

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kecanduan Gadget

1. Pengertian Kecanduan Gadget

Di zaman digital saat ini, ketergantungan terhadap gadget telah menjadi masalah umum yang dialami oleh banyak orang, khususnya di kalangan remaja dan orang dewasa.⁶ Kecanduan ini tidak hanya berdampak pada kondisi mental, tetapi juga memengaruhi hubungan sosial, tingkat produktivitas, serta kesehatan fisik individu. Munculnya berbagai platform digital dan media sosial yang dirancang untuk memikat perhatian pengguna telah merumitkan tantangan ini, sehingga memerlukan penanganan yang lebih mendesak dan komprehensif. Secara garis besar, kecanduan terhadap *gadget* dapat dikenali dari pola penggunaan yang tidak seimbang, di mana seseorang lebih memilih menghabiskan waktunya dengan perangkat digital hingga mengabaikan kewajiban atau kegiatan lainnya.⁷ Konsep kecanduan *gadget* memiliki beragam interpretasi sebagaimana dikemukakan oleh beberapa ahli di bidangnya yang mencakup psikologis, perilaku, dan sosial yang kompleks.

⁶N. K. Lestari, N. P. S., & Suarni, "Dampak Penggunaan *Gadget* Pada Perkembangan Emosional Dan Kognitif Siswa Kelas Iv Sekolah Dasar.," *Ndonesian Global Scientific Journal* 2 No 1 (2021): 1–10.

⁷Suryani Rina, *Kecanduan Gadget Dan Dampaknya Terhadap Perilaku Sosial Remaja* (Jakarta: Pustaka Ilmu, 2019), 45–60.

Sementara itu, Griffiths menyatakan bahwa kecanduan gadget tergolong dalam jenis perilaku adiktif tanpa zat, yang ditandai dengan penggunaan perangkat elektronik secara berlebihan sehingga berdampak besar terhadap kondisi sosial dan emosional seseorang.⁸ Menurut Greenfield kecanduan *gadget* termasuk dalam kecanduan perilaku yang cepat dapat menyebabkan perubahan pola pikir dan sikap seseorang terutama dalam hal manajemen waktu dan interaksi sosial.⁹ Dari penjelasan beberapa ahli tersebut kecanduan *gadget* adalah sebuah fenomena yang tidak dapat terelakkan pada zaman sekarang, kecanduan *gadget* merupakan suatu fenomena di mana individu ingin terus terhubung dengan teknologi melalui *gadget* yang mengakibatkan individu menghabiskan aktivitas lain yang bisa menyebabkan masalah pada perilaku, hubungan sosial, akademis bahkan kesejahteraan mental.

2. Faktor Penyebab Kecanduan *Gadget*

Tak dapat disangkal bahwa pembahasan mengenai kecanduan *gadget* melibatkan banyak topik yang kompleks dan beragam, karena menyentuh berbagai dimensi seperti aspek psikologis, sosial, hingga kemajuan teknologi. Pemanfaatan gadget, terutama melalui aplikasi media sosial dan permainan, sering kali menghasilkan respons positif seperti munculnya notifikasi, pesan

⁸Griffiths, "Model Komponen Kecanduan Dalam Kerangka Biopsikososial," *Journal Of Substance Use* 10(4) (2005): 191–197.

⁹Greenfield, "Virtual Addiction : Sometimes New Technology Can Create New Problems," *American Behavioral Scientist* 43 (4) (1999): 37–41.

yang masuk, komentar dari pengguna lain, hingga pencapaian dalam permainan.¹⁰ Hal ini menjadi pemicu bagi individu untuk terus terlibat dan menggunakan perangkat tersebut secara berulang. Hal ini menghasilkan pelepasan dopamin di otak yang memberikan rasa senang dan puas. Dan pengalaman ini yang mendorong individu untuk mengulangi aktivitas yang sama, memperkuat kebiasaan sehingga menjadi ketergantungan.¹¹ Faktor-faktor lain yang mempengaruhi seseorang mengalami kecanduan *gadget* adalah sebagai berikut :

