

**DAMPAK PENGGUNAAN GADGET BERLEBIHAN TERHADAP INTERAKSI
SOSIAL ANAK**

Katarina Dei Ricci Barek Masan¹, Sisilia Mei Sketsi Meler Laka², Destri Fitriani
Meno³, Sahaja Tefbana⁴, Rista Apriliya Devi⁵

¹PGSD FKIP Universitas Nusa Cendana

²PGSD FKIP Universitas Nusa Cendana

³PGSD FKIP Universitas Nusa Cendana

⁴PGSD FKIP Universitas Nusa Cendana

[¹icykataryna634@gmail.com](mailto:1icykataryna634@gmail.com),

[²Sisillmelerlaka@gmail.com](mailto:2Sisillmelerlaka@gmail.com),

[³destrimenno@gmail.com](mailto:3destrimenno@gmail.com),

[⁴sahajatefbana038@gmail.com](mailto:4sahajatefbana038@gmail.com),

ABSTRACT

This study aims to analyze the impact of excessive gadget use on young people's social interactions and identify factors that influence changes in social communication patterns. The study used a library research method with a qualitative descriptive approach. Data were obtained through a review of various journals, books, scientific articles, and relevant research findings regarding gadget use and social interaction. Data analysis was conducted using content analysis techniques by grouping findings based on certain themes. The results of the study indicate that excessive gadget use can reduce the quality of young people's social interactions, reduce the frequency of face-to-face communication, reduce interpersonal communication skills, reduce empathy, and encourage the emergence of individualistic behavior. Furthermore, uncontrolled gadget use also has the potential to affect aspects of education, health, and emotional development. However, gadgets can also have positive impacts when used wisely, such as facilitating long-distance communication, expanding friendship networks, and increasing access to information and learning. Factors that influence social interaction include parental parenting styles, social environment, relationships with peers, and gadget use. Therefore, supervision, limiting gadget use time, and increasing awareness in utilizing technology in a balanced manner are needed to ensure optimal development of young people's social interactions.

Keywords: Gadgets, Social Interaction, Youth, Technology, Interpersonal Communication.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak penggunaan gadget berlebihan terhadap interaksi sosial anak muda serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi perubahan pola komunikasi sosial. Penelitian menggunakan metode studi literatur (library research) dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Data

diperoleh melalui penelaahan berbagai jurnal, buku, artikel ilmiah, dan hasil penelitian yang relevan mengenai penggunaan gadget dan interaksi sosial. Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis isi (content analysis) dengan mengelompokkan temuan berdasarkan tema-tema tertentu. Hasil kajian menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan dapat menurunkan kualitas interaksi sosial anak muda, mengurangi frekuensi komunikasi tatap muka, menurunkan kemampuan komunikasi interpersonal, mengurangi rasa empati, serta mendorong munculnya perilaku individualis. Selain itu, penggunaan gadget yang tidak terkontrol juga berpotensi memengaruhi aspek pendidikan, kesehatan, dan perkembangan emosional. Namun demikian, gadget juga memiliki dampak positif apabila digunakan secara bijak, seperti memudahkan komunikasi jarak jauh, memperluas jaringan pertemanan, serta meningkatkan akses terhadap informasi dan pembelajaran. Faktor-faktor yang memengaruhi interaksi sosial meliputi pola asuh orang tua, lingkungan sosial, hubungan dengan teman sebaya, dan penggunaan gadget. Oleh karena itu, diperlukan pengawasan, pembatasan waktu penggunaan gadget, serta peningkatan kesadaran dalam memanfaatkan teknologi secara seimbang agar interaksi sosial anak muda tetap berkembang secara optimal.

