

DAMPAK PENGGUNAAN GADGET DAN KONSUMSI SIARAN TV TERHADAP KESEHATAN MENTAL ANAK DI ERA DIGITAL

(Aditya Firdaus¹),(Tri Wahyuni²),(Ramajenur Anas³), (Suci Rahmadhani⁴),(Ria Pratiwi⁵), (Hendrizal⁶)

(¹²³⁴⁵⁶Pendidikan Dasar, Universitas Adzkia Padang)

(1aditfirdaus1707@gmail.com),(2triwahyuni90@guru.sd.belajar.id),
(3ramajenuranas56@guru.sd.belajar.id), (4sucirahmadhani24@guru.sd.belajar.id),
(5riapратиwi55@guru.sd.belajar.id), (6hendrizal@adzkia.ac.id)

ABSTRACT

Technological advances in the digital era have brought significant changes to children's lives, especially through the use of gadgets and consumption of television broadcasts. This study aims to analyze the positive and negative impacts of these two media on children's mental health. This research uses a literature study method to analyze the impact of gadget use and TV broadcast consumption on children's mental health in the digital era. The research process consists of three stages: first, organizing relevant literature to search for data according to the problem and research objectives; second, synthesizing literature results by looking for connections between sources; third, identifying important data that is relevant to obtain comprehensive research results. The research results show that gadgets and television have a positive impact, such as increasing digital literacy, cognitive skills, and providing access to educational content. However, the negative impacts include technology dependence, impaired social development, exposure to inappropriate content, and disturbed sleep patterns. Consuming television broadcasts also risks triggering aggressive behavior, reducing physical activity, and instilling consumerist patterns in children. To manage these risks, parental supervision, usage time limits, digital literacy, and use of control applications are needed. With proper management, technology can be used optimally to support children's development. This research provides important insights for parents, educators, and policymakers in creating healthy digital environments for children.

Keywords: *Gadgets, Television, Children's Mentality, Digital Era*

ABSTRAK

Kemajuan teknologi di era digital membawa perubahan signifikan dalam kehidupan anak-anak, terutama melalui penggunaan gadget dan konsumsi siaran televisi. Studi ini bertujuan untuk menganalisis dampak positif dan negatif dari kedua media tersebut terhadap kesehatan mental anak. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur untuk menganalisis dampak penggunaan gadget dan konsumsi siaran TV terhadap kesehatan mental anak di era digital. Proses penelitian terdiri dari tiga tahap: pertama, mengorganisasi literatur relevan untuk mencari data sesuai masalah dan tujuan penelitian; kedua, mensintesis hasil literatur dengan mencari

keterkaitan antara sumber; ketiga, mengidentifikasi data penting yang relevan untuk memperoleh hasil penelitian yang komprehensif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gadget dan televisi memiliki dampak positif, seperti meningkatkan literasi digital, keterampilan kognitif, serta memberikan akses pada konten edukatif. Namun, dampak negatifnya meliputi ketergantungan teknologi, gangguan perkembangan sosial, paparan konten tidak pantas, hingga gangguan pola tidur. Konsumsi siaran televisi juga berisiko memicu perilaku agresif, menurunkan aktivitas fisik, dan menanamkan pola konsumtif pada anak. Untuk mengelola risiko tersebut, diperlukan pengawasan orang tua, batasan waktu penggunaan, literasi digital, dan pemanfaatan aplikasi kontrol. Dengan pengelolaan yang tepat, teknologi dapat dimanfaatkan secara optimal untuk mendukung perkembangan anak. Penelitian ini memberikan wawasan penting bagi orang tua, pendidik, dan pembuat kebijakan dalam menciptakan lingkungan digital yang sehat bagi anak-anak.

