EDUCARE: Jurnal Pendidikan dan Kesehatan
VOLUME 4, ISSUE 1, 2026
E-ISSN: 3031-0709
Website: https://j-edu.org/index.php/

POLA PENGGUNAAN GADGET DAN PEMAHAMAN ANAK SEKOLAH DASAR TERHADAP DAMPAKNYA PADA AKTIVITAS BELAJAR DI DESA SUNGAI TANDUK: STUDI KUALITATIF

Singgi Andri Prasetiyo[1], Nursi Sofia[2], Nina Sahri Salsabela[3], Okti Jelita Zahwa[4], Salsa Nurfadhilah[5], Royhan Mufadhol[6], Pahril Rizal[7], Kholil Ismail[8], Megi Vornika[9], Oki Mitra[10], Lusi Indasari[11]

1 Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Program Studi Pendidikan Agama Islam, Kerinci, Jambi, Indonesia

2 Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Program Studi Tadris Biologi, Kerinci, Jambi, Indonesia

3 Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Fakultas Syariah, Program Studi Hukum Ekonomi Syariah, Kerinci, Jambi, Indonesia

4 Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Program Studi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam , Kerinci, Jambi

5 Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Kerinci, Jambi, Indonesia

6 Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Fakultas Ekonomi dan Bisnis Islam, Program Studi Ekonomi Syariah, Kerinci, Jambi, Indonesia

7 Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Fakultas Syariah, Program Studi Hukum Ekonomi Syariah, Kerinci, Jambi, Indonesia

8 Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Program Studi Pendidikan Bahasa Arab, Kerinci, Jambi, Indonesia

9 Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Kerinci, Jambi, Indonesia.

10 Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Kerinci, Jambi, Indonesia.

11 Institut Agama Islam Negeri Kerinci, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Program Studi Tadris Biologi, Kerinci, Jambi, Indonesia

✉ **Email Korespondensi:** *prasetyosinggi@iainkerinci.ac.id*

ABSTRAK

Penggunaan gadget pada anak Sekolah Dasar (SD) semakin menjadi perhatian karena dapat memengaruhi konsentrasi, aktivitas belajar, dan kesiapan belajar, terutama ketika digunakan hingga malam hari. Penelitian ini bertujuan menganalisis pola penggunaan gadget, memahami kesadaran anak terhadap dampaknya pada aktivitas belajar, serta mengidentifikasi keterkaitan penggunaan gadget menjelang tidur dengan kesiapan belajar anak sekolah dasar di Desa Sungai Tanduk. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan lima partisipan anak berusia 9–11 tahun, sedangkan orang tua dan guru berperan sebagai informan pendukung. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam yang ramah anak, dan dokumentasi, kemudian dianalisis secara induktif serta diuji keabsahannya melalui triangulasi sumber dan teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak menggunakan gadget milik orang tua atau saudara sekitar 2–3 jam per hari, terutama untuk permainan daring, YouTube, dan TikTok, tetapi juga untuk memperoleh informasi dan membantu memahami materi pembelajaran. Anak menyadari bahwa gadget dapat memberikan manfaat sekaligus menyebabkan penundaan tugas, gangguan konsentrasi, dan kesulitan mengendalikan waktu penggunaan. Penggunaan gadget menjelang tidur hingga pukul 21.00–21.30 WIB juga berkaitan dengan hambatan tidur, rasa kantuk, serta menurunnya kesegaran dan semangat belajar pada hari berikutnya. Temuan ini menegaskan bahwa anak merupakan subjek yang mampu merefleksikan dampak penggunaan gadget terhadap dirinya sehingga pendampingan digital perlu diarahkan pada penguatan regulasi diri melalui dialog edukatif dan kesepakatan penggunaan antara anak, orang tua, dan pendidik
Kata Kunci: Gadget; anak *sekolah dasar; aktivitas belajar; kesadaran metakognitif; pedesaan.*

ABSTRACT

Gadget use among elementary school children has become an increasing concern because it may affect concentration, learning activities, and learning readiness, particularly when used at night. This study aimed to analyze gadget-use patterns, examine children's awareness of its effects on learning activities, and identify the relationship between gadget use before bedtime and learning readiness among elementary school children in Sungai Tanduk Village. A descriptive qualitative approach was employed involving five children aged 9–11 years, with parents and teachers serving as supporting informants. Data were collected through observation, child-friendly in-depth interviews, and documentation, then analyzed inductively and validated through source and technique triangulation. The findings indicate that the children used gadgets owned by their parents or siblings for approximately 2–3 hours per day, primarily for online games, YouTube, and TikTok, while also using them to obtain information and support their understanding of learning materials. The children recognized that gadgets could provide educational benefits while also contributing to task procrastination, reduced concentration, and difficulties in regulating usage time. Gadget use before bedtime, generally until 9:00–9:30 p.m., was also associated with sleep difficulties, daytime sleepiness, and reduced freshness and enthusiasm for learning the following day. These findings demonstrate that children are capable of reflecting on the effects of gadget use on their own learning; therefore, digital guidance should emphasize self-regulation through educational dialogue and mutually agreed usage boundaries involving children, parents, and teachers.
Keywords: *Gadgets; elementary school children; learning activities; metacognitive awareness; rural area.*