Kata Kunci: Gadget, Interaksi Sosial, Anak Muda, Teknologi, Komunikasi Interpersonal

A. Pendahuluan (12 pt dan Bold)

Perkembangan teknologi digital saat ini berlangsung sangat pesat dan membawa perubahan besar dalam kehidupan manusia. Berbagai inovasi teknologi seperti internet, smartphone, media sosial, dan aplikasi digital diciptakan untuk mempermudah aktivitas manusia dalam berkomunikasi, memperoleh informasi, belajar, bekerja, hingga melakukan transaksi secara online. Kemajuan tersebut membuat masyarakat semakin bergantung pada teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari. Selain memberikan

manfaat, perkembangan teknologi juga menimbulkan berbagai dampak negatif, terutama pada perubahan perilaku sosial masyarakat akibat penggunaan gadget yang berlebihan.

Perkembangan teknologi elektronik ditandai dengan munculnya berbagai jenis gadget yang memiliki fungsi beragam dan mudah diakses oleh semua kalangan. Pengguna gadget tidak hanya berasal dari orang dewasa dan remaja, tetapi juga anak-anak usia dini yang mulai terbiasa menggunakan perangkat digital dalam aktivitas sehari-hari. Kondisi ini menimbulkan perhatian dari berbagai

pihak karena penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat memberikan dampak negatif terhadap perkembangan sosial dan emosional pengguna. Kecanduan gadget dan internet merupakan kondisi ketika seseorang menggunakan perangkat digital secara berlebihan hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Individu yang mengalami kecanduan gadget cenderung lebih fokus pada dunia maya, kurang peduli terhadap lingkungan sekitar, serta mudah marah ketika penggunaan gadgetnya terganggu (Diarti dan Sutriningsih, 2017).

Fenomena kecanduan gadget dan internet tidak hanya terjadi di Indonesia, tetapi juga telah menjadi masalah global. Berdasarkan hasil survei meta-analisis, tingkat kecanduan internet tertinggi ditemukan di kawasan Timur Tengah sebesar 10,9%, disusul Amerika Utara sebesar 8,0%, dan Asia sebesar 7,1%. Pada remaja di kawasan Asia, tingkat kecanduan internet juga cukup tinggi, seperti di China sebesar 2,2–9,6%, Jepang 3,1–6,2%, Filipina 4,9–21,1%, dan Hong Kong 3,0–16,4% (Lau et al., 2017). Tingginya penggunaan gadget pada kalangan anak muda menunjukkan bahwa

teknologi digital telah menjadi bagian penting dalam kehidupan sosial masyarakat modern.

Penggunaan gadget yang berlebihan secara perlahan memengaruhi pola interaksi sosial anak muda. Interaksi sosial yang sebelumnya dilakukan secara langsung atau tatap muka kini mulai bergeser menjadi komunikasi berbasis digital melalui media sosial dan aplikasi pesan instan. Banyak anak muda lebih memilih berkomunikasi melalui gadget dibandingkan melakukan interaksi langsung dengan lingkungan sekitar. Kondisi tersebut menyebabkan berkurangnya intensitas komunikasi interpersonal, menurunnya kepedulian sosial, serta munculnya sikap individualis dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, penggunaan gadget yang terlalu intens juga dapat mengurangi kualitas hubungan sosial dalam keluarga, lingkungan sekolah, maupun pertemanan.

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola komunikasi interpersonal dalam masyarakat modern. Transformasi ini ditandai dengan meningkatnya penggunaan smartphone dan media sosial sebagai sarana utama komunikasi.

Komunikasi yang sebelumnya didominasi oleh interaksi tatap muka kini bergeser menjadi komunikasi daring yang dilakukan tanpa batas ruang dan waktu. Perubahan tersebut memberikan kemudahan dalam berinteraksi, tetapi di sisi lain juga menimbulkan berbagai permasalahan sosial, seperti menurunnya kualitas komunikasi langsung, berkurangnya ekspresi emosional, dan meningkatnya ketergantungan terhadap media digital.