Kata Kunci: Gadget, Televisi, Mental Anak, Era Digital

A. Pendahuluan

Kemajuan teknologi di era modern telah menciptakan perubahan yang signifikan dalam kehidupan manusia di berbagai bidang. Salah satu inovasi teknologi yang menonjol adalah gadget, perangkat elektronik multifungsi yang kini telah menjadi bagian integral dari aktivitas manusia sehari-hari. Gadget menawarkan kemudahan akses informasi, komunikasi yang lebih cepat, dan berbagai fungsi hiburan. Penggunaannya tidak terbatas pada kalangan dewasa dan pekerja saja, tetapi telah merambah ke anak-anak, bahkan balita. Hal ini menunjukkan bahwa teknologi, khususnya gadget, telah menjadi elemen penting dalam perkembangan budaya global. Namun, dampak penggunaan gadget terhadap kesehatan mental anak menjadi isu yang semakin mendapat

perhatian, mengingat anak-anak adalah kelompok yang rentan terhadap pengaruh teknologi modern (Deri Wanto, 2023).

Selain gadget, televisi juga memainkan peran penting sebagai media massa yang menyajikan informasi, edukasi, dan hiburan. Televisi telah lama menjadi bagian dari kehidupan masyarakat dan terus berkembang seiring kemajuan teknologi komunikasi. Menurut (Asela et al., 2021)., televisi tidak hanya menjadi sumber informasi, tetapi juga mencerminkan perilaku masyarakat dan dapat menjadi candu. Kehadiran televisi yang kian canggih telah meningkatkan intensitas konsumsi media oleh masyarakat, termasuk anak-anak. Televisi menjadi sarana yang sangat populer untuk mengisi waktu luang, memberikan hiburan,

dan menyampaikan informasi secara visual yang menarik.

Namun, di balik manfaat yang ditawarkan, penggunaan gadget dan konsumsi siaran televisi secara berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif, terutama bagi anak-anak. Anak-anak berada pada tahap perkembangan yang sangat dipengaruhi oleh lingkungan dan stimulus eksternal, termasuk teknologi. Penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat mengganggu interaksi sosial, menyebabkan kecanduan, dan mempengaruhi perkembangan emosional serta kesehatan mental anak. Selain itu, konsumsi siaran televisi yang tidak terarah juga dapat membawa dampak serupa, seperti gangguan tidur, peningkatan agresivitas, dan pengaruh negatif dari konten yang tidak sesuai dengan usia anak (Sikumbang et al., 2024).

Kemajuan teknologi yang pesat telah mengubah cara anak-anak belajar, berinteraksi, dan berekreasi. Sebagai contoh, anak-anak cenderung lebih memilih bermain game di gadget daripada melakukan aktivitas fisik atau bermain bersama teman sebaya. Hal ini mengakibatkan penurunan aktivitas fisik, yang pada

gilirannya berdampak pada kesehatan fisik dan mental mereka. Selain itu, gadget sering digunakan sebagai alat untuk menenangkan anak-anak, terutama oleh orang tua yang sibuk, sehingga anak-anak menjadi kurang terampil dalam mengelola emosi mereka secara mandiri (Ahmad & Nurhidayah, 2020).

Televisi, sebagai media yang hampir selalu hadir di setiap rumah tangga, juga memiliki dampak yang tidak kalah signifikan. Penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang terlalu sering menonton televisi berisiko mengalami keterlambatan perkembangan bahasa dan kognitif. Konten televisi yang tidak mendidik atau bahkan mengandung kekerasan dapat mempengaruhi perilaku anak, seperti meningkatkan tingkat agresivitas atau menurunkan kemampuan konsentrasi. Dampak ini semakin diperburuk jika anak-anak menonton televisi tanpa pengawasan orang tua atau memilih program yang tidak sesuai dengan usia mereka (Boiliu, 2020).

Selain itu, baik gadget maupun televisi memiliki potensi untuk memengaruhi pola tidur anak. Layar gadget dan televisi yang memancarkan cahaya biru dapat

mengganggu produksi melatonin, hormon yang mengatur siklus tidur. Anak-anak yang kurang tidur berisiko mengalami gangguan konsentrasi, suasana hati yang buruk, dan penurunan performa akademik. Dengan kata lain, penggunaan gadget dan konsumsi siaran televisi yang tidak terkendali dapat merusak kualitas hidup anak secara keseluruhan (Syifa & Irwansyah, 2022).