- a. Faktor Psikologis: Dalam beberapa kasus individu dengan gangguan sebagai sarana untuk menghindari interaksi langsung dengan orang lain.¹² Faktor psikologi seperti kecemasan, depresi, rendahnya harga diri, dan perasaan kesepian sering kali terkait dengan peningkatan penggunaan *gadget*.¹³ Bagi sebagian orang, *gadget* menjadi alat pelarian dari masalah emosional atau psikologis.
- b. Desain Teknologi dan Algoritma: Platform digital sering dirancang untuk membuat pengguna menghabiskan waktu sebanyak mungkin. Fitur seperti *infinite scrolling*, notifikasi otomatis (*push notification*), dan konten

¹⁰Perdana Pangestu, Devianti., Roy Kembar Habibi, Roy., Dwi Yulianti, Reni., Dayu Rika, "Pengaruh Penggunaan Gadget Dan Game Online Terhadap Interaksi Sosial Peserta Didik," *Jurnal Ilmiah Kependidikan* 17 No. 2 (2023): 219–228.

¹¹Greenfiel,D.N "The Addictive Properties Of Internet Usage," *American Behavioral Scientist* 47(1) (2014): 93–100.

¹²S Andreassen,C .S.,& Pallesen, "Social Network Site Addiction -An Overview," *Current Phamaceutical Desingn* 20(25) (2014): 4053–4061.

¹³B.J. Elhai, J.D., Levine, J.C., Dvorak R.D., & Hall, "Ketakutan Untuk Ditinggalkan, Kebutuhan Untuk Bersentuhan, Kecemasan, Dan Depresi Berkaitan Dengan Penggunaan Smartphone Yang Bermasalah (Terjemahan)," *Computers In Human Behaviral* 63 (2017): 509–516.

yang dipersonalisasi memperkuat keterikatan pengguna.¹⁴ Algoritma yang diterapkan pada media sosial, aplikasi, dan *game* dirancang untuk menyajikan konten yang menarik dan sesuai minat, sehingga membuat pengguna sulit untuk berhenti mengaksesnya.

- c. FOMO (*Fear of Missing Out*): FOMO merupakan kondisi psikologis di mana seseorang merasa cemas akan ketinggalan informasi atau momen penting jika tidak aktif di media sosial atau aplikasi komunikasi. Kecemasan ini membuat individu terus-menerus mengecek perangkatnya, sehingga memperpanjang waktu penggunaan dan menjadi salah satu pemicu utama kecanduan *gadget*.
- d. Kurangnya Manajemen waktu: Sering kali pengguna tidak menyadari seberapa banyak waktu yang mereka habiskan di depan layar, terutama saat terlibat dalam aktivitas yang menyenangkan seperti bermain *game* atau menonton video.¹⁵ Ketidaksanggupan dalam mengatur waktu secara efektif dapat menyebabkan penggunaan *gadget* yang berlebihan.

3. Aspek-Aspek Kecanduan *Gadget*

Seseorang yang sudah kecanduan *gadget* tentunya menunjukkan perilaku yang berbeda dari manusia normal pada umumnya. Adapun aspek-aspek dari kecanduan *gadget* adalah sebagai berikut:

¹⁴Harris, T "How Technology Hijacks People's Minds-From A Magician And Google's Design Ethicist" (2019).

¹⁵Turel N O., Serenko, A., Bontis, "Family And Work-Related Consequences Of Addiction To Organization Pervasive Technology," *Information & Management* 48(2-3) (2011): 88-95.

a. Gangguan Kehidupan Sehari- Hari

Gangguan dalam keseharian seseorang jika mengalami kecanduan *gadget* adalah, mengabaikan pekerjaan yang sudah direncanakan sebelumnya, sulit berfokus pada sesuatu, penglihatan buram, dan gangguan tidur. Selain itu seseorang akan mengalami gangguan konsentrasi karena terus memikirkan tentang *gadgetnya*.

b. Antisipasi Positif

Seseorang yang mengalami kecanduan *gadget* akan merasa bersemangat menjadikan *gadget* sebagai alat untuk menghilangkan stress dan perasaan kesepian. Bagi orang yang mengalami kecanduan, *gadget* bukan di anggap sebagai alat komunikasi, tetapi juga dianggap sebagai teman yang memberikan kesenangan, mengurangi stress, serta memberikan rasa aman.