PENDAHULUAN

Kehadiran perangkat digital dalam kehidupan anak-anak bukan lagi fenomena baru, melainkan realitas global yang merambah seluruh lapisan masyarakat. Di skala internasional, durasi penggunaan media layar pada anak usia sekolah terus menunjukkan tren peningkatan dari tahun ke tahun (James P. Steyer, 2021). Peningkatan intensitas ini menjadi perhatian serius dalam kajian neurosains kontemporer, mengingat

paparan layar yang berlebihan terbukti memengaruhi perkembangan kognitif, khususnya pada fungsi atensi dan eksekutif anak (Sauce et al., 2022). Fenomena ini memperlihatkan bahwa teknologi layar tidak sekadar berfungsi sebagai alat komunikasi pasif, melainkan telah menjelma menjadi lingkungan pertumbuhan baru yang secara aktif membentuk pola pikir dan perilaku anak.

Di Indonesia, realitas digital tersebut mewujud dalam kontradiksi yang cukup mencolok antara pesatnya penetrasi internet dan menganganya kesenjangan akses antarwilayah (Koswara, 2024). Di satu sisi, keterbatasan infrastruktur telekomunikasi dan literasi digital di kawasan pedesaan menciptakan hambatan tersendiri bagi pemerataan kualitas pendidikan modern (Naura Syifa et al., 2024). Namun di sisi lain, keterbatasan fasilitas ini tidak otomatis mengisolasi anak-anak desa dari jangkauan gadget kepemilikan perangkat keluarga tetap menjadi pintu masuk yang efektif bagi mereka untuk menyelami dunia digital. Penetrasi yang parsial ini menghadirkan dinamika unik di pedesaan, di mana keterbatasan sarana belajar formal bertabrakan dengan melimpahnya arus hiburan digital yang mudah diakses anak.

Pada tataran anak sekolah dasar, pemanfaatan gadget menunjukkan dualitas fungsi yang memprihatinkan. Meskipun kerap dipromosikan sebagai media penunjang akademis, gadget di lapangan lebih dominan digunakan untuk mengakses hiburan, permainan daring, dan media sosial (Hadi & Sumardi, n.d.). Dominasi pemanfaatan untuk hiburan ini membentuk pola perilaku baru yang lambat laun mengikis kedisiplinan, interaksi tatap muka, serta keterlibatan sosial anak di sekolah (Anugrah et al., 2023; Hosokawa & Katsura, 2018). Keterikatan pada layar menciptakan jarak psikologis antara anak dan lingkungan fisiknya, sehingga partisipasi aktif dalam kegiatan komunal maupun pembelajaran kelompok mengalami penurunan yang signifikan.

Implikasi paling nyata dari pergeseran fokus ini bermuara pada penurunan konsentrasi belajar. Berbagai riset nasional dan internasional secara konsisten mengonfirmasi bahwa kebiasaan multitasking antara aktivitas digital dan tugas sekolah merusak daya fokus anak (May & Elder, 2018; Naura Syifa et al., 2024). Durasi layar harian yang tinggi berbanding terbalik dengan capaian tes akademik terstandardisasi seperti membaca dan matematika (Adelantado-Renau et al., 2019; Li et al., 2025). Tinjauan sistematis global turut menguatkan temuan ini, di mana paparan layar berkepanjangan terbukti memicu gangguan atensi, instabilitas emosional, hingga pola tidur yang terfragmentasi pada anak usia sekolah (Jourdren et al., 2023; Qi et al., 2023; Santos et al., 2022). Studi relevan, menurut Vornika, Megi, dan Lusi Indasari. "Implementasi Literasi Digital Berbasis Kecerdasan Buatan AI Melalui 'Chat Gpt' Dalam Pengembangan Hots Dan Berpikir Historis Peserta Didik (Mahasiswa) Pendidikan Agama Islam Pada Mata Kuliah Islam Dan Ilmu Sosial Humaniora di IAIN Kerinci." Edu Research 7.2 (2026): 46-58. Penggunaan teknologi AI dalam pembelajaran juga menimbulkan berbagai persoalan akademik, terutama terkait kemampuan berpikir mandiri, kritis, dan historis peserta didik (pelajar/mahasiswa) apabila digunakan secara berlebihan tanpa kontrol pedagogis yang tepat.

