

PENGARUH TREN PERMAINAN DIGITAL TERHADAP PERKEMBANGAN SOSIAL EMOSIONAL PESERTA DIDIK SEKOLAH DASAR

Nadaa Sofiyah¹, Syamsudin²
^{1,2}PGMI Institut Al Fithrah Surabaya
nadaasofiyah1104@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to understand how digital gaming trends affect the social and emotional development of elementary school students. The method used in this study is a desk research approach with a literature review approach from national and international journals published between 2021 and 2026. The findings of the study indicate that digital gaming can have both positive and negative impacts on children's social and emotional development. Positive impacts can be seen in increased communication skills, cooperation, and self-confidence, while negative impacts can be seen in decreased social interaction, emotional control, and the emergence of imitative behavior due to excessive use. Therefore, it is important for parents and teachers to monitor the use of digital games to ensure that it supports children's development in an optimal way.

Keywords: digital games, social-emotional development, elementary school students, digital media

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana tren permainan digital memengaruhi perkembangan sosial emosional siswa di sekolah dasar. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pustaka dengan pendekatan tinjauan literatur dari jurnal nasional dan internasional yang diterbitkan antara tahun 2021 hingga 2026. Temuan dari penelitian menunjukkan bahwa permainan digital dapat memberikan dampak yang baik maupun buruk terhadap perkembangan sosial emosional anak-anak. Dampak positif dapat terlihat dari peningkatan kemampuan berkomunikasi, kerjasama, dan kepercayaan diri, sementara dampak negatif dapat dilihat dari menurunnya interaksi sosial, pengendalian emosi, dan munculnya perilaku meniru akibat penggunaan yang berlebihan. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan guru untuk mengawasi agar penggunaan permainan digital dapat mendukung perkembangan anak dengan cara yang optimal.

Kata Kunci: Permainan digital, sosial emosional, peserta didik sekolah dasar, media digital.

A. Pendahuluan

Perkembangan teknologi digital telah mengubah berbagai aspek kehidupan, termasuk pola bermain dan interaksi sosial anak usia sekolah dasar. Permainan digital yang dapat diakses melalui telepon pintar, tablet, maupun komputer telah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari peserta didik. Kemudahan akses internet serta meningkatnya kepemilikan perangkat digital menyebabkan intensitas penggunaan permainan digital terus meningkat. Kondisi tersebut tidak hanya memengaruhi aktivitas belajar, tetapi juga berpotensi membentuk perkembangan sosial emosional anak, seperti kemampuan berinteraksi, mengelola emosi, bekerja sama, dan menumbuhkan empati terhadap lingkungan sekitarnya.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa permainan digital memiliki pengaruh yang beragam terhadap perkembangan sosial emosional anak. Paremeswara dan Lestari (2021) menjelaskan bahwa permainan digital mampu meningkatkan rasa percaya diri, kemampuan bekerja

sama, serta keterampilan komunikasi. Di sisi lain, penggunaan yang berlebihan dapat menurunkan kualitas interaksi sosial dan kemampuan mengendalikan emosi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa permainan digital tidak selalu memberikan dampak negatif, tetapi juga dapat menjadi media yang mendukung perkembangan anak apabila dimanfaatkan secara tepat.

Hasil penelitian lain juga memperkuat temuan tersebut. Radhani dan rekan-rekannya (2024) menyatakan bahwa media digital berpengaruh terhadap perkembangan emosi, sikap sosial, dan pola komunikasi siswa sekolah dasar. Sementara itu, Ismanto dan tim (2025) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara intensitas bermain permainan digital dengan kemampuan bersosialisasi dan pengendalian emosi anak. Penelitian lain mengungkapkan bahwa penggunaan permainan digital secara berlebihan dapat meningkatkan kecenderungan perilaku individualis, menurunkan kepedulian terhadap lingkungan sosial, serta memengaruhi kontrol diri peserta didik (Izzah et al., 2024). Selain itu, penggunaan telepon

pintar dan aplikasi digital secara berlebihan juga dilaporkan mampu mengurangi kualitas interaksi sosial anak di lingkungan sekolah maupun keluarga (Manurung, 2025).

Hasil berbagai penelitian telah membahas dampak permainan digital terhadap perkembangan anak, sebagian besar penelitian tersebut masih mengkaji pengaruh permainan digital secara terpisah pada aspek sosial maupun emosional. Kajian yang menyintesiskan berbagai hasil penelitian terbaru mengenai tren permainan digital modern serta pengaruhnya terhadap perkembangan sosial emosional siswa sekolah dasar masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai dampak permainan digital berdasarkan hasil penelitian yang telah dipublikasikan dalam beberapa tahun terakhir.

