 2020). Alih-alih mendampingi anak menghadapi perasaan marah, kecewa, atau frustrasi, banyak orang tua justru langsung menyodorkan layar demi menciptakan suasana rumah yang tenang. Sekilas memang tampak efektif, anak berhenti menangis, orang tua bisa kembali bekerja, namun strategi ini menyimpan dampak jangka panjang yang tak bisa diabaikan. Anak yang terbiasa memperoleh kenyamanan melalui layar bisa kehilangan kesempatan emas untuk belajar mengelola emosinya sendiri. Bahkan, dalam jangka panjang,

mereka mungkin mengembangkan pola perilaku instrumental, seperti sengaja menangis untuk mendapatkan akses ke gawai (Brauchli dkk., 2024).

Penggunaan media digital sebagai alat pengalih juga kerap digunakan dalam berbagai konteks praktis. Beberapa orang tua, terutama ibu yang bekerja atau memiliki jadwal padat, mengakui bahwa pemberian gawai sering kali dilakukan agar anak tetap tenang saat mereka sibuk bekerja atau untuk mencegah anak bermain di luar rumah dan menjadi kotor. Selain itu, dalam kondisi di mana orang tua tidak bisa terus-menerus hadir secara fisik, gawai pun difungsikan sebagai alat komunikasi dan pemantauan jarak jauh terhadap anak (Nurjanah dkk., 2024). Meskipun dilakukan dengan niat baik, pendekatan ini berisiko menghambat pembelajaran strategi *coping* yang adaptif dan membentuk ketergantungan emosional pada media digital.

Dampak dari pola pemberian gawai ini tercermin dalam perilaku sehari-hari anak. Sebagian anak menunjukkan respons yang lebih tenang ketika diberikan gawai saat sedang rewel (18%). Namun, terdapat pula anak yang menjadi mudah marah apabila gawai tidak diberikan (13,1%). Bahkan, sebanyak 9,8% anak cenderung mengabaikan lingkungan sekitar dan tidak merespons ketika diajak bicara karena terlalu fokus pada layar (Rahmawati & Latifah, 2020). Temuan-temuan ini mencerminkan bahwa penggunaan media digital tanpa pengawasan yang tepat dapat berdampak pada aspek sosial dan emosional anak. Sayangnya, pengawasan orang tua terhadap penggunaan gawai anak masih tergolong rendah. Lebih dari separuh ibu (51,6%) diketahui memiliki kontrol rendah terhadap penggunaan gawai oleh anak, dengan rata-rata skor pengawasan sebesar 36,1. Hanya 4,9% yang menunjukkan kontrol tinggi, dan mayoritas tidak mengaktifkan fitur penyaring konten atau memberikan arahan jelas terkait situs atau gim yang boleh diakses (Rahmawati & Latifah, 2020).

Berdasarkan pembahasan-pembahasan tersebut, perilaku tantrum pada anak usia dini tidak dapat dilepaskan dari dinamika internal anak, pola pengasuhan, dan pengaruh *gadget*. Tantrum muncul sebagai respons terhadap ketidaknyamanan emosional dan fisik yang belum dapat diungkapkan dengan cara yang adaptif. Di sisi lain, pola asuh demokratis terbukti mendukung perkembangan sosial emosional yang lebih sehat, terutama ketika diiringi dengan pengawasan terhadap penggunaan media digital. Penggunaan gawai sebagai alat pengalih emosi tanpa pendampingan yang memadai berisiko menghambat pembentukan *self-regulation* (regulasi diri) anak dan membentuk pola perilaku yang maladaptif. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua secara aktif dan sadar media menjadi faktor kunci dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal, baik dari aspek emosional, sosial, maupun pada area yang hingga saat ini masih belum memiliki analisis jangka panjang yang jelas mengenai dampak penggunaan media terhadap perkembangan anak..

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini menegaskan bahwa perilaku tantrum pada anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal seperti kondisi fisiologis dan psikologis, tetapi juga erat kaitannya dengan pola asuh orang tua dan penggunaan media digital. Pemberian gawai sebagai solusi instan untuk meredakan emosi anak dapat menghambat perkembangan regulasi diri, sementara pola asuh demokratis terbukti lebih efektif dalam mendukung perkembangan sosial emosional anak dibandingkan pola asuh otoriter atau permisif. Temuan ini memperlihatkan pentingnya keterlibatan aktif orang tua dalam mengarahkan serta mendampingi penggunaan gawai, sekaligus membekali anak dengan strategi *coping* yang adaptif. Dalam jangka panjang, pendekatan pengasuhan yang sadar media menjadi kunci untuk membentuk anak yang tidak

hanya mampu mengelola emosinya, tetapi juga memiliki kualitas sosial emosional yang sehat. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kehangatan dari orang tua dapat membantu anak mengembangkan kemampuan *self-regulation* dan keterampilan bersosialisasi (Zhao dkk., 2024). Kehangatan emosional berarti orang tua menunjukkan dukungan, kepedulian, dan penerimaan terhadap anak-anak mereka.