Dampak sistematis ini paling krusial dialami saat anak menggunakan gadget menjelang tidur malam. Paparan stimulasi layar pada malam hari secara langsung menurunkan kualitas tidur anak, yang kemudian berimbas pada rasa kantuk dan kelelahan saat mengikuti pelajaran keesokan harinya (Ridha Sakina Oktari & Sartono Sartono, 2025; Salwa Dwi Rahmayani & Ari Suriani, 2025). Fenomena ini menegaskan bahwa persoalan gadget bukan hanya tantangan kognitif, melainkan juga masalah kesehatan fisik dan mental yang saling terjalin (Ivana & Rochmah Ida Ayu Trisno Putri, 2021; Yu et al., 2024). Pedoman kesehatan anak

internasional pun telah menekankan krusialnya pembatasan waktu layar malam hari guna menjaga keutuhan ritme tumbuh kembang anak (Ponti, 2023).

Studi terdahulu menunjukkan bahwa penggunaan gadget pada anak memiliki hubungan yang kompleks dengan perkembangan kognitif, konsentrasi, prestasi akademik, perilaku, serta kualitas tidur. Adelantado-Renau et al. (2019) melalui tinjauan sistematis dan meta-analisis menegaskan adanya keterkaitan antara penggunaan media layar dan capaian akademik anak dan remaja, sedangkan Santos et al. (2022) serta Jourdren et al. (2023) memperlihatkan bahwa paparan layar yang berlebihan berkaitan dengan gangguan perhatian pada anak; penelitian Anugrah et al. (2023) juga menyoroti dampak penggunaan gadget terhadap kepribadian siswa sekolah dasar, sementara Oktari dan Sartono (2025) mengkaji penggunaan gadget sebelum tidur dalam kaitannya dengan kualitas tidur dan prestasi belajar.

Meskipun demikian, penelitian-penelitian tersebut pada umumnya lebih menekankan dampak penggunaan gadget berdasarkan indikator akademik, perilaku, perhatian, atau kesehatan tidur, sehingga masih terdapat ruang kajian mengenai bagaimana anak sendiri memahami, memaknai, dan merefleksikan dampak penggunaan gadget terhadap aktivitas belajarnya. Berbeda dari penelitian terdahulu tersebut, penelitian ini secara khusus menempatkan anak Sekolah Dasar (SD) sebagai subjek yang memiliki pengalaman, persepsi, dan kesadaran reflektif terhadap perilaku digitalnya, dengan mengambil konteks pedesaan Desa Sungai Tanduk yang memiliki karakteristik akses digital melalui perangkat milik orang tua atau saudara. Kebaruan penelitian terletak pada pengintegrasian tiga aspek dalam satu kajian kualitatif, yaitu pola penggunaan gadget, pemahaman internal anak mengenai manfaat dan dampak gadget terhadap aktivitas belajar, serta keterkaitan penggunaan gadget menjelang tidur dengan kesiapan belajar pada hari berikutnya. Dengan demikian, penelitian ini tidak berhenti pada penegasan bahwa gadget dapat memberikan dampak negatif, tetapi mengungkap kapasitas metakognitif anak dalam mengenali manfaat, risiko, keterbatasan regulasi diri, dan konsekuensi penggunaan gadget terhadap dirinya sendiri.

Posisi tersebut sekaligus memperluas kajian terdahulu dengan menghadirkan perspektif yang lebih humanis dan kontekstual, yaitu memandang anak bukan semata-mata sebagai penerima dampak teknologi, melainkan sebagai agen yang mampu memahami dan mengevaluasi pengalaman digitalnya; oleh karena itu, penelitian ini penting secara akademik untuk mengisi kesenjangan perspektif dalam literatur penggunaan gadget pada anak serta secara praktis memberikan dasar bagi pengembangan pendampingan digital yang tidak hanya bersifat restriktif, tetapi menekankan dialog edukatif, penguatan regulasi diri, dan keterlibatan anak dalam membangun kesepakatan penggunaan gadget secara proporsional.

Di tengah banyaknya kajian yang memotret gadget dari kacamata evaluator dewasa, muncul celah humanis yang terabaikan: posisi anak sebagai agen bernalar. Berdasarkan kerangka perkembangan kognitif Piaget, anak sekolah dasar berada pada tahap operasional konkret yang telah mampu memahami hubungan sebab-akibat sederhana (Nabila, 2021). Khasanah perkembangan ini mengindikasikan bahwa anak sesungguhnya memiliki potensi metakognitif untuk merenungkan kebiasaannya sendiri (Yang et al., 2024). Namun, narasi ilmiah yang ada kerap menempatkan anak sekadar sebagai "korban" pasif, tanpa menggali bagaimana mereka memaknai sendiri interaksinya dengan gadget dari hari ke hari.

Kesenjangan perspektif ini terasa semakin mendesak di kawasan pedesaan seperti Desa Sungai Tanduk. Lingkungan pedesaan yang kerap diprasangka lepas dari komplikasi digital, nyatanya menyimpan kecemasan serupa terkait pola asuh, penurunan empati, dan perubahan interaksi sosial anak (Hanifah Salsabila et al., 2021; Salbiah et al., 2023; Sholeh et al., 2022). Peneliti menyadari bahwa pandangan terhadap anak-anak desa sering terperangkap dalam dikotomi yang dangkal: kalau tidak dianggap tertinggal secara digital, mereka dianggap sepenuhnya lugu dari dampak negatifnya. Padahal, anak-anak pedesaan berada dalam persimpangan budaya yang unik, di mana mereka menavigasi teknologi canggih di tengah keterbatasan sarana.