Penelitian ini penting dilakukan mengingat penggunaan permainan digital di kalangan anak sekolah dasar terus mengalami peningkatan setelah pandemi Coronavirus Disease 2019 (COVID-19). Perubahan pola bermain dari

permainan tradisional menuju permainan digital berpotensi memengaruhi kemampuan anak dalam berkomunikasi, bekerja sama, membangun empati, serta mengelola emosi. Pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena tersebut diharapkan dapat menjadi dasar dalam mengembangkan strategi pendampingan yang tepat bagi peserta didik.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak tren permainan digital terhadap perkembangan sosial emosional siswa sekolah dasar melalui kajian literatur. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian pendidikan dasar, khususnya mengenai pemanfaatan permainan digital yang lebih bijaksana dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi guru, orang tua, peneliti, serta pemangku kebijakan dalam merancang upaya pendampingan dan pemanfaatan permainan digital yang mampu mendukung perkembangan sosial emosional peserta didik secara optimal.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode library research (penelitian kepustakaan) dengan pendekatan literature review. Objek penelitian berupa artikel ilmiah yang membahas pengaruh tren permainan digital terhadap perkembangan sosial emosional peserta didik sekolah dasar. Sumber data diperoleh dari jurnal nasional terakreditasi dan jurnal internasional yang diakses melalui Google Scholar dan Science and Technology Index (SINTA) dengan rentang publikasi tahun 2021–2026. Instrumen penelitian adalah peneliti dengan bantuan lembar telaah literatur. Data dikumpulkan melalui studi dokumentasi dengan menelusuri, menyeleksi, dan mengkaji artikel yang relevan. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan analisis isi (content analysis) untuk memperoleh kesimpulan mengenai pengaruh tren permainan digital terhadap perkembangan sosial emosional peserta didik sekolah dasar.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pengaruh tren permainan digital memiliki pengaruh terhadap perkembangan sosial emosional

peserta didik. Pengaruh tersebut tidak selalu bersifat negatif, tetapi mempengaruhi durasi penggunaan, jenis permainan, dan pengawasan orang tua dan guru. Hasil analisis menunjukkan bahwa perkembangan permainan digital memiliki pengaruh dalam signifikan terhadap kemajuan sosial dan emosional siswa di tingkat sekolah dasar. Dampak ini bisa bersifat positif ataupun negatif, tergantung pada keseringan penggunaan permainan digital, pengawasan dari orang tua dan guru. Permainan digital yang digunakan dengan bijak dapat memberikan pengalaman interaktif yang mendukung siswa dalam meningkatkan keterampilan komunikasi dan kolaborasi, terutama pada permainan yang melibatkan tim. Menurut Irma Yuningsih yang menjelaskan bahwa permainan yang mendidik dapat mengasah keterampilan sosial dan emosional peserta didik, terutama dalam hal kerja sama, komunikasi, empati, dan manajemen emosi. (Irma Yuningsing, ed.al, 2025.)

Menurut Torres dkk dalam penelitiannya menjelaskan bahwa permainan digital yang dirancang

untuk membantu pada perkembangan perilaku sosial anak melalui kegiatan kolaboratif dan penyelesaian masalah secara bersama. Anak yang terlibat dalam permainan yang melibatkan kerjasama cenderung memiliki kemampuan komunikasi yang lebih baik dibandingkan dengan yang bermain sendiri. Hal ini terlihat pada siswa yang aktif dalam permainan kelompok, di mana mereka lebih mudah berkolaborasi dan berinteraksi dengan temannya. (Torres et al., 2021)

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa penggunaan permainan digital secara berlebihan dapat mengurangi kualitas interaksi sosial siswa. Peserta didik menjadi lebih sering menghabiskan waktu sendiri dan kurang terlibat dalam aktivitas sosial di sekolah atau di rumah. Penggunaan game online yang berlebih membuat anak kurang berinteraksi dengan teman-teman seusianya dan cenderung menunjukkan perilaku agresif yang lebih tinggi. (Agung Darmawan, 2025)

Pengaruh permainan digital yang keseringan bermain game online berhubungan dengan

penurunan interaksi sosial siswa. Anak-anak yang terlalu sering bermain game online cenderung mengalami penurunan kemampuan berkomunikasi secara langsung dan lebih memilih berinteraksi di dunia maya dibandingkan dengan dunia nyata (Amalia Barokatul Ula, 2024). Hasil observasi dan penelitian saya bahwa Siswa yang keseringan bermain handphone lebih sering menunjukkan kurangnya kepedulian terhadap lingkungan sekitarnya serta kesulitan dalam bekerja sama saat kegiatan pembelajaran kelompok berlangsung.

