

Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perilaku Temper Tantrum pada Anak Usia 4-6 Tahun (Studi Kasus di Desa Senuro)

Rahmi Rahmi¹, Henny Helmi², Azizah Husin³

123dstProdi Pendidikan Masyarakat, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya

E-Mail: rahmi.official@gmail.com¹ hennyhelmi@unsri.ac.id² azizahhusin@fkip.unsri.ac.id³

Diterima	25	Mei	2025
Disetujui	18	Desember	2025
Dipublish	18	Desember	2025

Abstract

This study aims to examine the impact of gadget use on temper tantrum behavior in children aged 4–6 years in Senuro Village. The research method used is qualitative with a case study approach. Data for this study were obtained through in-depth interviews with several parents of young children, direct observation of children's behavior in both home and social environments, as well as documentation related to the children's daily gadget usage habits. The study found that excessive gadget use without parental supervision can be a major trigger for the emergence of temper tantrum behavior. Children who are accustomed to using gadgets for extended periods tend to exhibit strong emotional reactions, such as crying, screaming, or displaying aggressive behavior when the gadget is taken away or its usage is restricted. This indicates a dependency on gadgets that interferes with the child's emotional development. Furthermore, the lack of social interaction and parental supervision worsens the situation. Therefore, parental monitoring and time restrictions on gadget usage are essential to prevent and reduce the intensity of temper tantrums in early childhood.

Keywords: *Early Childhood, Gadget, Temper Tantrum*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak penggunaan gadget terhadap perilaku temper tantrum pada anak usia 4-6 tahun di Desa Senuro. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui wawancara mendalam dengan beberapa orang tua yang memiliki anak usia dini, observasi langsung terhadap perilaku anak dalam lingkungan rumah, serta dokumentasi yang berkaitan dengan kebiasaan penggunaan gadget anak sehari-hari. Penelitian ini menemukan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dan tanpa pengawasan orang tua dapat menjadi pemicu utama munculnya perilaku temper tantrum. Anak-anak yang terbiasa bermain gadget dalam waktu lama cenderung menunjukkan reaksi emosional yang kuat, seperti menangis, berteriak, atau menunjukkan sikap agresif ketika gadget diambil atau penggunaannya dibatasi. Hal ini menunjukkan adanya ketergantungan terhadap gadget yang mengganggu perkembangan emosi anak. Selain itu, kurangnya interaksi sosial dan pengawasan dari orang tua dapat memperparah kondisi tersebut. Oleh karena itu, pengawasan dan pembatasan waktu penggunaan gadget oleh orang tua sangat diperlukan untuk mencegah dan mengurangi intensitas temper tantrum pada anak usia dini.



PENDAHULUAN

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di Indonesia mengalami kemajuan yang sangat pesat. Berbagai inovasi terus bermunculan, mulai dari penggunaan telepon koin hingga adanya telepon genggam atau gadget. Gadget tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi, tetapi juga dilengkapi dengan berbagai fitur seperti kamera, permainan serta akses internet. Penggunaannya pun tidak terbatas pada orang dewasa saja, melainkan anak-anak juga sudah terbiasa menggunakan perangkat elektronik tersebut.

Penggunaan gadget dalam durasi yang berlebihan akibat minimnya pengawasan dari orang tua dapat memicu berbagai permasalahan, salah satunya berkaitan dengan perkembangan emosi anak. Di masa kini, anak-anak yang tenggelam dalam permainan gadget sering kali melupakan tanggung jawabnya, seperti belajar berinteraksi sosial. Mereka menjadi kurang responsif terhadap arahan orang tua, bahkan tak jarang menunjukkan sikap marah ketika perangkat tersebut diambil.

Penelitian terdahulu dilakukan oleh Khoerunnisa Nur Fadilah (2024) menunjukan penggunaan gadget yang berlebihan pada anak usia dini memiliki dampak signifikan terhadap munculnya perilaku tantrum. Anak-anak cenderung menunjukkan reaksi emosional yang meledak-ledak apabila keinginan mereka akan gadget tidak terpenuhi. Hal ini menunjukkan adanya ketergantungan terhadap perangkat tersebut.

Anak usia dini rentan mengalami tantrum karena pada tahap ini mereka cenderung bersikap manja dan mengharapkan keinginannya selalu terpenuhi. Meskipun tantrum merupakan hal yang normal dalam proses tumbuh kembang anak, membiarkan perilaku ini berlanjut tanpa penanganan dapat berdampak negatif pada perkembangan anak.

Banyak perilaku bermasalah yang muncul pada masa remaja atau dewasa sering kali dapat ditelusuri kembali ke masa kanak-kanak. Kebiasaan perilaku antisosial yang tidak ditangani sejak dini dapat terbentuk menjadi pola yang sulit diubah (Ismiyama, 2021).