c. *Withdrawal*

Seseorang pengguna *gadget* yang telah masuk dalam kategori kecanduan, akan merasa cemas, resah, dan seperti ada saja yang kurang jika tidak menggunakan *gadget*. kondisi *withdrawal* ini juga menunjukkan bahwa seseorang terus memikirkan *gadgetnya* yang dimiliki meskipun sedang tidak menggunakan.

d. Penggunaan Yang Berlebihan

Penggunaan gadget oleh individu yang sudah kecanduan gadget tidak seperti biasanya. *Gadget* akan digunakan secara berlebihan atau tidak terkendali yang kemudian menjadikan *gadget* sebagai pelarian, atau tempat untuk meminta pertolongan.

e. Perilaku

Seseorang dengan kecanduan gadget akan sulit untuk berhenti menggunakan *gadgetnya*, meskipun sudah berusaha atau berencana untuk berhenti, selalu merasa bahwa harus terus melihat *gadgetnya* meskipun tidak memiliki tujuan apa-apa, dan membutuhkan waktu yang cukup lama untuk mencapai kepuasan.

f. Psikologis

Kecanduan *gadget* yang dialami oleh individu juga mempengaruhi aspek psikologisnya seperti memunculkan rasa cemas yang berlebihan, depresi, dan perubahan suasana hati. Selain itu juga merusa kognitif, seperti pada kemampuan konsentrasi, dan juga pemrosesan informasi dan pemecahan masalah. Perubahan perilaku di mana menurunkan kemampuan untuk bersosialisasi, empati, dan perilaku anti sosial .

4. Dampak Kecanduan *Gadget*

Kecanduan *gadget* merupakan kondisi yang cukup memprihatinkan, namun sering kali tidak disadari oleh penggunanya

sendiri. Banyak remaja atau siswa berusia 12 hingga 15 tahun berpendapat bahwa seseorang hanya dapat dikatakan kecanduan *gadget* jika telah mengalami dampak yang sangat berat, seperti kehilangan kesadaran atau gangguan kejiwaan (ODGJ). Padahal, kecanduan gadget juga berdampak pada proses tumbuh kembang anak dan remaja. Sebuah penelitian di kota Denpasar menunjukkan adanya hubungan antara kecanduan gadget dengan status gizi pada siswa tingkat SMP..¹⁶ Selain itu dampak lain dari kecanduan *gadget* adalah seseorang bisa melihat konten-konten yang sebenarnya belum layak untuk dilihat seperti konten-konten negatif dapat mempengaruhi kesehatan fisik seperti masalah pada penglihatan, perilaku, cedera tulang belakang karena posisi duduk yang kurang tepat, bahkan dapat menghambat perkembangan sosialnya.

Dampak kecanduan terhadap perkembangan psikologis dapat berupa dampak yang baik yaitu memudahkan dalam pencarian informasi tentang ilmu pengetahuan, dan memudahkan dalam berkomunikasi antara anak dan orang tua, atau antara anak dan temannya. Penggunaan gadget secara berlebihan juga berdampak buruk terhadap perkembangan psikologis anak, terutama dalam aspek emosional dan perilaku.¹⁷ Anak-anak menjadi lebih mudah tersinggung, suka membantah, dan cenderung

¹⁶Putri Cahya Widyawati, "Hubungan Penggunaan Gadget, Konsumsi Junk Food Dan Pengetahuan Gizi Dengan Status Gizi Pada Remaja Usia 15-17 Tahun Di Sma Negeri 2 Playen Kabupaten Gunungkidul" (2022): 46-48.

¹⁷Syifa Lyynatius, Dkk., "Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Psikologi Anak Pada Anak Sekolah Dasar," *Jurnal Ilmiah Sekolah Dasar* 3, No. 4 (2019): 527-530.

meniru perilaku buruk dari tontonan yang mereka lihat, lalu mempraktikkannya dalam kehidupan nyata. Umumnya, anak menggunakan *gadget* untuk mengakses aplikasi seperti TikTok, WhatsApp, Instagram, YouTube, serta bermain game online. Aktivitas ini dapat memengaruhi moral mereka, karena sering kali membuat anak-anak lupa waktu, tidak patuh terhadap aturan orang tua, serta kehilangan motivasi belajar akibat terlalu asyik bermain atau membuat konten di media sosial.