Di sisi lain, teknologi juga memiliki potensi untuk memberikan dampak positif jika digunakan dengan bijak. Gadget dapat menjadi alat pembelajaran yang efektif, sementara televisi dapat menjadi sumber informasi dan edukasi yang bermanfaat. Namun, manfaat ini hanya dapat dirasakan jika ada pengawasan dan pembatasan yang tepat dari orang tua. Orang tua memiliki peran yang sangat penting dalam membimbing anak-anak mereka untuk menggunakan teknologi secara sehat dan produktif. Hal ini mencakup pemilihan konten yang sesuai, pembatasan waktu penggunaan, serta mendampingi anak-anak saat menggunakan gadget atau menonton televisi (Syifa & Irwansyah, 2022).

Tantangan terbesar yang dihadapi saat ini adalah bagaimana menciptakan keseimbangan antara manfaat dan risiko penggunaan teknologi oleh anak-anak. Dibutuhkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dampak psikologis dan sosial dari gadget dan televisi terhadap anak-anak, serta strategi efektif untuk mengelola penggunaan teknologi tersebut. Penelitian lebih lanjut juga diperlukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental anak dalam konteks penggunaan gadget dan televisi, sehingga dapat ditemukan solusi yang komprehensif (Boiliu, 2020)..

Latar belakang ini menggambarkan urgensi untuk mengeksplorasi dampak penggunaan gadget dan konsumsi siaran televisi terhadap kesehatan mental anak di era digital. Dengan memahami dinamika ini, diharapkan dapat dikembangkan kebijakan, program edukasi, dan intervensi yang bertujuan untuk memaksimalkan manfaat teknologi sekaligus meminimalkan dampaknya terhadap kesehatan mental anak.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur untuk mengumpulkan, menganalisis, dan mensintesis data dari berbagai sumber yang relevan dengan topik penelitian mengenai *dampak penggunaan gadget dan konsumsi siaran TV terhadap kesehatan mental anak di era digital*. Studi literatur dipilih karena memungkinkan peneliti mengakses informasi terkini dan mendalam dari jurnal ilmiah, buku, prosiding, serta laporan penelitian. Data dalam studi literatur ini adalah data sekunder yang didapatkan dari jurnal, prosiding, buku, maupun sumber relevan dengan tujuan penelitian. Analisis data dilaksanakan dalam tiga tahap yaitu mengorganisasikan, mensintesis, dan mengidentifikasi. Pada tahap pertama yaitu mengorganisaikan, penulis meninjau literatur yang akan digunakan untuk mencari data yang relevan dengan masalah dan tujuan penelitian. Kemudian peneliti mencari ide, tujuan, dan kesimpulan dari berbagai literatur dengan membaca abstrak, pendahuluan, metode, diskusi, kemudian mengelompokkan literatur. Kedua, mensintesis dimana peneliti menyatukan hasil studi literatur

menjadi satu kesatuan yang utuh dengan mencari keterkaitan antara literatur. Ketiga, mengidentifikasi yaitu mengidentifikasi data atau informasi penting dalam literatur yang dianggap penting untuk diteliti guna mendapatkan hasil penelitian yang baik (Widianti et al., 2023).

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis berbagai dampak yang ditimbulkan dari penggunaan gadget dan siaran televisi terhadap anak-anak, terutama pada aspek perkembangan kognitif, sosial, emosional, dan fisik. Berikut adalah temuan penelitian yang dijabarkan berdasarkan analisis data:

1. Pemahaman tentang Gadget dan Siaran Televisi

a. Gadget

Gadget adalah perangkat elektronik yang dirancang untuk mempermudah aktivitas manusia, seperti smartphone, tablet, dan perangkat sejenis lainnya. Dalam kehidupan anak-anak, gadget sering digunakan untuk berbagai tujuan, mulai dari hiburan hingga pembelajaran. Berdasarkan penelitian (Megahantara, 2017), anak-anak

mulai mengenal gadget pada usia dini, bahkan sebelum usia lima tahun. Faktor utama yang mendorong hal ini adalah kemudahan akses yang diberikan oleh orang tua, baik untuk menghibur maupun menenangkan anak.

