

ABSTRAK

PENGARUH PENGGUNAAN *GADGET* PADA SOSIAL EMOSIONAL REMAJA: *A LITERATURE REVIEW*

Melina, Wahyudi Mulyaningrat, Dian Ramawati

Latar Belakang: Remaja usia 10–19 tahun berada pada masa transisi yang ditandai perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional, serta memiliki rasa ingin tahu tinggi yang mendorong penggunaan gadget sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Meskipun gadget bermanfaat sebagai sarana komunikasi, hiburan, dan akses informasi, penggunaan yang berlebihan berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap kesehatan mental dan perkembangan sosial emosional remaja, seperti perubahan emosi dan menurunnya interaksi sosial. Oleh karena itu, remaja sebagai kelompok yang rentan memerlukan perhatian khusus melalui kajian literatur terkait pengaruh penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial emosional di Indonesia.

Tujuan: Menilai kualitas artikel secara sistematis dan mensintesis artikel terkait pengaruh penggunaan gadget pada sosial emosional remaja.

Metode: Literature review ini menggunakan artikel yang dipublikasikan dari tahun 2015-2025 dengan bersumber *databased Pubmed* dan Google scholar. Kata kunci yang digunakan adalah penggunaan *gadget* dan Sosial emosional remaja. Seleksi artikel mengikuti alur PRISMA. Penilaian kualitas artikel dilakukan penulis dengan menggunakan instrumen dari *The Joanna Brigs Institute*.

Hasil: Hasil telaah menunjukkan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan berkaitan dengan peningkatan masalah sosial emosional, seperti penurunan kemampuan interaksi sosial, empati, dan regulasi emosi serta meningkatkan kecenderungan isolasi sosial dan masalah perilaku. Namun, penggunaan gadget yang terkontrol dan edukatif dapat memberikan dampak positif.

Kesimpulan: Penggunaan gadget memiliki pengaruh signifikan terhadap perkembangan sosial emosional remaja, baik secara positif maupun negatif tergantung pada durasi, tujuan, dan pada penggunaannya. Oleh karena itu, diperlukan peran orang tua, pendidik, dan lain-lain untuk mengarahkan ke arah yang lebih positif.

Kata kunci: Penggunaan gadget, remaja, sosial emosional.

ABSTRACT

The Effect of Gadget Use on Adolescents' Social-Emotional Development: A Literature Review

Melina, Wahyudi Mulyaningrat, Dian Ramawati

Background: Adolescents aged 10–19 years are in a transitional period marked by biological, cognitive, and social-emotional changes, accompanied by high curiosity that encourages gadget use as part of daily life. Although gadgets are beneficial for communication, entertainment, and access to information, excessive use may have negative impacts on mental health and adolescents' social-emotional development, such as emotional changes and reduced social interaction. Therefore, adolescents as a vulnerable group require special attention through a literature review examining the effects of gadget use on social-emotional development in Indonesia.

Objective: To systematically assess the quality of articles and synthesize evidence related to the effects of gadget use on adolescents' social-emotional development.

Methods: This literature review included articles published between 2017 and 2025, sourced from the PubMed and Google Scholar databases. The keywords used were *gadget use* and *adolescents' social-emotional development*. Article selection followed the PRISMA flowchart. The quality of the articles was assessed by the authors using the Joanna Briggs Institute (JBI) appraisal tools.

Results: The results of the review indicate that excessive gadget use is associated with an increase in socio-emotional problems, such as decreased social interaction skills, empathy, and emotional regulation, as well as a higher tendency toward social isolation and behavioral problems. However, controlled and educational use of gadgets can have positive effects.

Conclusion: Gadget use has a significant impact on adolescents' social and emotional development, both positively and negatively, depending on the duration, purpose, and manner of use. Therefore, the role of parents, educators, and other relevant parties is essential in guiding gadget use toward more positive outcomes.

Keywords: Adolescents, gadget use, social-emotional.