B. Perkembangan Kognitif Anak Jean Piaget

1. Biografi singkat Jean Piaget

Jean Piaget merupakan tokoh terkemuka dalam bidang psikologi perkembangan. Ia lahir pada tahun 1896 di Neuchâtel, Swiss. Piaget berasal dari keluarga intelektual; ayahnya adalah seorang profesor yang ahli dalam sejarah abad pertengahan, sementara ibunya dikenal sebagai sosok yang cerdas, religius, dan penuh semangat. Piaget pada masa mudanya sangat tertarik dengan alam. Banyak hal yang suka Piaget amati, tetapi yang paling ia sukai adalah hewan-hewan yang bisa hidup bebas, sehingga disekolah pun ia sangat suka dengan pelajaran biologi.¹⁸ Jean Piaget telah

¹⁸Fitriani Abdi, Nyoman,., Syahri Alim, Sndi., "Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget Dan Implikasinya Dalam Pembelajaran Matematika," *Sigma (Suara Intelektual Gaya Matematika)* 3 no 1 (2011): 15=16.

menunjukkan bakatnya sejak usia 10 tahun dengan menghasilkan sebuah majalah yang membahas tentang burung pipit Albino.

Ia pernah ditawari jabatan sebagai kurator moluska, namun menolaknya karena ia masih harus menyelesaikan pendidikan di jenjang menengah terlebih dahulu. Perkembangan pemikiran Piaget selanjutnya sangat dipengaruhi oleh Samuel Cornut, yang juga merupakan sosok pelindungnya. Setelah mempelajari sesuatu tentang biologi, Piaget beralih ke perkembangan intelektual. Ia mengamati anaknya secara intensif untuk memahami perkembangan kognitif mereka. Melalui penelitian pada anak-anaknya sendiri, Piaget mengidentifikasi tahap-tahap perkembangan kognitif dan menjadikannya seorang tokoh penting dalam perkembangan khususnya dalam bidang kognitif.

Piaget tertarik pada proses kognitif anak sebagai proses sosialisasi.¹⁹ Jean Piaget adalah seorang psikolog terkenal yang menyarankan bagaimana pemikiran manusia berkembang di usia tua. Menurut Piaget, kecerdasan tidak hanya ingat, tetapi juga bagaimana individu memahami dunia dan menyelesaikan masalah.²⁰ Piaget percaya orang secara bertahap sedang dibangun di seluruh dunia melalui proses yang disebut asimilasi dan akomodasi. Piaget mengakui bahwa ia menemukan bahwa anak itu

¹⁹Ibda Fatimah, "Perkembangan Kognitif: Teori Jean Piaget," *Jurnal Intelektualita* 3 (2015): 27.

²⁰Ismail, "Perkembangan Kognitif Pada Anak Masa Pertengahan Dan Akhir Anak-Anak," *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Keguruan* 1, No. 1 (2019): 15–17.

bukan gambar orang dewasa, karena ada jawaban yang ada dalam serangkaian tes pada anak -anak, dan jelas bahwa anak tersebut berbeda dari pikiran orang dewasa.²¹ Untuk alasan ini, Piaget membuat ketakutannya dalam perkembangan manusia empat tingkat semua kategori umur.

2. Teori perkembangan kognitif

Aspek pematangan yang sangat penting adalah jatuh tempo saraf, karena manfaat yang diterima seorang anak dipengaruhi oleh pematangan saraf dari pengalaman fisik. Aspek dari pengalaman yang memungkinkan anak -anak untuk mendapatkan banyak pengetahuan baru ketika mereka berinteraksi dengan dunia luar. Lingkungan sosial adalah aspek interaksi sosial, yang merupakan lingkungan untuk perkembangan kognitif anak yang cukup untuk bahasa, pendidikan, dan bahkan pengalaman fisik, dan berkembang terlepas dari apakah itu berkembang. Bahkan pengalaman fisik dan sosial perkembangan kognitif pada tahap yang tepat melalui regulasi interaksi antara individu dan lingkungan adalah aspek dari proses ekolibrasi atau manajemen diri.²² Perkembangan kognitif setelah Jean Piaget dipengaruhi oleh empat aspek: aspek pematangan, aspek pengalaman, aspek interaksi sosial, dan aspek ekolibrasi.