Perkembangan sosial dan emosional siswa juga dipengaruhi oleh jenis media digital yang digunakan. media digital dapat memengaruhi sikap serta perkembangan emosional siswa di sekolah dasar, baik dalam meningkatkan rasa percaya diri maupun memunculkan perilaku emosional negatif akibat penggunaan yang tidak teratur. Ini tampak dari beberapa siswa yang menjadi lebih mudah marah saat mengalami kekalahan dalam permainan digital atau ketika penggunaan handphone dibatasi oleh orang tua.

Hubungan antara keseringan main game online dan perkembangan sosial emosional anak usia sekolah dasar. Penggunaan media digital yang terlalu lama dapat membuat anak mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi dan berinteraksi secara langsung dengan orang lain. Siswa yang bermain lebih dari empat jam per hari cenderung menunjukkan kemampuan pengendalian emosi yang lebih rendah dibandingkan dengan siswa yang bermain dengan intensitas lebih sedikit. (Rahmawati, 2021)

Pentingnya peran orang tua dan guru dalam mengontrol pemakaian permainan digital oleh anak. Pengawasan yang efektif dapat membantu siswa mengatur waktu bermain dan menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dengan interaksi sosial secara langsung. Pengawasan dari keluarga diidentifikasi sebagai kunci untuk menghindari dampak negatif yang ditimbulkan oleh pemakaian permainan digital pada anak-anak di usia sekolah dasar. (Hizam et al., 2021)

Permainan digital tidak selalu berdampak negatif apabila digunakan dengan tepat. Permainan yang bersifat edukatif dapat dijadikan alat pembelajaran yang menarik dan interaktif. Permainan yang berbasis petualangan dapat meningkatkan kemampuan sosial emosional siswa sekolah dasar melalui aktivitas kolaborasi dan komunikasi dalam kelompok. Oleh karena itu, pemakaian permainan digital seharusnya diarahkan pada aktivitas yang bersifat edukatif dan mendukung pengembangan karakter peserta didik. Perkembangan sosial emosional siswa di sekolah dasar dipengaruhi oleh keseimbangan dalam penggunaan teknologi digital dalam kehidupan sehari-hari. Pemakaian permainan digital dengan bijak dapat membantu meningkatkan kemampuan sosial tertentu, tetapi penggunaan yang berlebihan justru dapat mengurangi kualitas interaksi sosial dan kestabilan emosi anak. Karena itu, diperlukan kolaborasi antara sekolah dan keluarga untuk memberikan pendampingan dan pengawasan terhadap pemakaian permainan digital oleh siswa. (Novita & Astuti, 2022).

Perkembangan game digital dalam tahun terakhir tidak hanya memengaruhi cara anak bersenang-senang, tetapi juga mulai membentuk cara anak-anak sekolah dasar berinteraksi secara sosial. Tren game kompetitif, streaming langsung, tantangan viral, dan permainan berbasis gerakan seperti freestyle, tantangan menari, serta simulasi yang banyak dibahas di media sosial semakin meluas. Akibatnya, anak-anak menghabiskan lebih banyak waktu di dunia maya dibandingkan berinteraksi secara langsung dengan orang-orang di sekitar mereka. (Liang-Hui Wang et al., 2022)

Salah satu tren yang cukup populer adalah permainan freestyle dan tantangan digital yang banyak diikuti oleh siswa melalui TikTok dan YouTube Shorts. Banyak anak sekolah dasar yang aktif berpartisipasi dalam tantangan gerakan, tarian cepat, dan permainan kompetitif yang sedang tren di media sosial. Hal ini menunjukkan bahwa permainan digital tidak lagi sebatas game online biasa, tetapi telah menjadi bagian dari budaya digital yang

memengaruhi perilaku sosial anak-anak. Dalam beberapa situasi, siswa menjadi lebih percaya diri untuk tampil di depan kamera dan berinteraksi secara daring, tetapi di sisi lain, terjadi penurunan dalam komunikasi tatap muka dengan temannya. (Ari nur kristanti et al., 2025)