Secara ideal, penggunaan gadget seharusnya dapat membantu manusia dalam memperoleh informasi dan mempermudah komunikasi tanpa mengurangi kualitas hubungan sosial. Namun, kenyataan yang terjadi menunjukkan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan justru membuat sebagian anak muda lebih sibuk dengan dunia maya dibandingkan berinteraksi secara langsung dengan lingkungan sekitarnya. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara fungsi positif gadget sebagai media komunikasi dengan realitas sosial yang terjadi di masyarakat, di mana interaksi sosial anak muda mengalami perubahan akibat penggunaan gadget yang berlebihan.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat memengaruhi hubungan sosial dan perilaku komunikasi individu. Penelitian terdahulu lebih banyak membahas dampak gadget terhadap kecanduan internet, kesehatan mental, dan pola komunikasi digital. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji dampak penggunaan gadget berlebihan terhadap interaksi sosial anak muda masih perlu dikembangkan lebih lanjut, terutama dalam melihat perubahan pola komunikasi dan hubungan sosial di lingkungan sehari-hari.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak penggunaan gadget berlebihan terhadap interaksi sosial anak muda serta mengetahui perubahan pola komunikasi sosial yang terjadi akibat penggunaan gadget dalam kehidupan sehari-hari.

B. Metode Penelitian (Huruf 12 dan Ditebalkan)

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur (library research) dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Desain penelitian

yang digunakan adalah kajian pustaka sistematis yang bertujuan mengumpulkan, menelaah, dan menganalisis berbagai sumber ilmiah yang membahas penggunaan gadget serta dampaknya terhadap interaksi sosial anak muda. Prosedur penelitian dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu: (1) menentukan topik dan rumusan masalah penelitian; (2) melakukan penelusuran sumber pustaka melalui jurnal ilmiah, buku, artikel akademik, dan laporan penelitian yang relevan; (3) menyeleksi sumber berdasarkan kesesuaian tema dan kredibilitasnya; (4) melakukan pencatatan data menggunakan lembar telaah literatur; (5) mengelompokkan temuan berdasarkan tema-tema tertentu; dan (6) menganalisis serta menyimpulkan hasil kajian untuk menjawab tujuan penelitian.

Metode pengumpulan data dilakukan melalui teknik dokumentasi, yaitu mengumpulkan berbagai dokumen ilmiah yang berkaitan dengan topik penelitian. Penelusuran literatur dilakukan melalui Google Scholar, Garuda, perpustakaan digital perguruan tinggi, dan berbagai basis data jurnal ilmiah lainnya. Setiap sumber yang ditemukan kemudian

diseleksi berdasarkan relevansi judul, tujuan penelitian, metode penelitian, dan temuan yang berkaitan dengan dampak penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak muda.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah lembar telaah literatur (literature review sheet) yang berfungsi untuk mencatat dan mengorganisasi informasi penting dari setiap sumber. Validitas instrumen dilakukan melalui validitas isi (content validity) dengan cara menyesuaikan indikator pada lembar telaah literatur dengan tujuan penelitian serta teori yang digunakan. Selain itu, instrumen dapat dikonsultasikan kepada dosen pengampu atau ahli metodologi penelitian untuk memperoleh masukan mengenai kelayakan indikator yang digunakan.

Analisis data dilakukan menggunakan analisis isi (content analysis). Analisis dimulai dengan membaca secara menyeluruh seluruh literatur yang telah dipilih. Selanjutnya, informasi penting yang berkaitan dengan penggunaan gadget dan interaksi sosial dicatat dan dikelompokkan berdasarkan kategori tertentu, seperti dampak positif, dampak negatif, perubahan pola komunikasi, dan faktor-faktor yang

memengaruhi interaksi sosial. Setelah proses kategorisasi dilakukan, peneliti membandingkan hasil penelitian dari berbagai sumber untuk menemukan persamaan, perbedaan, serta kecenderungan temuan yang muncul. Hasil analisis kemudian diinterpretasikan secara deskriptif guna memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai dampak penggunaan gadget berlebihan terhadap interaksi sosial anak muda

Instrumen penelitian berupa lembar telaah literatur disusun berdasarkan tujuan penelitian dan variabel yang dikaji. Instrumen ini digunakan untuk memastikan bahwa setiap literatur dianalisis secara sistematis dan konsisten. Kisi-kisi instrumen mencakup aspek penggunaan gadget, interaksi sosial, dampak positif, dampak negatif, serta temuan penelitian yang relevan.