Penelitian ini mengkaji pola penggunaan gadget dan pemahaman anak sekolah dasar terhadap dampaknya pada aktivitas belajar di Desa Sungai Tanduk. Dengan pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian berfokus pada durasi, waktu, jenis, dan tujuan penggunaan gadget, pemahaman anak terhadap manfaat dan dampaknya terhadap konsentrasi serta penyelesaian tugas, serta penggunaan gadget menjelang tidur dan keterkaitannya dengan kesiapan belajar. Penelitian menempatkan anak sebagai subjek yang mampu merefleksikan pengalaman dan perilaku digitalnya, sehingga hasilnya diharapkan memperkaya kajian tentang regulasi diri dan pembelajaran di era digital serta menjadi dasar bagi orang tua dan pendidik dalam menerapkan pendampingan penggunaan gadget yang edukatif, proporsional, dan berorientasi pada penguatan regulasi diri anak.

Oleh karena itu, riset ini hadir untuk menjembatani kesenjangan tersebut melalui studi kualitatif yang mendalam, berfokus pada tiga pertanyaan utama: bagaimana pola penggunaan gadget anak di Desa Sungai Tanduk, bagaimana pemahaman internal mereka atas dampaknya terhadap belajar, serta bagaimana kebiasaan gadget malam hari memengaruhi kesiapan sekolah mereka.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan **kualitatif dengan desain deskriptif** yang dipilih secara konseptual untuk memperoleh pemahaman yang mendalam, kontekstual, dan holistik mengenai pola penggunaan gadget serta pemahaman anak Sekolah Dasar (SD) terhadap dampaknya pada aktivitas belajar di Desa Sungai Tanduk, Kecamatan Kayu Aro, Kabupaten Kerinci, Jambi. Pendekatan kualitatif deskriptif relevan digunakan karena penelitian tidak diarahkan untuk menguji hubungan kausal secara statistik, melainkan untuk memahami pengalaman, persepsi, perilaku, dan pemaknaan subjek berdasarkan realitas yang berlangsung secara alamiah; meskipun demikian, penerapannya tetap menuntut ketepatan desain, transparansi prosedur, konsistensi pengambilan keputusan, dan argumentasi metodologis agar menghasilkan temuan yang kredibel (Doyle et al., 2019: 443–455).

Penelitian dilaksanakan di **Desa Sungai Tanduk** dengan subjek utama berupa lima anak sekolah dasar berusia 9–11 tahun yang memiliki akses rutin terhadap gadget, sedangkan orang tua dan guru ditempatkan sebagai informan pendukung untuk memperkaya informasi dan memungkinkan pemeriksaan silang terhadap pengalaman yang disampaikan anak. Pemilihan partisipan dilakukan secara **purposive**, yaitu berdasarkan kesesuaian karakteristik partisipan dengan fokus penelitian, sehingga data yang diperoleh benar-benar relevan dengan fenomena yang dikaji. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung, wawancara mendalam yang ramah anak, dan dokumentasi, karena kombinasi ketiga teknik tersebut memungkinkan peneliti tidak hanya memperoleh informasi verbal mengenai kebiasaan

penggunaan gadget, tetapi juga mengamati konteks perilaku serta memperoleh bukti dokumenter yang mendukung interpretasi data.

Wawancara diarahkan untuk menggali pengalaman anak mengenai durasi dan jenis penggunaan gadget, tujuan penggunaan, manfaat dan hambatan terhadap kegiatan belajar, kebiasaan penggunaan gadget menjelang tidur, serta pemahaman anak mengenai konsekuensi perilaku tersebut terhadap kesiapan belajar pada hari berikutnya. Observasi digunakan untuk memperkuat pemahaman terhadap perilaku dan konteks penggunaan gadget, sedangkan dokumentasi digunakan sebagai data pendukung agar konstruksi temuan tidak hanya bertumpu pada satu sumber informasi. Data dianalisis secara induktif melalui tahapan reduksi data, pengorganisasian dan penyajian data secara naratif, identifikasi pola atau tema, interpretasi makna, serta penarikan dan pemeriksaan kesimpulan secara berulang; proses tersebut dilakukan secara sistematis agar interpretasi yang dihasilkan tetap berakar pada data empiris, bukan pada asumsi peneliti.