Anak yang terlalu sering mengikuti tren permainan digital cenderung mengalami perubahan dalam perilaku emosional, seperti mudah merasa bosan selama pembelajaran, sulit berkonsentrasi, dan menjadi lebih emosional ketika akses gawai mereka dibatasi. Temuan ini sejalan dengan penelitian tentang kecanduan game online yang mengindikasikan bahwa penggunaan media digital secara terus-menerus dapat berpengaruh pada kestabilan emosi anak di usia sekolah dasar. (Wahyudi et al., 2023)

Tren permainan digital modern juga menimbulkan fenomena "iPad kids", yaitu anak-anak yang menjadi sangat bergantung pada handphone sejak usia muda. Fenomena ini telah banyak dibahas di media sosial karena ada anak-anak yang menjadi mudah marah saat tidak bisa

menggunakan ponsel pintar. Banyak diskusi masyarakat di forum daring dan media sosial mengenai perubahan perilaku anak akibat penggunaan perangkat digital. Hal ini menunjukkan bahwa tanpa pengawasan, penggunaan permainan digital dapat memengaruhi kemampuan anak dalam mengatur emosi dan berinteraksi sosial. (Daniel López-fernández et al., 2023) Tetapi, permainan digital juga dapat memberikan manfaat positif jika digunakan dengan bijak. Permainan yang berbasis tim dan kolaborasi dapat membantu siswa belajar bekerja sama, merencanakan strategi, dan berkomunikasi dengan teman-temannya. Pembelajaran berbasis permainan dapat meningkatkan motivasi dan keterlibatan sosial siswa dalam proses belajar. Game pendidikan juga bisa mendukung siswa dalam meningkatkan kemampuan berpikir kritis dan pemecahan masalah melalui aktivitas yang interaktif dan menarik. (Sari, 2025)

Fenomena permainan digital yang populer saat ini juga sangat terkait dengan keinginan anak untuk mendapatkan

pengakuan sosial. Banyak siswa mengikuti tren permainan tertentu agar tidak dianggap ketinggalan oleh teman-teman mereka. Dalam lingkungan sekolah dasar, anak yang tidak terlibat dalam permainan atau tren tertentu sering merasa kurang diterima dalam kelompok sosialnya. Ini menunjukkan bahwa permainan digital telah menjadi bagian penting dari identitas sosial anak di era modern. (Hidayat, 2023)

Hubungan keluarga dan permainan digital menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam bermain bersama anak dapat memperkuat hubungan yang lebih sehat antara anak dan media digital. Menurut Liyi Zhang mengenai permainan digital keluarga menegaskan bahwa permainan yang dilakukan bersama keluarga dapat meningkatkan komunikasi serta ikatan emosional antara orang tua dan anak. Oleh sebab itu, permainan digital tidak selalu memiliki dampak negatif jika ada pendampingan dan pengawasan yang baik dari keluarga. (Liyi Zhang, 2025)

guru juga memiliki peran penting dalam memandu penggunaan permainan digital agar

lebih mendidik. Saat ini, sejumlah sekolah mulai menggunakan permainan interaktif sebagai alat untuk pembelajaran yang dapat meningkatkan partisipasi siswa di dalam kelas. Penggunaan permainan edukatif dianggap mampu membuat siswa lebih terlibat dan bersemangat dalam proses belajar. Tetapi, jika penggunaan permainan digital tidak diimbangi dengan interaksi sosial secara langsung, maka siswa berisiko mengalami penurunan dalam kemampuan komunikasi dengan peserta didik. (Mohammad Nasiruddin, et al., 2025)

Permainan freestyle yang ramai di media sosial menunjukkan bahwa anak-anak di sekolah dasar sangat mudah terpengaruh oleh tren yang ada di internet. *freestyle* yang awalnya dianggap menyenangkan dan sebagai tantangan ternyata menyimpan risiko besar bagi keselamatan anak-anak. Pada tahun 2026, warga Indonesia dikejutkan oleh kejadian seorang siswa sekolah dasar di Lombok Timur yang meninggal dunia setelah meniru aksi *freestyle* yang terinspirasi dari permainan digital dan konten media sosial. Korban

yang masih berada di kelas 1 SD mengalami cedera parah pada lehernya setelah melakukan gerakan ekstrem yang mirip dengan aksi dalam permainan *Freestyle* yang sedang populer. Kejadian ini menjadi perhatian masyarakat karena menunjukkan bahwa anak-anak di usia sekolah dasar belum sepenuhnya menyadari bahaya dari konten digital yang mereka lihat. (Rampengan, 2025)