²¹Gunarsa D. Singgih, *Dasar Dan Teori Perkembangan Anak*, Ed. Staf Redaksi Gunung Mulia, Revisi. (Jakarta: Imprint Libri, 2011), 138–139.

²²Faridy Faizatul, *Mengapa Kamu Nak? (Deteksi Awal Permasalahan Tumbuh Kembang Anak Usia Dini Dan Cara Penangannya*, Ed. Julia Zuzana, 2021st Ed. (Jakarta: Pt Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia, 2021), 10–12.

3. Perkembangan Kognitif pada Anak

Jean piaget sebagai manusia yang dengan dasar pendidikan biologi sehingga banyak berpengaruh terhadap pendekatan dan penjelasannya. Piaget tertarik pada perubahan-perubahan kualitatif dari perkembangan anak sejak lahir-dewasa.²³ Teori perkembangan kognitif Jean Piaget adalah salah satu teori paling terkenal dalam psikologi perkembangan yang menekankan bagaimana anak-anak membangun pemahaman mereka tentang dunia melalui serangkaian tahap yang distingtif. Teori ini menjelaskan bahwa perkembangan kognitif anak-anak berlangsung melalui proses perubahan bertahap dan kumulatif.

Piaget juga menguraikan 4 aspek perkembangan kognitif, diantaranya kematangan yang lebih berorientasi pada pengembangan dari susunan syaraf seperti kemampuan melihat dan mendengar. Yang kedua adalah pengalaman atau hubungan timbal balik antara organisme dan lingkungannya, yang ketiga ada transmisi sosial atau pengaruh yang didapatkan dari hubungan individu dengan lingkungan seperti pendidikan dari orang lain kepada seorang anak, dan yang keempat ada ekulibrasi yaitu adanya kemampuan untuk mengatur dalam diri anak agar mampu untuk mempertahankan keseimbangan dan penyesuaian diri

²³Gunarsa D. Singgih, *Dasar Dan Teori Perkembangan Anak*, 140.

terhadap lingkungannya.²⁴ Tahapan-tahapan tersebut adalah sebagai berikut.

- a. Tahap sensori motor Mereka mengembangkan objek permanen, yaitu pemahaman bahwa objek tetap ada meskipun tidak terlihat.²⁵
Tahapan Perkembangan Kognitif Piaget: Tahap Sensorimotor (0-2 tahun): Pada tahap ini, bayi belajar tentang dunia melalui gerakan dan indra mereka
- b. Tahap Pra-operasional (2-7 tahun): Anak mulai menggunakan simbol-simbol untuk mewakili objek. Pemikiran mereka masih sangat terpusat pada sudut pandang sendiri (egosentrisme), dan mereka kesulitan memahami perspektif orang lain. Mereka juga mulai berpikir secara simbolis tetapi belum memahami konsep logis.
- c. Tahap Operasional Konkret (7-11 tahun): Anak-anak mulai berpikir lebih logis tentang kejadian yang konkret. Mereka bisa memahami konsep konservasi (misalnya, mengerti bahwa jumlah air tetap sama meskipun dituangkan ke wadah dengan bentuk berbeda). Mereka juga mulai memahami hubungan sebab-akibat yang lebih kompleks.

²⁴Gunarsa D. Singgih, *Dasar Dan Teori Perkembangan Anak*, 140–141.

²⁵Maulana Arliansyah, "Teori Perkembangan Kognitif Piaget Pada Tahap Operasional Formal," *Al-Ahnaf: Journal Of Islamic Education Learning And Religious Studies* 1, No. 1 (2024).