Selanjutnya, keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik, yakni membandingkan informasi yang diperoleh dari anak, orang tua, dan guru serta memeriksa kesesuaian informasi hasil wawancara dengan observasi dan dokumentasi. Triangulasi merupakan strategi penting dalam penelitian kualitatif karena pemeriksaan data dari berbagai perspektif dapat meningkatkan validitas dan keandalan interpretasi dibandingkan apabila penelitian hanya menggunakan satu sumber atau satu teknik pengumpulan data (Nurfajriani et al., 2024).

Dengan demikian, keseluruhan prosedur penelitian dirancang secara sistematis untuk memastikan bahwa temuan mengenai pola penggunaan gadget, kesadaran anak terhadap manfaat dan dampaknya, keterbatasan regulasi diri, serta penggunaan gadget menjelang tidur benar-benar merepresentasikan pengalaman empiris partisipan dalam konteks pedesaan, sekaligus memenuhi prinsip kredibilitas, keterlacakan proses penelitian, dan ketepatan interpretasi. Temuan penelitian selanjutnya dipahami secara kontekstual dan tidak digeneralisasikan secara statistik kepada seluruh anak sekolah dasar, melainkan digunakan untuk memberikan pemahaman analitis mengenai fenomena penggunaan gadget berdasarkan pengalaman dan perspektif anak di lokasi penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Penelitian

Hasil pengamatan pada lima partisipan (inisial AR, BS, CN, DP, dan EL) berusia 9–11 tahun memperlihatkan keseragaman pola pemanfaatan gadget. Tidak ada satu pun partisipan yang memiliki perangkat pribadi; seluruh akses menumpang pada gadget milik orang tua atau saudara (Hanifah Salsabila et al., 2021). Temuan ini menegaskan bahwa pintu masuk digital anak-anak pedesaan sangat terikat pada struktur kepemilikan keluarga. Pola penggunaan memuncak pada siang hari sepulang sekolah hingga malam hari dengan durasi berkisar 2–3 jam harian, di mana aktivitas dominan berpusat pada hiburan seperti gim daring, YouTube, dan TikTok (Liu et al., 2022).

Meskipun akses hiburan mendominasi, fungsi kontrol keluarga di Desa Sungai Tanduk masih berjalan. Figur ibu memegang peran sentral sebagai penegak batasan waktu bermain gadget bagi anak (Hanifah Salsabila et al., 2021). Kutipan wawancara memperlihatkan bagaimana partisipan menyadari adanya teguran rutin dari ibu untuk menghentikan pemakaian gadget saat jam belajar atau tidur malam tiba.

Kehadiran kontrol maternal ini membuktikan bahwa anak-anak bergerak dalam ruang digital yang masih dibatasi oleh norma dan pengawasan domestik.

Memasuki ranah pemahaman anak, ditemukan kesadaran ambivalen yang menarik: anak-anak secara jujur mengakui bahwa gadget adalah pemikat sekaligus penghambat belajar. Dari sisi negatif, mereka secara terbuka menceritakan bagaimana gadget memicu penundaan PR (procrastination) dan pemecahan konsentrasi (Chen & Lyu, 2024). Dorongan untuk segera menyelesaikan tugas demi bisa bermain gim menunjukkan betapa daya tarik layar secara langsung menyaingi daya tarik tugas akademik.

Sebaliknya, pada sisi positif, partisipan menunjukkan artikulasi yang jelas mengenai gadget sebagai alat bantu pengetahuannya. Mereka memanfaatkan mesin pencari dan platform video untuk memahami materi pelajaran yang dirasa sulit di sekolah. Kemampuan memilah fungsi ini sejalan dengan tahap operasional konkret Piaget, di mana anak dapat menalar kegunaan praktis suatu alat berdasarkan kebutuhan nyatanya (Nabila, 2021).

Aspek paling mendalam dari temuan ini adalah kemunculan benih kesadaran metakognitif pada diri anak. Ketika ditanya mengenai keinginan mengatur waktu sendiri, para partisipan menyatakan ingin mandiri namun sadar akan keterbatasan regulasi dirinya. Mereka mengakui masih membutuhkan "rem" eksternal dari orang tua agar tidak larut dalam permainan. Keterbukaan ini membuktikan bahwa anak-anak tidak buta terhadap kelemahan dirinya; mereka memendam potensi self-regulation yang membutuhkan bimbingan persuasif, bukan sekadar larangan keras.

Mengenai kebiasaan malam hari, seluruh partisipan mengonfirmasi rutinitas menggunakan gadget menjelang tidur hingga pukul 21.00–21.30 WIB. Dampak langsung dari kebiasaan ini adalah munculnya hambatan tidur (Ridha Sakina Oktari & Sartono Sartono, 2025). Pikiran yang terstimulasi oleh konten gim atau video membuat anak terjaga lebih lama, yang pada gilirannya berakibat pada timbulnya rasa kantuk intensif saat mendengarkan penjelasan guru di kelas pada esok harinya.