Dari sisi praktis, hasil penelitian memberikan arahan konkret bagi orang tua, pendidik, dan praktisi. Pemberian gawai saat tantrum sebaiknya tidak dijadikan strategi utama karena berpotensi membentuk pola ketergantungan dan melemahkan kemampuan anak untuk mengelola emosinya secara mandiri. Orang tua disarankan untuk menerapkan pendekatan pengasuhan yang lebih responsif dan demokratis, yaitu dengan menunjukkan kehangatan, memberikan batasan yang konsisten, serta membantu anak mengenali dan mengekspresikan emosinya secara adaptif. Selain itu, penting bagi orang tua untuk membangun alternatif penanganan tantrum yang non-digital, seperti teknik menenangkan, aktivitas sensori, atau permainan sederhana yang sesuai usia anak. Penelitian ini juga menekankan perlunya program edukasi keluarga yang berfokus pada pengelolaan *screen time* dan penggunaan media digital yang sehat. Intervensi semacam ini diharapkan dapat membekali orang tua dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk membangun pola pengasuhan yang tidak bergantung pada gawai serta mendukung perkembangan emosi anak secara jangka panjang.

Studi di masa depan diharapkan dapat mengeksplorasi intervensi berbasis edukasi orang tua mengenai pengelolaan *screen time*, serta menguji efektivitas strategi pengasuhan alternatif yang mampu mencegah ketergantungan gawai dan perilaku tantrum pada anak usia dini. Penelitian lanjutan juga dapat memperluas konteks dengan melibatkan sampel yang lebih beragam, termasuk variabel seperti tingkat pendidikan orang tua, pola komunikasi keluarga, serta kualitas lingkungan bermain anak. Selain itu, pengembangan model intervensi jangka panjang yang mengintegrasikan pendekatan psikologis, edukatif, dan digital parenting sangat diperlukan untuk memetakan dampak berkelanjutan dari penggunaan gawai terhadap regulasi emosi anak. Studi eksperimental atau quasi-eksperimental juga direkomendasikan untuk menguji sebab-akibat secara lebih mendalam antara intensitas penggunaan gadget, pola asuh, dan dinamika emosi anak.

## **KREDIT/PENGAKUAN**

Peneliti menyampaikan terima kasih yang mendalam kepada Pratiwi Hozeng selaku dosen pembimbing dan Charli Sitinjak atas bimbingan, arahan, dan umpan balik yang berharga selama proses penulisan artikel ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para penulis jurnal dan artikel yang menjadi rujukan dalam penelitian ini, yang kontribusinya turut memperkaya analisis dan pembahasan dalam karya ini.

## **REFERENSI**

- Ariani, A. (2017). Effects of playing with gadgets on elementary school children in urban and rural environment. *Health Science International Conference (HSIC 2017)* (pp. 22-27). Atlantis Press. <https://www.atlantis-press.com/article/25885821.pdf>
- Azwi, A. I., Yenni, Y., & Vianis, O. (2022). Hubungan pola asuh orang tua terhadap perkembangan sosial emosional anak yang menggunakan gawai pada anak usia dini. *REAL in Nursing Journal*, 5(1), 24–24. <https://doi.org/10.32883/rnj.v5i1.1507>