Kemudahan akses ini sejalan dengan tren global di mana teknologi semakin terintegrasi dalam kehidupan sehari-hari. Namun, menurut (Alia & Irwansyah, 2018), penting untuk memahami bahwa pengenalan teknologi tanpa panduan dapat membawa risiko yang signifikan terhadap perkembangan anak, baik secara kognitif maupun sosial.

b. Siaran Televisi

Televisi tetap menjadi salah satu media utama untuk keluarga, dengan kemampuan menyampaikan informasi secara visual, verbal, dan audio. Menurut (Regiani et al., 2023), kekuatan utama televisi terletak pada kemampuan visualnya yang mampu menarik perhatian anak. Program seperti dokumenter, acara anak-anak, atau film animasi sering kali

menjadi pilihan populer di kalangan keluarga. Namun, tidak semua program televisi dirancang untuk mendukung perkembangan anak. Sebagian besar tayangan televisi bersifat hiburan dan kurang memperhatikan aspek edukasi. Hal ini menjadi tantangan bagi orang tua dan pembuat kebijakan untuk memanfaatkan televisi sebagai media yang mendukung perkembangan anak secara holistik (Humaida & Suyadi, 2021).

2. Dampak Positif Gadget dan Televisi

a. Dampak Positif Gadget

1. Meningkatkan Keterampilan Teknologi

Penggunaan gadget sejak dini membantu anak-anak menjadi lebih adaptif terhadap perkembangan teknologi. Menurut (Regiani et al., 2023), interaksi dengan perangkat seperti tablet atau smartphone memungkinkan anak memahami antarmuka pengguna, mengenal aplikasi, dan memanfaatkan fitur teknologi modern.

2. Akses Informasi dan Pembelajaran

Aplikasi edukatif berbasis gadget, seperti permainan interaktif dan video pembelajaran, memberikan pengalaman belajar yang menarik. (Firth et al., 2019). menunjukkan bahwa aplikasi ini efektif dalam meningkatkan kemampuan literasi dan numerasi anak melalui pendekatan yang menyenangkan dan intuitif.

3. Komunikasi yang Lebih Baik
Aplikasi komunikasi seperti WhatsApp atau Zoom mempermudah anak-anak tetap terhubung dengan keluarga dan teman, terutama yang tinggal berjauhan. (Humaida & Suyadi, 2021) mencatat bahwa komunikasi virtual ini dapat memperkuat hubungan sosial anak meskipun dilakukan secara digital.

b. Dampak Positif Siaran Televisi

1. Sumber Pembelajaran Visual

Program edukatif seperti dokumenter dan acara pengetahuan umum memperluas wawasan anak-anak tentang dunia luar. (Moisala et al., 2016) menyebutkan bahwa tayangan visual yang menarik meningkatkan daya ingat anak terhadap informasi yang disampaikan.

2. Pengembangan Empati dan Emosi

Tayangan yang menghadirkan kisah inspiratif atau perjuangan hidup dapat memupuk empati dan pemahaman emosional. Hal ini didukung oleh(Purcell et al., 2012), yang menemukan bahwa anak-anak yang menonton program edukatif cenderung lebih memahami perasaan dan perspektif orang lain.

3. Peningkatan Literasi Budaya

Program budaya dan seni yang ditayangkan di televisi membantu anak-anak mengenal tradisi lokal maupun global. (Webster, 2006) mencatat bahwa tayangan semacam ini

membangun kesadaran anak terhadap keberagaman dan memperkuat rasa kebanggaan terhadap budaya.