Proses validasi instrumen dilakukan melalui validitas isi (content validity). Tahap pertama adalah menyusun indikator berdasarkan teori penggunaan gadget dan teori interaksi sosial yang terdapat dalam berbagai referensi akademik. Tahap kedua adalah mencocokkan setiap indikator dengan tujuan penelitian sehingga seluruh aspek yang hendak dikaji

dapat terwakili. Tahap ketiga adalah meminta masukan dari dosen pengampu mata kuliah atau ahli yang memahami metodologi penelitian untuk menilai kejelasan, kesesuaian, dan kelengkapan indikator. Setelah memperoleh masukan, instrumen direvisi hingga dinilai layak digunakan sebagai pedoman dalam menelaah sumber-sumber literatur yang telah dipilih.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan Hasil

Berdasarkan hasil kajian dari berbagai jurnal, buku, dan penelitian terdahulu, ditemukan bahwa penggunaan gadget telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan anak muda. Gadget memberikan kemudahan dalam memperoleh informasi, berkomunikasi, mengakses media sosial, serta mendukung aktivitas belajar dan hiburan. Namun, penggunaan gadget yang berlebihan juga menimbulkan berbagai dampak terhadap interaksi sosial. Hasil telaah literatur menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian menyatakan adanya hubungan antara intensitas penggunaan gadget dengan penurunan kualitas interaksi sosial.

Anak muda yang menghabiskan banyak waktu menggunakan gadget cenderung lebih sering berkomunikasi melalui media digital dibandingkan melakukan komunikasi secara langsung. Kondisi ini menyebabkan berkurangnya frekuensi interaksi tatap muka dengan keluarga, teman sebaya, maupun masyarakat sekitar. Selain itu, beberapa penelitian mengungkapkan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan dapat menurunkan kemampuan komunikasi interpersonal, seperti kemampuan mendengarkan, memahami ekspresi lawan bicara, serta membangun hubungan sosial yang lebih dekat. Anak muda juga menjadi lebih individualis karena lebih fokus pada aktivitas di dunia maya dibandingkan lingkungan sosial nyata. Di sisi lain, literatur yang dikaji menunjukkan bahwa gadget juga memiliki dampak positif terhadap interaksi sosial apabila digunakan secara bijak. Media sosial dan aplikasi komunikasi memungkinkan individu tetap menjalin hubungan dengan teman dan keluarga yang berada di Lokasi berbeda serta memperluas jaringan pertemanan,

Pembahasan

Perkembangan teknologi digital yang semakin pesat telah mengubah berbagai aspek kehidupan masyarakat, khususnya generasi muda. Kehadiran internet, media sosial, dan berbagai aplikasi digital menjadikan gadget sebagai kebutuhan yang sulit dipisahkan dari aktivitas sehari-hari. Teknologi memberikan kemudahan dalam mengakses informasi, berkomunikasi, serta mendukung berbagai kegiatan pendidikan dan hiburan. Namun, penggunaan gadget yang berlebihan juga dapat menimbulkan dampak terhadap kehidupan sosial anak muda. Generasi muda merupakan kelompok yang paling dekat dengan perkembangan teknologi. Mereka cenderung lebih cepat beradaptasi dengan berbagai inovasi digital dibandingkan kelompok usia lainnya. Intensitas penggunaan gadget yang tinggi membuat anak muda lebih banyak menghabiskan waktu di dunia maya melalui media sosial, permainan daring, maupun berbagai platform digital lainnya. Kondisi ini dapat mengurangi frekuensi interaksi tatap muka dengan keluarga, teman, dan lingkungan sekitar. Penggunaan gadget secara berlebihan berpotensi menyebabkan perubahan pola