Berdasarkan hasil dari wawancara dengan orang tua yang memiliki anak usia 4-6 tahun, diketahui bahwa anak-anak mereka sudah mengenal dan menggunakan gadget. Rata-rata durasi penggunaan gadget oleh anak-anak berkisar antara 30-1 jam per hari saat berada di rumah. Sebagian besar orang tua mengatakan bahwa anak mereka mulai mengenal gadget sejak usia 3-4 tahun. Penggunaan gadget oleh anak-anak lebih sering untuk bermain game dan menonton video di youtube.

Para orang tua mengungkapkan kekhawatirannya terhadap dampak dari penggunaan gadget yang berlebihan. Anak-anak cenderung lebih sulit diatur, serta menunjukkan perilaku tidak patuh terhadap perintah, seperti tidak mau makan saat sedang asyik bermain gadget. Bahkan, beberapa anak menunjukkan respons emosional yang berlebihan ketika gadget diambil atau saat dilarang menggunakannya, seperti menangis, berteriak, atau marah. Kondisi ini semakin diperparah oleh kebiasaan sebagian orang tua yang sengaja memberikan gadget sebagai cara untuk menenangkan anak rewel atau menangis, tanpa menyadari bahwa hal ini dapat memperkuat perilaku tantrum pada anak.

Temuan awal ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget pada anak usia dini memiliki potensi yang signifikan dalam mempengaruhi aspek perilaku, terutama dalam hal regulasi emosi. Mengingat pentingnya masa usia 4-6 tahun sebagai periode emas dalam perkembangan karakter dan emosi anak, maka diperlukan perhatian khusus terhadap pola penggunaan gadget di usia tersebut.



Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian berjumlah 10 orang tua dan 2 orang guru. Sumber data berasal dari data primer dan data sekunder. Selanjutnya keabsahan data diuji menggunakan triangulasi teknik. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan orang tua, observasi langsung terhadap anak, serta dokumentasi terkait perilaku anak sehari-hari.

Hasil dan Pembahasan

Anak-anak usia dini di Desa Senuro mulai dikenalkan pada penggunaan gadget sejak usia 3 hingga 4 tahun. Gadget paling sering digunakan untuk hiburan, seperti menonton YouTube dan bermain game ringan, dengan durasi harian berkisar antara 2 hingga 5 jam. Meskipun sebagian orang tua telah mencoba menerapkan aturan penggunaan, seperti hanya memperbolehkan setelah anak makan atau pada waktu tertentu, pelaksanaannya masih belum konsisten. Anak-anak lebih memilih konten hiburan dibandingkan edukatif, dan guru mengamati bahwa penggunaan gadget berlebihan berdampak pada penurunan fokus belajar serta interaksi sosial di sekolah. Anak yang terbiasa dengan layar cenderung pasif, mudah bosan, dan kurang mampu mengendalikan emosi, terutama saat dilarang atau dihentikan dari penggunaan gadget. Perilaku temper tantrum yang muncul akibat penggunaan gadget pun sangat beragam, mulai dari tantrum ringan seperti merengek hingga tantrum berat seperti menangis keras, melempar barang, bahkan berguling di lantai. Frekuensinya bervariasi, tergantung pada kontrol orang tua terhadap durasi penggunaan. Tantrum biasanya terjadi saat gadget diambil secara mendadak atau ketika koneksi terganggu. Orang tua menyadari dampak negatif ini dan mencoba menerapkan berbagai strategi, seperti menenangkan anak, memberi alternatif kegiatan kreatif dan fisik, serta

membuat aturan tertulis. Meskipun upaya pembatasan sudah ada, tantangan terbesar adalah konsistensi dalam penerapan aturan, terutama saat orang tua sibuk atau anak terpapar gadget dari lingkungan sekitar. Strategi yang melibatkan interaksi langsung antara orang tua dan anak dinilai paling efektif dalam mengurangi ketergantungan serta mengelola emosi anak dengan lebih baik.

Penggunaan Gadget

Mayoritas anak usia 4-6 tahun di Desa Senuro menggunakan gadget dengan durasi 2-5 jam per hari. Penggunaan gadget sebagian besar bertujuan untuk hiburan, seperti menonton video atau bermain game, dan ada yang digunakan untuk tujuan edukatif. Orang tua cenderung memberikan gadget agar anak tidak rewel atau agar bisa melakukan pekerjaan rumah tanpa gangguan. Namun, sebagian orang tua belum menerapkan batasan waktu yang konsisten dan belum memahami risiko penggunaan gadget secara berlebihan.