3. Dampak Negatif Gadget dan Televisi

a. Dampak Negatif Gadget

1. Ketergantungan Teknologi

Penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat menyebabkan ketergantungan. (Alia & Irwansyah, 2018) mencatat bahwa anak-anak yang terbiasa menggunakan gadget dalam waktu lama cenderung sulit melepaskan diri dari perangkat tersebut, yang menghambat aktivitas lain.

2. Gangguan Perkembangan Sosial

Interaksi sosial anak dapat terganggu ketika mereka lebih banyak menghabiskan waktu di depan layar daripada berinteraksi secara langsung dengan teman sebaya. (Alia & Irwansyah, 2018) memperingatkan bahwa isolasi sosial ini dapat

menurunkan kemampuan komunikasi anak.

3. Paparan Konten Negatif

Tanpa pengawasan, anak-anak dapat mengakses konten yang tidak sesuai usia, seperti kekerasan atau pornografi. (Alia & Irwansyah, 2018) menunjukkan bahwa paparan konten negatif ini berdampak buruk pada perkembangan kognitif dan emosional anak.

b. Dampak Negatif Siaran Televisi

1. Gangguan Perkembangan Otak

Regiani et al., (2023) menemukan bahwa paparan televisi dalam durasi panjang dapat mengganggu aktivitas otak yang penting untuk perkembangan kognitif, seperti konsentrasi dan pemecahan masalah.

2. Penurunan Aktivitas Fisik

Tayangan televisi yang memikat sering kali membuat anak-anak mengurangi aktivitas fisik. (Regiani et al., 2023) menyebutkan bahwa

kebiasaan ini meningkatkan risiko obesitas pada anak.

3. Perilaku Konsumtif

Iklan-iklan di televisi mendorong perilaku konsumtif pada anak (Regiani et al., 2023) mencatat bahwa iklan makanan tidak sehat dan mainan mahal sering kali menjadi pemicu keinginan berlebih pada anak-anak.

4. Strategi Pengelolaan Media Elektronik

Pengelolaan media elektronik seperti gadget dan televisi sangat penting untuk memaksimalkan dampak positif dan meminimalkan dampak negatif pada anak-anak. Berdasarkan data penelitian dan literatur yang relevan, berikut adalah strategi yang dapat diterapkan oleh orang tua, pendidik, dan pembuat kebijakan untuk mengelola penggunaan media elektronik oleh anak-anak secara efektif (Megahantara, 2017)..

a. Batasan Waktu

Menerapkan batasan waktu adalah langkah penting dalam mengelola penggunaan media elektronik. The American

Academy of Pediatrics (AAP) merekomendasikan agar anak-anak usia 2 hingga 5 tahun tidak menggunakan gadget lebih dari satu jam per hari dengan konten yang berkualitas. Untuk anak-anak usia sekolah, durasi yang dianjurkan adalah maksimal dua jam per hari Alia & Irwansyah, 2018). Durasi penggunaan yang berlebihan dapat memengaruhi perkembangan kognitif anak. (Syifa & Irwansyah, 2022) mencatat bahwa paparan layar yang berlebihan pada usia dini dapat mengganggu kemampuan konsentrasi dan daya ingat jangka panjang. Di sisi lain, penerapan batas waktu yang wajar memberi anak kesempatan untuk mengeksplorasi aktivitas lain yang lebih mendukung perkembangan fisik, sosial, dan emosional, seperti bermain di luar ruangan atau membaca buku.

b. Pengawasan Orang Tua

Pengawasan aktif dari orang tua sangat penting untuk memastikan bahwa anak-anak mengakses konten yang sesuai dengan usia mereka. Orang tua

perlu memahami jenis konten yang dikonsumsi anak-anak melalui televisi atau gadget, seperti aplikasi edukatif, video pembelajaran, atau permainan interaktif yang mendukung perkembangan kognitif. (Syifa & Irwansyah, 2022) menunjukkan bahwa pengawasan orang tua yang baik dapat mengurangi risiko paparan anak terhadap konten negatif seperti kekerasan, pornografi, atau informasi yang tidak benar. Strategi ini melibatkan keterlibatan orang tua dalam proses eksplorasi digital anak, seperti menonton bersama atau mendiskusikan konten yang ditonton.