komunikasi sosial. Anak muda dapat menjadi lebih nyaman berinteraksi melalui media digital dibandingkan melakukan komunikasi langsung. Akibatnya, kemampuan berkomunikasi secara interpersonal, seperti membangun empati, memahami ekspresi lawan bicara, dan menjalin hubungan sosial yang mendalam dapat mengalami penurunan. Selain itu, keterlibatan yang berlebihan dalam media sosial juga dapat membuat individu lebih fokus pada kehidupan virtual daripada kehidupan sosial nyata. Di sisi lain, teknologi digital sebenarnya dapat memberikan manfaat positif apabila digunakan secara bijak. Gadget dapat menjadi sarana untuk memperluas jaringan pertemanan, memperoleh informasi, mengembangkan kreativitas, serta meningkatkan keterampilan digital yang dibutuhkan pada era modern. Oleh karena itu, generasi muda perlu memiliki kemampuan berpikir kritis dan bijaksana dalam memanfaatkan teknologi agar tidak terjebak dalam penggunaan yang berlebihan. Dalam menghadapi perkembangan teknologi yang semakin maju, diperlukan keseimbangan antara aktivitas digital dan interaksi sosial secara langsung.

Anak muda perlu mengatur waktu penggunaan gadget, memperbanyak kegiatan sosial, serta membangun komunikasi yang sehat dengan lingkungan sekitar. Dengan demikian, manfaat teknologi dapat diperoleh secara optimal tanpa mengurangi kualitas hubungan sosial yang dimiliki.

Penggunaan gadget yang berlebihan di kalangan anak muda dapat memberikan berbagai dampak negatif terhadap perkembangan fisik, psikologis, sosial, dan akademik. Kemudahan akses terhadap berbagai aplikasi, media sosial, permainan daring, serta informasi di internet membuat banyak remaja menghabiskan waktu yang cukup lama menggunakan gadget setiap harinya. Kondisi ini dapat menimbulkan ketergantungan sehingga mereka menjadi sulit mengendalikan waktu penggunaan perangkat tersebut. Akibatnya, banyak aktivitas yang lebih bermanfaat, seperti belajar, berolahraga, berinteraksi dengan keluarga, maupun bersosialisasi dengan teman sebaya, menjadi terabaikan. Dari aspek sosial, penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengurangi kemampuan remaja dalam berinteraksi secara

langsung dengan lingkungan sekitarnya. Ketika terlalu fokus pada dunia digital, mereka cenderung kurang peduli terhadap orang-orang di sekitar dan lebih nyaman berkomunikasi melalui media sosial dibandingkan bertatap muka. Hal ini dapat menyebabkan menurunnya keterampilan komunikasi, berkurangnya rasa empati, serta munculnya sikap individualis. Selain itu, remaja yang terlalu sering mengakses media sosial juga lebih rentan terpengaruh oleh tren, gaya hidup, maupun perilaku yang ditampilkan oleh tokoh atau figur yang mereka ikuti di dunia maya. Dalam bidang pendidikan, penggunaan gadget secara berlebihan dapat mengganggu proses belajar. Remaja sering kali lebih tertarik menggunakan gadget untuk hiburan dibandingkan untuk kegiatan akademik. Akibatnya, konsentrasi belajar menjadi menurun dan materi yang disampaikan oleh guru tidak dapat diterima secara optimal. Kebiasaan bergantung pada gadget juga dapat mengurangi motivasi untuk mencari informasi melalui sumber belajar lain dan membuat siswa lebih mudah terdistraksi saat mengikuti pembelajaran. Kondisi ini berpotensi

memengaruhi prestasi akademik serta kualitas pemahaman mereka terhadap materi pelajaran. Dari segi kesehatan, penggunaan gadget dalam jangka waktu yang lama dapat menimbulkan berbagai gangguan, terutama pada kesehatan mata akibat paparan layar yang terus-menerus. Selain itu, kebiasaan menggunakan gadget secara berlebihan juga dapat mengurangi aktivitas fisik dan waktu istirahat yang diperlukan tubuh. Pada beberapa kasus, penggunaan gadget yang tidak terkontrol bahkan dapat memengaruhi perkembangan otak, kemampuan berbicara, serta kemampuan individu dalam mengekspresikan pikiran dan perasaannya dengan baik. Lebih lanjut, akses yang luas terhadap berbagai konten digital juga dapat memberikan pengaruh terhadap pembentukan perilaku dan karakter anak muda. Tanpa adanya pengawasan yang memadai, remaja berisiko terpapar konten yang tidak sesuai dengan usia maupun nilai-nilai sosial yang berlaku. Paparan terhadap konten negatif, termasuk kekerasan dan perilaku menyimpang, dapat memengaruhi cara berpikir dan bertindak mereka. Oleh karena itu, penggunaan gadget perlu diimbangi