d. Tahapan-tahapan perkembangan lain yang tidak kalah penting di kemukakan oleh Piaget yaitu tahapan operasional formal dimulai sekitar umur 12-15 tahun di mana pada masa ini anak sudah bisa berpikir lebih kompleks, seperti memecahkan masalah abstrak, membuat hipotesis dan berpikir secara logis. Perbedaan dengan tahap-tahap sebelumnya, jika pada tahap perkembangan operasional konkret anak masih berfokus pada benda-benda nyata pada masa perkembangan formal anak sudah bisa berpikir tentang konsep-konsep abstrak yang tidak selalu ada di hadapannya. Pada tahap operasional formal, anak lebih mampu merencanakan, berpikir kritis dan mengevaluasi pilihannya sendiri. Mereka juga sudah mulai tertarik pada pernyataan-pernyataan filosofis dan sosial. Memahami tahap operasional formal ini sangat penting bagi pendidik dengan mengetahui karakteristik berpikir anak, pada tahap ini pendidik bisa menyajikan materi pembelajaran yang lebih menantang dan sesuai dengan kemampuan kognitif anak. Berikut penjelasan mengenai cara berpikir tahap operasional formal anak:

1) Pemikiran Deduktif Hipotesis

Pada tahap operasional formal individu sudah mampu berpikir secara logis dan menarik kesimpulan dari asumsi-asumsi tanpa harus bergantung pada kenyataan yang konkret. Mereka dapat membangun argumen yang valid berdasarkan premis-premis hipotetis. Bahkan jika premis tersebut tidak sesuai dengan yang terjadi

2) Pemikiran Induktif Saintifik

Pemikiran induktif melibatkan pengambilan kesimpulan berdasarkan observasi dan data spesifik. Pada tahap ini, remaja mulai mengembangkan kemampuan berpikir ilmiah, seperti merumuskan hipotesis, merancang eksperimen, mengendalikan variabel, mencatat hasil, dan menarik kesimpulan berdasarkan data yang dikumpulkan.

3) Abstraktif Reflektif

Abstraksi ini melibatkan kemampuan berpikir abstrak dan logis, melampaui objek kongkret.

4. Kecanduan Gadget Dan Teori Perkembangan Jean Piaget

Teori Perkembangan Kognitif Jean Piaget mengatakan bahwa anak-anak dan remaja secara aktif membuat pengetahuan dan pemahaman mereka tentang dunia melalui pengalaman mereka sendiri dan interaksi

mereka dengan lingkungan mereka.²⁶ Dampak Kecanduan Gadget pada Perkembangan Kognitif Siswa Kecanduan gadget dapat mempengaruhi kemampuan siswa untuk berpikir logis dan sistematis tentang objek dan peristiwa. Kecanduan gadget dapat membuat siswa lebih cenderung mengandalkan informasi yang tersedia secara *online* daripada melakukan analisis kritis terhadap informasi tersebut.²⁷ Kecanduan gadget dapat meningkatkan risiko gangguan perhatian pada siswa, yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk fokus pada tugas-tugas akademis.

C. Dampak Kecanduan Gadget terhadap Perkembangan Kognitif

1. Dampak Terhadap Anak secara Umum

a. Penurunan Konsentrasi dan Daya Ingat

Penggunaan *gadget* yang berlebihan, terutama untuk aktivitas yang cepat dan singkat seperti *scrolling* media sosial atau bermain *game*, dapat mengganggu kemampuan anak untuk fokus dalam jangka panjang. Hal ini dapat menghambat perkembangan keterampilan kognitif yang memerlukan konsentrasi dan pemrosesan informasi mendalam. Anak yang terbiasa berpindah dari satu aplikasi ke aplikasi lain secara cepat cenderung mengalami penurunan

²⁶Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Bandung: Pt Remaja Rosdakarya, 2016), 150–170.

²⁷Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: Pt.Remaja Rosdakarya, 2014), 120–140.

attention span (rentang perhatian). Dampak lain dari penggunaan gadget yang berlebihan adalah sebagai berikut :

1) Pengaruh terhadap Pemecahan Masalah

Anak-anak yang kecanduan *gadget*, khususnya *game* dengan sifat cepat dan instan, sering kali kurang mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah yang rumit. Mereka lebih memilih solusi cepat daripada proses pemikiran yang lebih mendalam, yang merupakan keterampilan kognitif penting dalam perkembangan otak pada usia ini.