c. Pemanfaatan Aplikasi Kontrol Orang Tua

Aplikasi kontrol orang tua adalah alat yang efektif untuk memblokir konten negatif dan membatasi durasi penggunaan gadget. Aplikasi seperti Google Family Link, Norton Family, dan Qustodio memungkinkan orang tua untuk memantau aktivitas online anak, membatasi waktu penggunaan perangkat, dan mengatur akses ke aplikasi atau

situs tertentu. Studi oleh (Syifa & Irwansyah, 2022) menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi kontrol orang tua secara efektif dapat mengurangi risiko anak-anak mengakses konten yang tidak sesuai usia. Namun, aplikasi ini harus digunakan sebagai alat pendukung, bukan pengganti pengawasan langsung dari orang tua.

d. Pendidikan Literasi Digital

Pendidikan literasi digital sangat penting untuk membekali anak-anak dengan keterampilan menggunakan teknologi secara bijak. Literasi digital mencakup kemampuan untuk mengidentifikasi informasi yang valid dan dapat dipercaya, mengenali risiko di dunia digital, seperti cyberbullying dan privasi data dan memahami cara menggunakan teknologi untuk pembelajaran dan kreativitas (Boiliu, 2020) mencatat bahwa anak-anak yang mendapatkan pendidikan literasi digital memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memanfaatkan teknologi secara produktif. Program literasi digital dapat diintegrasikan ke dalam

kurikulum sekolah atau dilaksanakan melalui kegiatan berbasis komunitas yang melibatkan anak-anak dan orang tua.

Strategi pengelolaan media elektronik ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menekankan pentingnya keterlibatan orang tua dan pembatasan durasi penggunaan media elektronik. (Ahmad & Nurhidayah, 2020) mencatat bahwa anak-anak yang mendapatkan panduan penggunaan media dari orang tua cenderung memiliki kemampuan sosial dan emosional yang lebih baik dibandingkan dengan anak-anak yang dibiarkan mengakses media tanpa batasan. Namun, penelitian lain oleh (Sikumbang et al., 2024) menunjukkan bahwa terlalu banyak pembatasan dapat mengurangi kesempatan anak untuk belajar menggunakan teknologi secara mandiri. Pendekatan yang seimbang diperlukan, di mana anak-anak diberikan kebebasan untuk mengeksplorasi teknologi dengan panduan yang sesuai.

E. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa gadget dan televisi memiliki dampak positif dan negatif terhadap perkembangan anak. Gadget memberikan dampak positif, seperti meningkatkan keterampilan teknologi, mempermudah akses pembelajaran, dan mendukung komunikasi jarak jauh. Demikian pula, program edukatif televisi membantu memperluas wawasan, memupuk empati, dan meningkatkan literasi budaya. Namun, penggunaan gadget secara berlebihan dapat menyebabkan ketergantungan teknologi, gangguan perkembangan sosial, dan paparan konten negatif. Sementara itu, televisi berisiko mengganggu perkembangan otak, menurunkan aktivitas fisik, dan mendorong perilaku konsumtif melalui iklan. Untuk mengelola media elektronik secara bijak, strategi seperti penerapan batasan waktu, pengawasan konten, penggunaan aplikasi kontrol orang tua, dan pendidikan literasi digital menjadi penting. Pembatasan durasi, mencegah dampak negatif dari paparan layar yang berlebihan. Pengawasan aktif orang tua dan aplikasi kontrol membantu