dengan pengawasan dari orang tua, pengelolaan waktu yang baik, serta pemanfaatan teknologi secara bijak agar dampak negatif yang mungkin muncul dapat diminimalkan.

Berdasarkan hasil kajian literatur yang dilakukan oleh Batinah dkk. (2022), interaksi sosial dipengaruhi oleh beberapa faktor utama, yaitu pola asuh orang tua, lingkungan, hubungan dengan teman sebaya, dan penggunaan gadget. Keempat faktor tersebut saling berkaitan dalam membentuk kemampuan seseorang untuk berkomunikasi, bekerja sama, beradaptasi, serta menjalin hubungan sosial dengan orang lain.

1. Pola Asuh Orang Tua

Pola asuh yang diterapkan orang tua memiliki peran penting dalam perkembangan kemampuan sosial anak. Orang tua yang memberikan bimbingan, pengawasan, perhatian, dan kesempatan untuk bersosialisasi dapat membantu anak memahami norma serta aturan dalam kehidupan bermasyarakat. Sebaliknya, kurangnya keterlibatan orang tua dapat menghambat perkembangan keterampilan sosial anak. Pola asuh yang demokratis dinilai mampu meningkatkan kemampuan anak

dalam berinteraksi dengan lingkungan karena anak terbiasa mengemukakan pendapat, menghargai orang lain, dan membangun rasa percaya diri.

2. Lingkungan Sosial

Lingkungan menjadi sarana penting bagi individu untuk belajar berinteraksi dengan berbagai kelompok masyarakat. Melalui lingkungan yang mendukung, seseorang dapat mengembangkan kemampuan berkomunikasi, beradaptasi, dan bekerja sama dengan orang lain. Lingkungan yang aktif dan kondusif mendorong terbentuknya hubungan sosial yang positif, sedangkan lingkungan yang kurang mendukung dapat membatasi kesempatan seseorang untuk mengembangkan keterampilan sosialnya.

3. Hubungan dengan Teman Sebaya

Interaksi dengan teman sebaya membantu individu memahami perasaan, kebutuhan, dan sudut pandang orang lain. Melalui kegiatan bermain dan bergaul, seseorang belajar membangun kepercayaan, kerja sama, empati, serta kemampuan menyelesaikan konflik. Hubungan

yang baik dengan teman sebaya juga dapat meningkatkan keterampilan komunikasi dan memperluas pengalaman sosial.

4. Penggunaan Gadget

Penggunaan gadget merupakan salah satu faktor yang paling berpengaruh terhadap interaksi sosial. Kemajuan teknologi membuat gadget semakin menarik dengan berbagai fitur, media sosial, dan permainan digital yang mampu menyita perhatian pengguna dalam waktu yang lama. Penggunaan gadget secara berlebihan dapat mengurangi intensitas komunikasi langsung, menyebabkan individu menjadi lebih tertutup, kurang percaya diri, cenderung menyendiri, serta mengalami penurunan keterampilan komunikasi interpersonal. Selain itu, ketergantungan terhadap gadget dapat membuat seseorang lebih fokus pada dunia virtual dibandingkan lingkungan sosial di sekitarnya.