Teori dari Jean Piaget (dalam Laiyah, 2020) mengenai perkembangan kognitif anak usia dini menyatakan bahwa anak berada pada tahap praoperasional (2–7 tahun), di mana imajinasi dan egosentrisme sangat kuat. Gadget seringkali memberikan rangsangan visual yang instan dan menyenangkan, sehingga anak cenderung tertarik dan sulit lepas dari perangkat tersebut. Hal ini menyebabkan keterikatan emosional terhadap gadget yang cukup besar, dan menurunkan minat anak terhadap interaksi sosial nyata.

Dari sudut pandang Vygotsky (dalam Angga, 2017), interaksi sosial merupakan fondasi penting dalam perkembangan anak. Jika waktu anak lebih banyak dihabiskan di depan layar tanpa pendampingan atau interaksi dengan lingkungan sekitar, maka proses belajar sosial tidak terjadi secara optimal. Anak kehilangan kesempatan untuk membentuk pemahaman melalui percakapan, permainan interaktif, dan pengalaman langsung yang melibatkan orang



lain.

Bentuk Temper Tantrum

Guru dan orang tua menyampaikan bahwa perilaku temper tantrum muncul ketika anak tidak mendapatkan gadget atau diminta berhenti bermain. Bentuk tantrum yang terjadi mulai dari tantrum biasa atau ringan hingga tantrum sedang. Beberapa anak juga menunjukkan perubahan emosi secara tiba-tiba dan menjadi lebih mudah marah. Guru juga mengamati bahwa anak yang terlalu sering bermain gadget menjadi kurang fokus, sulit bersosialisasi, dan cenderung tidak sabar.

Menurut teori emosi oleh Daniel Goleman (2024), anak-anak yang belum mampu mengelola emosi dengan baik akan lebih rentan terhadap ledakan emosi ketika mereka tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan. Gadget sebagai bentuk pemuas instan membuat anak cenderung sulit menghadapi penolakan atau keterbatasan. Ketika gadget diambil atau dibatasi, anak merasa kehilangan kontrol dan hal ini memicu reaksi tantrum yang berlebihan.

Tantrum juga dipicu oleh kebiasaan gadget yang mengurangi kemampuan anak dalam menghadapi frustrasi. Seperti dijelaskan oleh Erik Erikson (dalam Aliyah 2022) dalam teori perkembangan psikososial, anak usia dini berada pada tahap inisiatif vs rasa bersalah, di mana mereka mulai mengeksplorasi dunia sekitar dan mengembangkan kontrol diri. Namun, jika anak terlalu sering distimulasi secara pasif melalui layar, mereka kehilangan kesempatan untuk membangun ketahanan emosional yang sehat melalui interaksi nyata dengan lingkungan dan orang lain.

Strategi Orang Tua

Sebagian besar orang tua mengaku berusaha menenangkan anak dengan cara membujuk, memeluk, atau mengalihkan perhatian anak pada aktivitas lain. Ada juga yang memilih membiarkan anak menangis terlebih dahulu

sebelum diajak bicara dengan tenang. Strategi ini umumnya dilakukan untuk meredakan emosi anak secara bertahap.

Strategi pengalihan perhatian ini sesuai dengan pendekatan dalam teori behavioristik B.F. Skinner (dalam Nahar 2016), yang menekankan pentingnya penguatan dan pengalihan untuk membentuk perilaku. Dengan memberikan alternatif yang menyenangkan, seperti menggambar atau bermain di luar rumah, anak secara perlahan akan terbiasa menerima bahwa ada aktivitas lain yang bisa menggantikan gadget. Beberapa orang tua juga menggunakan sistem reward, seperti memberikan mainan atau jalan-jalan jika anak berhasil mengikuti aturan tanpa tantrum.

Sejalan dengan penelitian mengenai stimulasi perkembangan anak melalui penggunaan alat permainan edukatif dari bahan daur ulang oleh orang tua dirumah, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keterlibatan aktif orang tua dalam memberikan alternatif bermain yang edukatif sangat berpengaruh dalam mengurangi ketergantungan anak terhadap gadget. Dalam konteks ini, alat permainan edukatif tidak hanya menjadi sarana hiburan, tetapi juga media pembelajaran yang dapat menstimulasi perkembangan kognitif, motorik, dan sosial anak. Anak-anak yang mendapatkan stimulasi bermain secara langsung cenderung lebih fokus, dan tidak mudah mengalami emosi, dan tidak mudah mengalami frustrasi yang berujung pada temper tantrum. Oleh karena itu, inisiatif orang tua dalam menciptakan suasana bermain yang sehat di rumah, termasuk alat permainan dari bahan sederhana dan ramah lingkungan, menjadi langkah yang dapat mendukung perkembangan emosi anak.