memastikan konten yang sesuai usia, sementara literasi digital membekali anak dengan kemampuan menggunakan teknologi secara produktif. Penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan seimbang, di mana gadget dan televisi menjadi alat pendukung perkembangan tanpa mengorbankan interaksi sosial dan aktivitas fisik. Kolaborasi antara keluarga, sekolah, dan pembuat kebijakan diperlukan untuk menciptakan ekosistem digital yang sehat bagi anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, A., & Nurhidayah. (2020). Media Sosial dan Tantangan Masa Depan Generasi Milenial. *Avant Garde*, 8(2), 134. <https://doi.org/10.36080/ag.v8i2.1158>
- Alia, T., & Irwansyah. (2018). Pendampingan Orang Tua pada Anak Usia Dini dalam Penggunaan Teknologi Digital. *A Journal of Language, Literature, Culture and Education*, 14(1), 65–78.
- Asela, S., Unik Hanifah Salsabila, Lestari, N. H. P., Sihati, A., & Pertiwi, A. R. (2021). Peran Media Interaktif Dalam Pembelajaran Pai Bagi Gaya Belajar Siswa Visual. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(11), 2255–2262.
- Boiliu, F. M. (2020). Peran Pendidikan Agama Kristen Di Era Digital Sebagai Upaya Mengatasi Penggunaan Gadget Yang Berlebihan Pada Anak Dalam Keluarga Di Era Disrupsi 4.0. *REAL DIDACHE: Journal of Christian Education*, 1(1), 25–38. <https://doi.org/10.53547/realdidache.v1i1.73>
- Deri Wanto, M. F. K. (2023). Teknologi Pendidikan Pasca Covid-19. *Jurnal Tunas Pendidikan*, 5(2), 439–459. <https://doi.org/10.52060/pgsd.v5i2.1007>
- Firth, J., Torous, J., Stubbs, B., & Firth, J. A. (2019). The “Online Brain”: How The Internet May Be Changing Our Cognition. *Journal Of The World Psychiatric Association (WPA)*, 18(2), 119–129.
- Humaida, R. T., & Suyadi, S. (2021). Pengembangan Kognitif Anak Usia Dini melalui Penggunaan Media Game Edukasi Digital Berbasis ICT. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 4(2), 78–87.

- <https://doi.org/10.31004/aulad.v4i2.98>
- Megahantara, G. S. (2017). PEngaruh Teknologi Terhadap Pendidikan Di Abad 21. In *Universitas Nusantara PGRI Kediri* (Vol. 01).
- Moisala, M., Salmela, V., & Hietajarvi. (2016). Media Multitasking Is Associated With Distractibility And Increased Prefrontal Activity In Adolescents And Young Adults. *Neuroimage*, 1(134), 113–121.
- Purcell, Rainie, & Heaps. (2012). How Teens Do Research In The Digital World. *Pew Research Center*, 2–15.
- Regiani, E., Dwiputri, F. A., Amaliyah, S., & Herlambang, Y. T. (2023). Dampak Penggunaan Teknologi Internet terhadap Perkembangan Kognitif dan Perilaku Anak dalam Keluarga. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 4(3), 2888–2899.
<https://doi.org/10.54373/imeij.v4i3.666>
- Sikumbang, K., Ramadhina, W., Yani, E. R., Arika, D., Hayati, N., Hasibuan, N. A., & Permana, B. G. (2024). Peranan Media Sosial Instagram terhadap Interaksi Sosial dan Etika pada Generasi Z. *Journal on Education*, 6(2), 11029–11037.
<https://doi.org/10.31004/joe.v6i2.4888>
- Syifa, A. N., & Irwansyah. (2022). Dampak Media Sosial Instagram Terhadap Kepercayaan Diri Anak Remaja. *Buana Komunikasi*, 3(2), 102–116.
<http://jurnal.usbypkp.ac.id/index.php/buanakomunikasi>
- Webster, F. (2006). *Theories of information society*. Routledge.
- Widianti, E., -, A. A., Matematika, P. S. N., & 2023, undefined. (2023). Studi Literatur: Literasi Matematika Siswa Ditinjau dari Self-Concept Pada Model Project-Based Learning Berbantuan MathCityMap. *Journal.Unnes.Ac.Id*, 6, 256–263.
<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/prisma/article/view/66627>