- Fitzpatrick, C., Harvey, E., Cristini, E., Laurent, A., Lemelin, J., & Garon-Carrier, G. (2022). Is the association between early childhood screen media use and effortful control bidirectional? A prospective study during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.918834>
- Herdiana, M. F. P., & Santoso, M. B. (2024). Fenomena kecanduan gawai pada anak usia pra sekolah akibat pergeseran nilai budaya dan faktor kognitif sosial. *Jurnal Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 5(3), 150-165. <https://doi.org/10.24198/jppm.v5i3.61521>
- Khoirul, A., Azizah, N. N., Salwa, N. S., & Fidrayani, N. F. (2024). Meta analisis pengaruh pola asuh dalam memberikan gawai terhadap sosial emosional anak usia dini. *Khirani*, 2(2), 117–124. <https://doi.org/10.47861/khirani.v2i2.1081>
- Lindriany, J., Hidayati, D., & Nasaruddin, D. M. (2023). Urgensi literasi digital bagi anak usia dini dan orang tua. *Journal of Education and Teaching (JET)*, 4(1), 35–49. <https://doi.org/10.51454/jet.v4i1.201>
- Mulfiani, T. N., & Rakimahwati. (2022). Case study of tantrum behavior in early childhood. *Al Ishlah*, 15(3), 1-5. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v15i3.4173>
- Mylitenotes.com. (2024). Penyuluhan dampak kecanduan gadget pada anak. LLDikti Wilayah V Yogyakarta. <https://lldikti5.kemdikbud.go.id/home/detailpost/penyuluhan-dampak-kecanduan-gadget-pada-anak#:~:text=Berdasarkan%20data%20BPS%20%2C%20jumlah%20pengguna,memicu%20kecanduan%20gadget%20pada%20anak.>
- Nurjanah, A., Suyadi, & Diana, R. R. (2024). Dampak penggunaan gawai terhadap kecerdasan emosi anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 32–44. <https://journal.ibrahimy.ac.id/index.php/Atthufulah/article/view/3615/2708>
- Novalia, R., & Kusayang, T. (2024). Analysis of parenting patterns for early childhood with gawai addiction. *JOYCED: Journal of Early Childhood Education*, 4(2), 130-140. <https://doi.org/10.14421/joyced.2024.42-05>
- Nuria, R., & Anam, K. (2022). Dampak gaya pengasuhan orang tua terhadap sikap nomophobia pada anak. *Jurnal Ilmu Pendidikan dan Sains Islam Interdisipliner*, 1(2), 63-69. <https://doi.org/10.59944/jipsi.v1i2.39>
- Putri, N. R. I. A. T., Astuti, V. W., & Zuhrufillah, I. (2023). Penggunaan gadget dan kejadian temper tantrum pada anak usia 1 hingga 5 tahun. *Jurnal Keperawatan Rafflesia*, 5(1), 47-56. <https://doi.org/10.33088/jkr.v5i1.907>
- Pramudyani, A. V. R. (2020). The effect of parenting styles for children's behaviour on using gadget at revolution industry. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 51. <http://dx.doi.org/10.31004/obsesi.v5i1.520>
- Radesky, J. S., Kaciroti, N., Weeks, H. M., Schaller, A., & Miller, A. L. (2022). Longitudinal associations between use of mobile devices for calming and emotional reactivity and executive functioning in children aged 3 to 5 years. *JAMA Pediatrics*, 177(1), 62-70. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2022.4793>
- Rahmawati, M., & Latifah, M. (2020). Penggunaan gawai, interaksi ibu-anak, dan perkembangan sosial-emosional anak prasekolah. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 13(1), 75–86. <https://doi.org/10.24156/jikk.2020.13.1.75>
- Ramandhani, D. F., Arbarini, M., & Loretha, A. F. (2024). Milenial parents' parenting patterns are in danger use of early children's gadgets. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 11(3), 373–382. <https://doi.org/10.23887/paud.v11i3.67258>
- Rizqi, N. P. A., Kuntoro, I. A., & Halim, L. (2022). Urban–rural influences on parenting and theory of mind development: an intracultural comparative study in Indonesia. *Psychological Research on Urban Society*, 5(1), 30-42. <https://doi.org/10.7454/proust.v5i1.126>



- Robson, D. A., Allen, M. S., & Howard, S. J. (2020). Self-regulation in childhood as a predictor of future outcomes: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 146(4), 324-354. <https://core.ac.uk/download/pdf/287817388.pdf>
- Sehularo, L. A., Molato, B. J., Mokgaola, I. O., & Gause, G. (2021). Coping strategies used by nurses during the COVID-19 pandemic: A narrative literature review. *Health SA Gesondheid*, 26(0), a1652, 1-8. <https://doi.org/10.4102/hsag.v26i0.1652>
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104(1), 333-339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
- Suhana, M. (2017). Influence of gadget usage on children's social-emotional development. *International Conference of Early Childhood Education (ICECE 2017)* (pp. 224-227). Atlantis Press. <https://www.atlantis-press.com/proceedings/icece-17/25889776>
- Waruwu, M. (2024). Pendekatan penelitian kualitatif: Konsep, prosedur, kelebihan dan peran di bidang pendidikan. *Afeksi: Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 5(2), 198-211.
- Yan, Z., Lin, W., Ren, J., Ma, Q., & Qin, Y. (2024). Parenting styles and young children's problem behaviours: The mediating role of electronic media usage. *Early Child Development and Care*, 194(13-14), 1435-1451. <https://doi.org/10.1080/03004430.2024.2360513>
- Zhao, J., Wu, M., Wu, L., Hou, H., Xie, J., Su, C., ... & Wu, J. (2024). Parental mindful parenting and adolescent resilience: the chain mediating role of self-compassion and emotion regulation. *Current Psychology*, 43(41), 32399-32411. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-06743-6>