Refleksi anak terhadap dampak ini menunjukkan tingkat kesadaran sebab-akibat yang sangat utuh. Partisipan seperti AR dan EL mampu menghubungkan secara eksplisit bahwa begadang demi gadget berbanding lurus dengan turunnya kesegaran dan semangat belajar mereka di sekolah (Yang et al., 2024). Pemaknaan subjektif ini membuktikan bahwa anak sekolah dasar di pedesaan telah menjadi agen yang reflektif; mereka merasakan dan memahami betul konsekuensi dari tindakannya sendiri terhadap kesiapan belajarnya.

Temuan penelitian ini menggarisbawahi perlunya pergeseran paradigma dalam menyikapi gadget pada anak pedesaan. Selama ini, pendekatan yang mendominasi adalah kontrol otoriter—melarang, menyita, atau menghukum. Padahal, data lapangan memperlihatkan bahwa anak-anak sudah memiliki kesadaran reflektif dan metakognitif mengenai dampak buruk gadget pada diri mereka sendiri. Mereka tidak buta akan konsekuensinya; mereka hanya kehilangan kontrol diri pada momentum tertentu. Oleh karena itu, kunci penyelesaian tidak terletak pada isolasi teknologi, melainkan pada pembangunan dialog edukatif yang humanis. Orang tua dan pendidik perlu memfasilitasi kapasitas metakognitif anak yang mulai tumbuh ini. Daripada sebatas memberikan instruksi dan larangan, orang tua di desa dapat diajak untuk merumuskan kesepakatan batas waktu bersama anak, memanfaatkan kesadaran reflektif yang memang sudah mereka miliki.

Tabel 1. Temuan Penelitian

No	Rumusan Masalah	Jawaban/Temuan Penelitian	Indikator yang Ditemukan	Keterangan
1	Bagaimana pola penggunaan gadget pada anak sekolah dasar di Desa Sungai Tanduk ditinjau dari durasi, waktu, jenis, dan tujuan penggunaannya?	Anak sekolah dasar di Desa Sungai Tanduk menggunakan gadget milik orang tua atau saudara dengan durasi sekitar 2–3 jam per hari. Penggunaan umumnya berlangsung setelah pulang sekolah hingga malam hari. Aktivitas yang paling dominan adalah gim daring, YouTube, dan TikTok, meskipun gadget juga dimanfaatkan untuk mencari informasi dan membantu memahami materi pembelajaran.	Durasi penggunaan; waktu penggunaan; kepemilikan perangkat; jenis aplikasi; tujuan penggunaan; fungsi hiburan dan pembelajaran.	Pola penggunaan menunjukkan bahwa gadget memiliki fungsi ganda, yaitu sebagai media hiburan sekaligus sebagai sumber belajar.
2	Bagaimana pemahaman dan kesadaran anak sekolah dasar terhadap manfaat serta dampak penggunaan gadget terhadap aktivitas belajar?	Anak menunjukkan pemahaman yang ambivalen terhadap penggunaan gadget. Di satu sisi, gadget membantu memperoleh informasi dan memahami materi pelajaran yang dianggap sulit. Di sisi lain, anak menyadari bahwa penggunaan gadget dapat menyebabkan penundaan tugas, terganggunya konsentrasi, dan kesulitan mengendalikan waktu penggunaan. Anak juga menyadari bahwa dirinya masih membutuhkan	Manfaat gadget sebagai sumber belajar; penundaan pekerjaan rumah; gangguan konsentrasi; kemampuan mengenali dampak; kesadaran diri; regulasi diri; kebutuhan pendampingan orang tua.	Temuan memperlihatkan adanya kesadaran reflektif/metakognitif pada anak dalam memahami konsekuensi penggunaan gadget terhadap kegiatan belajar.

No	Rumusan Masalah	Jawaban/Temuan Penelitian	Indikator yang Ditemukan	Keterangan
		pengawasan atau pengingat dari orang tua.		
3	Bagaimana anak memaknai penggunaan gadget menjelang tidur dan keterkaitannya dengan kesiapan belajar pada hari berikutnya?	Seluruh partisipan mengonfirmasi penggunaan gadget menjelang tidur hingga sekitar pukul 21.00–21.30 WIB. Kebiasaan tersebut dipersepsikan berkaitan dengan kesulitan tidur dan munculnya rasa kantuk pada saat mengikuti pembelajaran keesokan harinya. Anak juga mampu menghubungkan kebiasaan menggunakan gadget hingga malam dengan menurunnya kesegaran dan semangat belajar pada hari berikutnya.	Waktu penggunaan sebelum tidur; kesulitan tidur; rasa kantuk; kesegaran tubuh; semangat belajar; kesiapan mengikuti pembelajaran; kemampuan memahami hubungan sebab-akibat.	Anak tidak hanya mengalami dampak penggunaan gadget, tetapi juga mampu merefleksikan hubungan antara kebiasaan penggunaan gadget pada malam hari dan kondisi belajarnya pada hari berikutnya.