Penelitian yang dikaji dalam artikel tersebut juga menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat menurunkan kualitas hubungan sosial karena individu menjadi kurang tertarik untuk

berinteraksi dengan teman sebaya maupun keluarga. Dalam jangka panjang, penggunaan gadget yang berlebihan berpotensi menimbulkan perilaku individualis, mengurangi kemampuan bersosialisasi, mengganggu perkembangan emosional, serta meningkatkan risiko masalah seperti gangguan tidur dan cyberbullying. Secara keseluruhan, interaksi sosial dipengaruhi oleh berbagai faktor, mulai dari pola asuh orang tua, lingkungan, hubungan dengan teman sebaya, hingga penggunaan gadget. Di antara faktor-faktor tersebut, penggunaan gadget yang berlebihan menjadi salah satu penyebab utama menurunnya kualitas interaksi sosial karena mengurangi komunikasi tatap muka dan keterlibatan individu dalam lingkungan sosialnya. Oleh karena itu, diperlukan pengawasan serta pembatasan penggunaan gadget agar keseimbangan antara aktivitas digital dan interaksi sosial tetap terjaga.

:

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian literatur, dapat disimpulkan bahwa

penggunaan gadget telah menjadi bagian penting dalam kehidupan anak muda karena memberikan kemudahan dalam berkomunikasi, memperoleh informasi, dan mendukung berbagai aktivitas sehari-hari. Namun, penggunaan gadget yang berlebihan cenderung memberikan dampak negatif terhadap interaksi sosial. Intensitas penggunaan gadget yang tinggi menyebabkan berkurangnya frekuensi komunikasi tatap muka, menurunnya kemampuan komunikasi interpersonal, berkurangnya rasa empati, serta meningkatnya kecenderungan perilaku individualis.

Selain memengaruhi aspek sosial, penggunaan gadget yang tidak terkontrol juga berdampak pada bidang pendidikan, kesehatan, dan perkembangan emosional anak muda. Meskipun demikian, gadget tetap memiliki manfaat positif apabila digunakan secara bijak, seperti memperluas jaringan komunikasi, mempermudah akses informasi, dan mendukung proses pembelajaran. Interaksi sosial anak muda dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu pola asuh orang tua, lingkungan sosial, hubungan dengan teman sebaya, dan penggunaan gadget.

Oleh karena itu, diperlukan keseimbangan antara aktivitas digital dan interaksi sosial secara langsung agar perkembangan sosial anak muda tetap terjaga dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alisyahbana, AT (2023). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Kesehatan Mata Remaja. Sehat Rakyat: Jurnal Kesehatan Masyarakat , 2 (4), 582-589.
- Albar, M. M., Muttaqin, Z., Fatah, V. F., & Muryati, M. (2024). Intensitas Penggunaan Gadget berhubungan dengan Pola Interaksi Sosial Remaja Awal. Jurnal Keperawatan Indonesia Florence Nightingale, 4(1), 8-14.
- Batinah, B., Meiranny, A., & Arisanti, A. Z. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi interaksi sosial pada anak usia dini: Literatur review. Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan, 9(1), 31-39.
- Gabriela, J., Mau, B., Teologi, S. T., & Surabaya, E. (2021). Dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan perilaku anak remaja masa kini. Jurnal Excelsis Deo, 5(1).
- Koem, S. (2024). Perubahan Media Komunikasi Dalam Pola Komunikasi Keluarga di Era Digital. Jurnal Pendidikan Mosikolah , 4 (1), 170-181.
- Kristianto, A. (2014). Peran Smartphone Dalam Interaksi

- Sosial Anak Muda (Studi Deskripsi Kualitatif Peran Smartphone Dalam Kelompok Persahabatan Anak Muda (Doctoral dissertation, Universitas Brawijaya).
- Ranchman, G. A., & putri Amelia, R. (2021). Penggunaan handphone pada remaja terhadap interaksi sosial. *Cebong Journal*, 1(1), 15-19.
- Sikumbang, K., Ramadhina, W., Yani, E. R., Arika, D., Hayati, N., Hasibuan, N. A., & Permana, B. G. (2024). Peranan media sosial Instagram terhadap interaksi sosial dan etika pada generasi Z. *Journal on Education*, 6(2), 11029-11037.
- Wahyuliarmy, A. I., & Sari, C. A. K. (2021). Intensitas penggunaan gadget dengan interaksi sosial. *IDEA: Jurnal Psikologi*, 5(2), 100-114.