2) Gangguan dalam Proses Pembelajaran

Kecanduan *gadget* dapat mengganggu pola belajar anak. Mereka lebih cenderung menggunakan waktu mereka untuk bermain *game* atau menonton video daripada membaca atau melakukan aktivitas yang merangsang otak, seperti latihan soal atau diskusi yang memerlukan pemikiran kritis.²⁸ Ini berakibat pada kemampuan kognitif anak untuk mengorganisasi dan menganalisis informasi yang lebih kompleks.

3) *Multitasking* yang Tidak Efektif

Anak usia remaja yang sering menggunakan gadget sering melakukan banyak hal sekaligus (*multitasking*), seperti belajar

²⁸D. Saputra, "Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Siswa," *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 12, no. 2 (2020).

sambil mendengarkan musik atau bermain media sosial. Meski terlihat produktif, penelitian menunjukkan bahwa *multitasking* digital mengurangi efisiensi dan kualitas pembelajaran serta kemampuan untuk memahami informasi secara mendalam.

4) Ketergantungan pada Teknologi untuk Informasi

Anak-anak yang terbiasa mencari jawaban instan melalui mesin pencari atau aplikasi lain cenderung kurang mengembangkan keterampilan pencarian informasi yang lebih dalam dan kritis. Mereka mungkin mengalami kesulitan dalam menyaring informasi yang valid dan tidak valid, serta kurang melatih pemikiran analitis yang diperlukan dalam proses pembelajaran formal.

2. Dampak Terhadap Anak Tahap Operasional Formal

Dampak kecanduan *gadget* terhadap anak tahap operasional formal dapat beraneka ragam, baik positif maupun negatif. Dampak positif dapat berupa *gadget* memberikan akses mudah dan cepat terhadap informasi dan pengetahuan.²⁹ Anak tahap operasional formal dapat memanfaatkan *gadget* untuk belajar, mengembangkan hobi, dan meningkatkan kemampuan mereka.³⁰ *Gadget* dapat membantu anak mengembangkan

²⁹A. Purwanto, "Pemanfaatan Teknologi Dan Komunikasi Dalam Pembelajaran Di Era Digital," *Jurnal Pendidikan Teknologi* 10, No. 1 (2019): 1-4.

³⁰Saputra D, "Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Siswa," *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran* 12, No. 2 (2020): 105-118.

kemampuan digital, seperti *coding*, desain, dan multimedia.³¹ *Gadget* dapat membantu teman dan keluarga di berbagai lokasi. Mereka dapat menggunakan *gadget* untuk berkomunikasi, berbagi informasi, dan membangun komunitas *online*.

Dampak negatifnya dapat berupa gangguan konsentrasi dan fokus ketika anak menggunakan *gadget* yang berlebihan. Hal tersebut dapat membuat anak terhambat kemampuannya dalam belajar, mengerjakan tugas, dan berpikir kritis.³² Anak yang terlalu banyak menghabiskan waktu di dunia maya cenderung mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial secara langsung.³³ Mereka bisa mengalami kesulitan dalam membangun hubungan in terpersonal, memahami bahasa tubuh, dan berempati.³⁴ Cahaya biru yang dipancarkan dari layar *gadget* dapat mengganggu siklus tidur anak sehingga mereka mengalami kesulitan tidur dan bangun pagi.

Risiko depresi dan kecemasan di mana anak yang kecanduan *gadget* bisa mengalami perasaan kesepian, cemas, dan depresi.³⁵ Terkadang mereka akan merasa terisolasi dari dunia nyata dan mengalami kesulitan

³¹Suharto S, "Pengembangan Keterampilan Digital Pada Siswa Sekolah Menengah Pertama," *Jurnal Pendidikan Informatika* 10, No. 2 (2021): 125–138.

³²Supriyanto A, "Dampak Penggunaan Gadget Berlebihan Terhadap Konsentrasi Dan Prestasi Belajar Siswa Smp.," *Jurnal Psikologi Pendidikan* 12, No. 2 (2020): 123–135.

³³Wulandari D, "Pengaruhh Kecanduan Gadget Terhadap Perkembangan Anak Usia Dini," *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Keguruan* 10, No. 1 (2019): 45–58.

³⁴A. Setyawan, "Pola Tidur Dan Penggunaan Gadget Malam Hari Terhadap Kualitas Tidur Pada Remaja," *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 10, No. 3 (2019): 55–62.