Sumber: *Dokumen Pribadi, 6 Agustus 2026*

Secara teoritis dan praktis, studi ini mempertegas bahwa keterbatasan akses digital di pedesaan tidak mengurangi kompleksitas interaksi anak dengan teknologi. Anak-anak Desa Sungai Tanduk telah membuktikan bahwa mereka adalah subjek bernalar yang mampu mengevaluasi pengalamannya. Menempatkan suara anak sebagai pusat analisis memberi arah baru bagi perumusan kebijakan pendampingan digital yang lebih empatik, tepat sasaran, dan menghargai martabat tumbuh kembang anak.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa anak-anak sekolah dasar di Desa Sungai Tanduk mengakses gadget sepenuhnya melalui perangkat milik orang tua atau saudara, dengan pola penggunaan yang memuncak pada siang hingga malam hari (2–3 jam per hari) dan didominasi oleh aktivitas hiburan seperti gim daring, YouTube, dan TikTok, sementara kontrol maternal terutama peran ibu masih berfungsi sebagai penegak batasan waktu bermain. Dari sisi pemahaman, anak-anak menunjukkan kesadaran ambivalen: mereka mengakui gadget dapat memicu penundaan tugas (PR) dan pecahnya konsentrasi belajar, namun di saat yang sama menyadari manfaatnya sebagai alat bantu memahami materi pelajaran yang sulit melalui mesin

pencari dan platform video. Kesadaran ini bahkan sampai pada tingkat metakognitif, di mana anak-anak mengakui keterbatasan regulasi dirinya dan masih membutuhkan "rem" eksternal dari orang tua.

Terkait kebiasaan malam hari, seluruh partisipan mengonfirmasi penggunaan gadget menjelang tidur hingga pukul 21.00–21.30 WIB yang menyebabkan hambatan tidur, dan mereka mampu menghubungkan secara eksplisit antara kebiasaan begadang tersebut dengan menurunnya kesegaran serta semangat belajar keesokan harinya menandakan tingkat kesadaran sebab-akibat yang utuh.

Secara teoretis dan praktis, temuan ini menegaskan bahwa keterbatasan akses digital di pedesaan tidak mengurangi kompleksitas relasi anak dengan teknologi. Anak-anak Desa Sungai Tanduk terbukti sebagai subjek bernalar yang mampu mengevaluasi pengalamannya sendiri, bukan sekadar objek pasif. Oleh karena itu, penanganan dampak gadget pada anak pedesaan sebaiknya tidak bertumpu pada kontrol otoriter (larangan atau penyitaan), melainkan pada dialog edukatif yang humanis memfasilitasi kapasitas metakognitif anak yang sudah tumbuh dan merumuskan kesepakatan batas waktu bersama, sehingga kebijakan pendampingan digital menjadi lebih empatik, tepat sasaran, dan menghargai martabat tumbuh kembang anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Desa Sungai Tanduk, pihak sekolah, orang tua, dan siswa-siswi SD di Desa Sungai Tanduk yang telah bersedia menjadi partisipan dan informan dalam penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada dosen pembimbing lapangan KKN IAIN Kerinci serta semua pihak yang telah membantu hingga terselesaikannya artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

Adelantado-Renau, M., et al. (2019). Association between screen media use and academic performance among children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. JAMA Pediatrics. https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2019.3176

Anugrah, R., et al. (2023). Dampak penggunaan gadget terhadap kepribadian siswa sekolah dasar. JUDIKDAS: Jurnal Ilmu Pendidikan Dasar Indonesia, 3(1), 1–8. https://doi.org/10.51574/judikdas.v3i1.693

Chen, G., & Lyu, C. (2024). The relationship between smartphone addiction and procrastination among students: A systematic review and meta-analysis. Personality and Individual Differences. https://doi.org/10.1016/j.paid.2024.112652

Doyle, L., et al. (2019). An overview of the qualitative descriptive design within nursing research. Journal of Research in Nursing, 25, 443–455. https://doi.org/10.1177/1744987119880234

Hadi, R., & Sumardi, L. (t.t.). Penggunaan gadget oleh anak usia dini. http://jiip.stkipyapisdompu.ac.id (nama jurnal tidak tercantum di sumber asli — perlu dicek ulang)

Hanifah Salsabila, U., et al. (2021). Optimasi gadget dan implikasinya terhadap pola asuh anak. (nama jurnal tidak tercantum di sumber asli), 1(8).

Hosokawa, R., & Katsura, T. (2018). Association between mobile technology use and child adjustment in early elementary school age. PLoS ONE, 13(7), e0199959. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0199959

Ivana, I., & Rochmah Ida Ayu Trisno Putri, N. (2021). The relationship between gadget usage and adolescent sleep quality. JPHTCR, 4(1).