Namun, tidak semua orang tua berhasil secara konsisten menerapkan aturan penggunaan gadget. Beberapa mengeluhkan kesulitan mengatur waktu karena tuntutan pekerjaan atau rasa kasihan terhadap anak. Ini menunjukkan



adanya kesenjangan antara kesadaran dan praktik dalam pengasuhan. Dalam pandangan Diana Baumrind (dalam Sutisna, 2020) mengenai pola asuh, kondisi ini bisa mencerminkan pola asuh permisif, di mana orang tua cenderung menghindari konfrontasi dan memberikan kebebasan lebih kepada anak, meskipun berpotensi memengaruhi kedisiplinan anak.

Selain strategi jangka pendek seperti membujuk atau mengalihkan perhatian, beberapa orang tua juga mulai menerapkan batasan penggunaan gadget, seperti hanya memperbolehkan pada jam tertentu atau menonton dengan pendampingan. Strategi ini mendukung pembentukan disiplin diri dan kontrol emosi anak secara bertahap. Menurut Montessori (dalam Wulandari 2018), anak yang diberi batasan yang jelas dan konsisten akan lebih mampu menyesuaikan diri dan mengembangkan kemandirian.

Pendidikan karakter menjadi salah satu strategi orang tua yang dapat diterapkan sejak dini, tidak hanya berperan dalam membentuk nilai-nilai moral, tetapi juga sangat penting dalam menumbuhkan kemampuan anak dalam mengelola emosi, memahami aturan, serta bersikap sabar dan mandiri. Sejalan dengan penelitian yang menekankan pentingnya pendidikan karakter pada anak usia dini, penguatan nilai-nilai seperti kesabaran, tanggung jawab dapat membantu anak dalam menghadapi situasi frustratif tanpa harus melampiaskannya melalui tantrum. Oleh karena itu, strategi orang tua dalam mendidik anak tidak cukup hanya dengan membatasi akses terhadap gadget, tetapi juga harus diimbangi dengan pembentukan karakter yang baik melalui pembiasaan perilaku positif sejak dini.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkendali pada

anak usia 4-6 tahun di Desa Senuro berdampak signifikan terhadap perilaku temper tantrum, ditandai dengan meningkatnya frekuensi anak menangis, berteriak, hingga melempar barang saat akses terhadap gadget dibatasi. Anak cenderung kesulitan mengelola emosi karena ketergantungan pada gadget sebagai sumber hiburan utama. Orang tua menerapkan berbagai strategi yang paling efektif adalah disiplin dan kasih sayang sesuai pola asuh otoritatif. Temuan ini menegaskan pentingnya pengawasan, pemahaman terhadap batasan penggunaan gadget dan konsistensi dalam menerapkan aturan guna mendukung perkembangan emosi anak yang sehat.

Daftar Pustaka

- Fadillah, K. N., & Wulandari, H. (2024). Dampak perilaku tantrum terhadap penggunaan smartphone pada anak usia dini. *Innovative: Jurnal Of Social Science Research*, 4(2), 3940-3952.
- Goleman, D. (2024). Kecerdasan emosional. Gramedia Pustaka Utama.
- Ismiyama, D. F. (2021). Anti Stres Hadapi Tantrum Pada Anak. *Noktah*.
- Nahar, N. I. (2016). Penerapan teori belajar behavioristik dalam proses pembelajaran. *NUSANTARA: jurnal ilmu pengetahuan sosial*, 1(1).
- Nurrisalia, M., Husin, A., Waty, ERK, & Shomedran, S. (2025). Stimulasi perkembangan anak melalui penggunaan alat permainan edukatif oleh orang tua di rumah dari bahan daur ulang di Desa Tanjung Atap Ogan Ilir. *Abdimas Siliwangi*, 8 (1), 193-207.
- Saputra, A. S. A., & Suryandi, L. S. L. (2020). Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini dalam Perspektif Vygotsky dan Implikasinya dalam Pembelajaran. *Pelangi: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Pendidikan Islam Anak Usia*



- Dini, 2(2), 198-206.
- Septariani, I., Hakim, A., & Husin, A. (2018). Pendidikan Karakter Pada Anak Usia Dini (Studi Kasus di PAUD Mawar I SKB Ogan Ilir). *Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 5(1), 99-10.
- Sutisna, I., & Laiya, S. W. (2020). Metode pengembangan kognitif anak usia dini. Gorontalo: UNG Press Gorontalo.
- Wulandari, D. A., Saefuddin, S., & Muzakki, J. A. (2018). Implementasi pendekatan metode montessori dalam membentuk karakter mandiri pada anak usia dini. *AWLADY: Jurnal Pendidikan Anak*, 4(2), 1-19.