Kasus ini menggambarkan bahwa permainan digital dan media sosial tidak hanya berdampak pada perilaku sosial anak, tetapi juga berpotensi memengaruhi keselamatan fisik dan perkembangan emosional mereka. Anak-anak seringkali mengikuti konten yang dianggap menarik tanpa memikirkan risiko yang mungkin terjadi. Dalam kejadian ini pentingnya memperkuat literasi digital mulai dari usia sekolah dasar, baik melalui pendidikan di sekolah maupun pengawasan dari orang tua. Penelitian terbaru mengenai penggunaan media digital di kalangan anak menggambarkan bahwa paparan terhadap konten digital tanpa pengawasan dapat menyebabkan peningkatan perilaku

imitasi, ketidakstabilan emosi, dan kurangnya kontrol diri di antara anak-anak usia sekolah dasar. Oleh karena itu, peran orang tua dan guru sangat penting dalam membimbing aktivitas digital anak agar penggunaan permainan digital tetap aman dan mendidik. (Nofriyanti & Neviyarni, 2025)

Permainan digital saat ini menunjukkan bahwa kemajuan teknologi tidak dapat terpisahkan dari kehidupan anak-anak di sekolah dasar. Oleh karena itu, pendekatan yang diperlukan bukan hanya membatasi penggunaan permainan digital, tetapi juga membangun literasi digital di kalangan anak, orang tua, dan guru. Anak-anak perlu diberikan pemahaman tentang penggunaan media digital yang sehat agar perkembangan sosial emosional mereka tetap berjalan dengan baik. (Fadilman et al., 2024)

Selain pengawasan dari orang tua dan guru, kemampuan literasi digital peserta didik juga menjadi faktor penting dalam menentukan dampak penggunaan permainan digital terhadap perkembangan sosial emosional anak. Literasi digital tidak hanya berkaitan dengan

kemampuan menggunakan perangkat teknologi, tetapi juga mencakup kemampuan memahami informasi digital, mengelola waktu penggunaan perangkat, serta memahami dampak dari aktivitas digital yang dilakukan sehari-hari. Anak usia sekolah dasar yang memiliki pemahaman mengenai penggunaan media digital secara sehat cenderung lebih mampu mengendalikan diri ketika menggunakan permainan digital dibandingkan dengan anak yang menggunakan media digital tanpa pendampingan.

Perkembangan sosial emosional anak di era digital tidak dapat dipisahkan dari kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial di dunia nyata maupun dunia maya. Permainan digital saat ini telah menyediakan berbagai fitur interaksi antarpengguna yang memungkinkan anak untuk bekerja sama, berkomunikasi, dan menyelesaikan tantangan secara kelompok. Apabila digunakan secara proporsional, permainan digital dapat menjadi sarana bagi anak untuk belajar berkomunikasi dan membangun rasa percaya diri.

Namun, apabila penggunaannya tidak dibatasi, anak berpotensi mengalami ketergantungan yang dapat mengurangi kualitas hubungan sosial dengan keluarga maupun teman sebayanya. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa intensitas penggunaan game online berpengaruh terhadap kemampuan interaksi sosial peserta didik sekolah dasar. (Tatia Nurul, 2026)

Permainan digital juga memberikan pengaruh terhadap motivasi belajar dan perilaku sosial peserta didik di lingkungan sekolah. Anak yang terlalu banyak menghabiskan waktu untuk bermain game cenderung mengalami kesulitan dalam mengatur waktu belajar dan berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Sebaliknya, permainan yang dirancang secara edukatif mampu meningkatkan keterlibatan peserta didik dalam pembelajaran melalui aktivitas yang lebih interaktif dan menyenangkan. Hal tersebut menunjukkan bahwa yang menjadi permasalahan bukanlah keberadaan permainan digital itu sendiri, melainkan pola penggunaan yang diterapkan oleh

anak beserta lingkungan yang mendampinginya.

Pada usia sekolah dasar, peserta didik berada pada tahap perkembangan sosial yang ditandai dengan meningkatnya kebutuhan untuk diterima dalam kelompok sosialnya. Tren permainan digital yang sedang populer sering kali memengaruhi cara anak membangun hubungan sosial dengan temannya. Tidak sedikit peserta didik yang mengikuti permainan tertentu karena ingin memperoleh pengakuan dari lingkungan pertemanannya. Kondisi ini menunjukkan bahwa permainan digital telah menjadi bagian dari budaya sosial anak pada era modern. Oleh karena itu, pendampingan yang diberikan oleh keluarga dan sekolah perlu diarahkan tidak hanya untuk membatasi penggunaan permainan digital, tetapi juga membantu peserta didik memahami cara memanfaatkannya secara positif dan bertanggung jawab.