³⁵Nugroho B, "Pengaruh Kecanduan Gadget Terhadap Depresi Dan Kecemasan Pada Remaja," *Jurnal Psikologi Klinis* 12, No. 1 (2020): 35–48.

dalam membangun rasa percaya diri.³⁶ Anak-anak yang kecanduan *gadget* pun dapat menggunakan *gadget* tidak sesuai dengan yang semestinya di mana anak bisa ketergantungan dalam menggunakan *gadget* seperti mengerjakan tugas dengan menggunakan kecerdasan AI karna malas untuk berpikir kritis tanpa memperhatikan sumbernya kredibel atau tidak.³⁷ kemungkinan ini pun dapat menimbulkan anak menunjukkan perilaku adiktif dan penyalahgunaan seperti *ciberbullying*, pornografi, dan perjudian *Online*. Berdasarkan teori perkembangan kognitif Jean Piaget dampak kecanduan *gadget* pada perkembangan kognitif adalah:

a. Kemampuan Berpikir Kritis Dan Pemecahan

Masalah di mana siswa yang kecanduan *gadget* cenderung mengandalkan solusi instan yang ditawarkan oleh teknologi, sehingga kurang mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan memecahkan masalah secara mandiri. Mereka kesulitan dalam menganalisis informasi, mengidentifikasi masalah, dan merumuskan solusi yang kreatif.

b. Gangguan Konsentrasi Rentan Perhatian

Penggunaan *gadget* yang berlebihan, terutama aktivitas yang cepat dan singkat seperti *scrolling* sosial media atau bermain

³⁶Kurniawan A, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Depresi Pada Remaja Di Era Digital," *Jurnal Psikologi Remaja* 10, No. 2 (2019): 79–92.

³⁷M Adriansyah, "Pencegahan Ketergantungan Gadget Pada Anak Dan Remaja," *Jurnal Psikologi Anak Dan Remaja* 15, No. 1 (2021): 1–12.

game, dapat mengganggu kemampuan siswa untuk berfokus dalam jangka panjang.³⁸ Hal ini dapat menghambat perkembangan kognitif yang memerlukan konsentrasi dan pemrosesan informasi mendalam.

c. Keterlambatan Dalam Mencapai Tahapan Kognitif

Kecanduan *gadget* dapat menghambat siswa dalam mencapai tahap perkembangan kognitif yang seharusnya sesuai dengan usia mereka. Terutama pada tahap operasional formal, di mana siswa seharusnya mampu berpikir abstrak, logis, dan memecahkan masalah yang kompleks, kecanduan *gadget* dapat menyebabkan keterlambatan dalam mencapai kemampuan tersebut.

d. Gangguan dalam Proses Pembelajaran

Kecanduan *gadget* dapat mengganggu pola belajar siswa. Mereka lebih cenderung menggunakan waktu mereka untuk bermain *game* atau menonton video dari pada membaca atau melakukan aktivitas yang merangsang otak, seperti latihan soal, atau diskusi yang memerlukan pemikiran kritis.³⁹ Hal ini berakibat

³⁸Adelia, T., Fauzi, T., Arisona A., (2021) " Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Di Sma I Prabamuli ". *Jurnal Wahana Konseling* Vol. 4 No. 1 Hlm. 35-45 Doi:10.31851/Juang.V4i1.5153.

³⁹Prizki, Teresya Bella Dwi & Sari, Syska Purnama (2020). " *Kecanduan Gadget Pada Siswa Kelas Xi Di Smk Negeri 1 Lahat.*" *Jurnal Wahana Konseling*, 3(1), Hlm. 11–20. Penerbit: Universitas Pgrri Palembang, Palembang

pada kemampuan kognitif siswa untuk mengorganisasi dan menganalisis informasi yang lebih kompleks. Hipotesis alternatif ini menunjukkan bahwa dampak kecanduan gadget terhadap perkembangan Kognitif siswa di SMP Negeri 1 Rantebulahan Timur dapat bersifat kompleks dan multidimensi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris yang kuat yang mendukung hipotesis alternatif ini dan memberikan rekomendasi yang efektif untuk mengatasi masalah kecanduan *gadget*.