Jourdren, M., et al. (2023). The impact of screen exposure on attention abilities in young children: A systematic review. (nama jurnal tidak tercantum di sumber asli)

Koswara, A. (2024). Digitalisasi ekonomi di pedesaan: Mengkaji kesenjangan infrastruktur digital di Indonesia. Jurnal Al Azhar Indonesia Seri Ilmu Sosial, 5(3), 180. https://doi.org/10.36722/jaiss.v5i3.3407

Li, X., et al. (2025). Screen time and standardized academic achievement tests in elementary school. JAMA Network Open, 8(10). https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2025.37092

Liu, S., et al. (2022). Smartphone use time and total screen time among students aged 10–19 and the effects on academic stress: A large longitudinal cohort study in Shanghai, China. Frontiers in Public Health, 10. https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.869218

May, K. E., & Elder, A. D. (2018). Efficient, helpful, or distracting? A literature review of media multitasking in relation to academic performance. International Journal of Educational Technology in Higher Education, 15(1). https://doi.org/10.1186/s41239-018-0096-z

Nabila, N. (2021). Konsep pembelajaran matematika SD berdasarkan teori kognitif Jean Piaget. (nama jurnal tidak tercantum di sumber asli), 6, 69–79. https://doi.org/10.26618/jkpd.v6i1.3574

Naura Syifa, A., et al. (2024). Kesenjangan digital dan akses internet di Kabupaten Katingan: Studi kasus pada masyarakat pedesaan. Jurnal Kaganga, 8(1).

Nurfajriani, W. V., et al. (2024). Triangulasi data dalam analisis data kualitatif. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 10(17), 826–833. https://doi.org/10.5281/zenodo.13929272

Nurfajriani, W. V., et al. (2024). Triangulasi data dalam analisis data kualitatif. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 10(17), 826–833. https://doi.org/10.5281/zenodo.13929272 (entri ini duplikat dari sumber di atas — daftar penulis pada versi asli rusak/typo, sehingga disamakan dengan entri pertama)

Ponti, M. (2023). Screen time and preschool children: Promoting health and development in a digital world. Paediatrics & Child Health, 28(3), 184–192. https://doi.org/10.1093/pch/pxac125

Qi, J., et al. (2023). Screen time among school-aged children of aged 6–14: A systematic review. Global Health Research and Policy, 8(1). https://doi.org/10.1186/s41256-023-00297-z

Oktari, R. S., & Sartono, S. (2025). Analisis dampak penggunaan gadget sebelum tidur terhadap kualitas tidur dan prestasi belajar siswa. Jurnal Yudistira: Publikasi Riset Ilmu Pendidikan dan Bahasa, 3(3), 112–123. https://doi.org/10.61132/yudistira.v3i3.1952

Salbiah, S., et al. (2023). Penyuluhan dampak penggunaan gadget pada anak di Desa Jambuluwuk Kecamatan Ciawi. Educivilia: Jurnal Pengabdian pada Masyarakat, 4(1), 13–21. https://doi.org/10.30997/ejpm.v4i1.6579

Rahmayani, S. D., & Suriani, A. (2025). Belajar dalam genggaman: Studi pustaka dampak gadget terhadap siswa sekolah dasar di era digital. Jurnal Nakula: Pusat Ilmu Pendidikan, Bahasa dan Ilmu Sosial, 3(4), 186–194. https://doi.org/10.61132/nakula.v3i4.1941

Santos, R. M. S., et al. (2022). The association between screen time and attention in children: A systematic review. Developmental Neuropsychology, 47(4), 175–192. https://doi.org/10.1080/87565641.2022.2064863

Sauce, B., et al. (2022). The impact of digital media on children's intelligence while controlling for genetic differences in cognition and socioeconomic background. Scientific Reports, 12(1). https://doi.org/10.1038/s41598-022-11341-2

Sholeh, M., et al. (2022). Edukasi dampak negatif penggunaan gadget dan media internet yang berlebihan bagi anak-anak. Jurnal Pengabdian Pendidikan Masyarakat (JPPM), 3(1). http://ejournal.stkip-mmb.ac.id/index.php/JPM

Steyer, J. P. (2021). The Common Sense census: Media use by tweens and teens. Common Sense Media. (nama penerbit ditambahkan berdasarkan sumber umum publikasi ini — mohon dikonfirmasi)

Vornika, M., & Indasari, L. (2026). Implementasi literasi digital berbasis kecerdasan buatan AI melalui "ChatGPT" dalam pengembangan HOTS dan berpikir historis mahasiswa pendidikan agama Islam pada mata kuliah Islam dan Ilmu Sosial Humaniora di IAIN Kerinci. Edu Research, 7(2), 46–58. https://www.iicls.org/index.php/jer/article/view/2563

Yang, S., et al. (2024). Associations of screen use with cognitive development in early childhood: The ELFE birth cohort. Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines, 65(5), 680–693. https://doi.org/10.1111/jcpp.13887

Yu, D. J., et al. (2024). The impact of social media use on sleep and mental health in youth: A scoping review. Current Psychiatry Reports, 26(3), 104–119. https://doi.org/10.1007/s11920-024-01481-9