Penelitian ini perkembangan sosial emosional anak sekolah dasar juga menunjukkan bahwa pembelajaran berbasis permainan

(game-based learning) mampu meningkatkan motivasi dan partisipasi peserta didik ketika diterapkan secara tepat. Permainan edukatif yang dirancang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak dapat membantu meningkatkan kemampuan berpikir kritis, kerja sama, dan komunikasi siswa. Demikian, pemanfaatan permainan digital dapat diarahkan sebagai media pembelajaran yang mendukung perkembangan sosial emosional peserta didik, bukan sekadar sebagai sarana hiburan semata.(Aurellia et al., 2025)

Kolaborasi antara sekolah dan keluarga menjadi salah satu faktor utama dalam meminimalkan dampak negatif permainan digital. Orang tua memiliki peran dalam mengatur durasi penggunaan perangkat digital di rumah, sedangkan guru dapat memberikan edukasi mengenai penggunaan media digital yang sehat di lingkungan sekolah. Pendampingan yang dilakukan secara konsisten akan membantu peserta didik mengembangkan kemampuan mengelola emosi, mengendalikan diri, dan berinteraksi secara lebih

baik dengan lingkungan sosialnya. Keseimbangan antara aktivitas digital dan aktivitas sosial secara langsung, perkembangan sosial emosional anak dapat berlangsung secara optimal.

Perkembangan teknologi digital yang terus mengalami perubahan juga menuntut adanya inovasi dalam dunia pendidikan. Permainan digital tidak perlu dipandang sepenuhnya sebagai ancaman bagi perkembangan anak, tetapi perlu dimanfaatkan secara lebih bijaksana dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan peserta didik sekolah dasar. Literasi digital yang baik, pengawasan yang memadai, serta pemanfaatan permainan edukatif yang tepat dapat menjadi upaya preventif untuk mengurangi berbagai dampak negatif yang mungkin ditimbulkan oleh permainan digital. Dengan demikian, peserta didik tidak hanya mampu mengikuti perkembangan teknologi, tetapi juga tetap memiliki kemampuan sosial emosional yang baik dalam kehidupan sehari-hari (Ismanto A,2025).

Perkembangan permainan digital juga memiliki hubungan yang

erat dengan kemampuan pengendalian diri (self-control) peserta didik sekolah dasar. Pada usia sekolah dasar, anak masih berada dalam tahap perkembangan kemampuan untuk mengelola emosi, mengambil keputusan, dan mengontrol perilaku dalam berbagai situasi sosial. Penggunaan permainan digital yang tidak terkontrol berpotensi memengaruhi kemampuan tersebut, terutama ketika anak lebih banyak menghabiskan waktunya di depan layar dibandingkan melakukan aktivitas sosial secara langsung. Sebaliknya, penggunaan permainan digital yang dibatasi dengan baik dapat membantu peserta didik belajar mengenai aturan, kedisiplinan, serta kemampuan menyelesaikan permasalahan yang muncul selama bermain (Nurhayati & Kurniawan, 2024).

Kemampuan pengendalian diri sangat memerlukan dalam perkembangan sosial emosional anak karena berkaitan dengan cara peserta didik mengelola perasaan kecewa, marah, maupun antusiasme yang muncul dalam kehidupan sehari-hari. Beberapa peserta didik menunjukkan perilaku

emosional ketika mengalami kekalahan dalam permainan digital atau ketika akses penggunaan gawai dibatasi oleh orang tua. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa permainan digital tidak hanya memberikan pengaruh terhadap perilaku bermain anak, tetapi juga berkaitan dengan kemampuan mereka dalam mengelola respons emosional. Oleh karena itu, pembiasaan dalam mengatur waktu penggunaan perangkat digital menjadi salah satu upaya yang penting untuk diterapkan sejak usia sekolah dasar.(Yuniarni, 2025)

Kemampuan pengendalian diri, kesejahteraan psikologis (*digital well-being*) anak juga perlu mendapatkan perhatian dalam penggunaan permainan digital. *Digital well-being* merupakan kemampuan individu dalam memanfaatkan teknologi secara sehat sehingga tetap mampu menjaga keseimbangan antara aktivitas digital dengan aktivitas sosial, belajar, maupun istirahat. Anak yang mampu menyeimbangkan penggunaan media digital cenderung memiliki kualitas interaksi sosial yang lebih baik dibandingkan dengan anak

yang menggunakan perangkat digital secara berlebihan. Keseimbangan tersebut dapat diwujudkan melalui pembatasan waktu penggunaan gawai, pemberian aktivitas bermain di luar ruangan, serta peningkatan interaksi sosial dengan keluarga dan teman-temannya (Novianti & Garzia, 2020).

Peserta didik sekolah dasar pada era digital saat ini tidak dapat dipisahkan dari penggunaan teknologi dalam kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu, pengembangan digital well-being perlu menjadi bagian dari pendidikan karakter yang diberikan oleh sekolah dan keluarga. Guru dapat mengintegrasikan pendidikan literasi digital melalui pembelajaran yang mengajarkan peserta didik mengenai etika penggunaan media digital, pentingnya menjaga keseimbangan aktivitas sehari-hari, serta memahami dampak positif dan negatif dari permainan digital. Sementara itu, orang tua berperan dalam memberikan keteladanan mengenai penggunaan teknologi yang sehat di lingkungan keluarga. (Rahmayani, 2025)

Keterlibatan keluarga dalam aktivitas digital anak memberikan dampak yang positif terhadap perkembangan sosial emosional peserta didik. Anak yang memperoleh pendampingan dari orang tua cenderung lebih mampu mengatur waktu penggunaan handphone dan memiliki hubungan sosial yang lebih baik dengan lingkungannya. Pendampingan ini tidak hanya berupa pembatasan penggunaan perangkat digital, tetapi juga melalui komunikasi yang terbuka mengenai aktivitas digital yang dilakukan oleh anak setiap harinya. Dengan demikian, permainan digital dapat menjadi sarana yang mendukung perkembangan sosial emosional apabila digunakan secara proporsional serta diimbangi dengan aktivitas sosial yang memadai. keseimbangan antara perkembangan teknologi dan perkembangan sosial emosional peserta didik menjadi hal yang perlu diperhatikan dalam dunia pendidikan. Permainan digital bukanlah sesuatu yang sepenuhnya harus dihindari, melainkan perlu dimanfaatkan secara bijaksana sesuai dengan kebutuhan

perkembangan anak usia sekolah dasar. Penguatan pengendalian diri, digital well-being, dan pendampingan dari keluarga maupun sekolah diharapkan mampu membantu peserta didik dalam memanfaatkan permainan digital secara lebih sehat, aman, dan bertanggung jawab. (Kosmas Sobon et al., 2024)

D. Kesimpulan

Perkembangan game digital memiliki dampak yang signifikan terhadap aspek sosial dan emosional siswa di tingkat dasar. Penggunaan game digital dengan bijak bisa meningkatkan keterampilan berkomunikasi, kerjasama, dan interaksi sosial anak-anak. Tetapi, jika digunakan secara berlebihan tanpa pengawasan, dapat menimbulkan efek negatif seperti menurunnya kualitas interaksi sosial, lemahnya kontrol emosi, perilaku meniru, dan potensi risiko keselamatan akibat mengikuti tren digital yang sedang populer. Oleh karena itu, peran orang tua, guru, dan lingkungan sekolah sangat penting dalam membimbing serta mengarahkan penggunaan game digital agar tetap bersifat edukatif dan mendukung

perkembangan sosial emosional siswa dengan baik. Kemajuan teknologi digital menunjukkan bahwa game digital kini telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari siswa sekolah dasar dan memengaruhi pola perilaku, cara berkomunikasi, serta bagaimana anak berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka. Munculnya tren digital seperti permainan daring, tantangan viral, dan permainan freestyle menunjukkan bahwa anak-anak sangat mudah terpengaruh oleh konten yang mereka konsumsi melalui media sosial atau platform digital lainnya. Situasi ini menekankan pentingnya literasi digital sejak usia dini agar siswa dapat menggunakan teknologi dengan lebih bijak dan bertanggung jawab.

DAFTAR PUSTAKA

- Aurellia, S., Ali, A. Z., & Wijaya, P. R. (2025). *Pengaruh Intensitas Bermain Game Online Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini Kelompok B TK Al – Khoiriyah Menurut Asosiasi Nasional untuk*. 8(c), 388–397.
- Dasar, S. (2026). 3 1,2,3. 11.
- Hidayat, R. (2023). *KONTRIBUSI PENGAWASAN ORANG TUA DALAM KONTEKS*. 10(01), 109–114.

- Hizam, S. M., Akter, H., Sentosa, I., & Ahmed, W. (2021). *Digital competency of educators in the virtual learning environment : a structural equation modeling analysis*. 704, 1–10. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/704/1/012023>
- Inovasi, J., Berbantuan, P., & Vol, T. (2024). *No Title*. 4(4), 267–276.
- Inpres, S. D. N., & Tui, O. I. (n.d.). *Pengaruh permainan edukatif* (. 10.
- Interaksi, D. A. N., Siswa, S., & Dasar, S. (2025). 3 1,2,3. 10.
- Jombang, B., Agama, P., Dasar, S., & Penelitian, T. (2025). *TREN PENELITIAN PEMANFAATAN TEKNOLOGI DIGITAL DALAM PEMBELAJARAN AGAMA ISLAM DI SEKOLAH DASAR : TINJAUAN BERDASARKAN JENIS DAN PRODUK PENELITIAN* Mohammad Nasiruddin , Yeni Fitriya , Ivo Retna Wardani Article Info Article history: Received: 15 Agustus 2025 Accepted: 27 September 2025 Editorial Office: Misbah: Jurnal Pendidikan dan Keguruan LPPM STIES Babussalam Kalibening Mojoagung Jombang. 01(02), 1–8.
- López-fernández, D., Gordillo, A., Pérez, J., & Tovar, E. (2023). *Learning and Motivational Impact of Game-Based Learning : Comparing Face-To-Face and Online Formats on Computer Science Education*. 66(4), 360–368. <https://doi.org/10.1109/TE.2023.3241099>
- Nofriyanti, Y., & Neviyarni, S. (2025). *Analisis Pendekatan Psikologis dalam Pembentukan Sosial Emosional Anak di Era Digital : Kajian Literatur Sistematis*. 9, 21014–21024.
- Novianti, R., & Garzia, M. (2020). *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini ; Tantangan Baru Orang Tua Milenial Abstrak*. 4(2), 1000–1010. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i2.490>
- Novita, D., & Astuti, L. S. (2022). *EFEKTIFITAS ALAT PERMAINAN EDUKATIF PUZZLE TERHADAP KEMAMPUAN MOTORIK*. 2(3), 235–243.
- Pendidikan, J. I., & Vol, P. (2025). 1 1 , 2. 4(4), 617–626.
- Rahmawati, S. (2021). *No Title*. 6(1), 102–109.
- Rahmayani, A. (2025). *Menanamkan Digital Well-Being dalam Kurikulum : Upaya Membangun Kesehatan Mental Siswa di Era Digital*. 04(02).
- Rampengan, E. S. (2025). *ANALISIS PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA SOSIAL TIKTOK TERHADAP PERILAKU IMITASI DIRI (SELF IMITATION) PADA REMAJA DI KOTA TOMOHON*. 6(1).
- Sari, N. (2025). *Pengaruh Media Digital terhadap pembentukan Sikap dan Emosional The Influence of Digital Media on the Formation of Attitudes and Emotions of Elementary School Students*. 1527(76).
- Sobon, K., Fauziah, P. Y., & Malingkas, M. (2024). *Keluarga : Sumber Pendidikan Karakter Digital Bagi Anak di Era Society 5 . 0. 4*, 11359–11374.
- Torres, P. E., Ulrich, P. I. N., Cucuiat, V., Cukurova, M., Fercovic, M., Presa, D., Luckin,

- R., Dylan, T., Durrant, A., Vines, J., & Lawson, S. (2021). *Abstrak*. 1–59.
- Wahyudi, I., Pendidikan, M., & Inggris, B. (2023). *GAME ONLINE ' S EFFECTS TO EMOTIONAL AND SOCIAL DEVELOPMENT ON ULA ' S PUPILS*. 14(2), 1023–1032.
- Wang, L. H., Hwang, B. C. G., & Qi, J. (2022). *Pengaruh pendidikan STEM berbasis permainan digital terhadap prestasi belajar siswa : sebuah meta- analisis*. <https://doi.org/10.1186/s40594-022-00344-0>
- Yuniarni, D. (2025). *An Educational Pocket Book Using the ADDIE Model to Improve Parents ' Understanding of Their Role in Early Childhood Gadget Use*. 8, 588–600.
- 255-262.