

Diagnostik Permasalahan Anak di Era Digital: Identifikasi Permasalahan Perilaku Akibat Paparan Media Sosial

Diagnosing Children'S Issues in The Digital Era: Identifying Behavioral Problems Resulting From Social Media Exposure

Dara Nurul Fitri¹, Chairunnisa², Leli Hasanah³, Yumna Ramadhani⁴, Faizatul faridy⁵

¹Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh, Indonesia, fdaranurul@gmail.com

²Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh, Indonesia, Chairunnisan069@gmail.com

³Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh, Indonesia, lelihasaha123@gmail.com

⁴Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh, Indonesia, 230210081@student.ar-raniry.ac.id

⁵Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh, Indonesia, Faizatul.faridy@ar-raniry.ac.id

ABSTRAK

Kemajuan pesat teknologi digital telah mengintegrasikan media sosial dan perangkat digital secara mendalam ke dalam kehidupan sehari-hari anak usia dini, sehingga menghadirkan tantangan baru bagi pendidikan anak usia dini. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dampak paparan media sosial terhadap perilaku anak usia dini, mengidentifikasi Permasalahan perilaku yang ditimbulkan, serta mendeskripsikan strategi diagnostik yang efektif untuk deteksi dini. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif melalui kajian literatur komprehensif, dengan data yang diperoleh dari berbagai sumber sekunder yang relevan dan dianalisis menggunakan teknik analisis isi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa paparan berlebihan dan tanpa pendampingan terhadap konten digital yang serba cepat serta tren media sosial dapat menyebabkan berbagai masalah perilaku yang signifikan. Permasalahan tersebut meliputi kesulitan dalam regulasi emosi, penurunan perhatian dan konsentrasi, perilaku imitasi negatif, hambatan dalam interaksi sosial, serta ketergantungan yang tinggi terhadap stimulus digital. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan diagnostik yang sistematis, bukan sekadar pemberian label klinis pada anak. Strategi diagnostik yang efektif bagi pendidik dan orang tua meliputi observasi perilaku secara langsung, komunikasi yang konsisten dengan orang tua, dokumentasi perkembangan anak, serta identifikasi faktor risiko. Pada akhirnya, upaya meminimalkan dampak negatif era digital memerlukan peningkatan literasi digital, keseimbangan aktivitas non-layar, serta kolaborasi berkelanjutan antara keluarga dan pendidik anak usia dini guna mendukung perkembangan anak secara optimal.

Kata Kunci: *Anak Usia Dini, Paparan Media Sosial, Permasalahan Perilaku, Strategi Diagnostik, Era Digital.*

ABSTRACT

The rapid advancement of digital technology has deeply integrated social media and digital devices into the daily lives of young children, presenting new challenges for early childhood education. This study aims to analyze the impact of social media exposure on early childhood behavior, identify the resulting behavioral disorders, and describe effective diagnostic strategies for early detection. Utilizing a qualitative approach through a comprehensive literature review, data was gathered from relevant secondary sources and examined using content analysis. The findings indicate that excessive and unguided exposure to fast-paced digital content and social media trends can lead to significant behavioral issues. These disorders include emotion regulation issues, attention and concentration deficits, negative imitative behaviors, barriers to

social interaction, and a heavy dependency on digital stimuli. To address these challenges, the study highlights the necessity of a systematic diagnostic approach rather than merely applying clinical labels to children. Effective diagnostic strategies for educators and parents involve direct behavioral observation, consistent communication with parents, developmental documentation, and the identification of risk factors. Ultimately, mitigating the risks of the digital age requires enhanced digital literacy, balanced non-screen activities, and continuous collaboration between families and early childhood educators to support optimal child development.

Keywords : *Early Childhood, Social Media Exposure, Behavioral Disorders, Diagnostic Strategy, Digital Age*

PENDAHULUAN

Kemajuan teknologi digital telah mengubah banyak aspek kehidupan manusia, termasuk kehidupan anak-anak kecil. Anak-anak dibesarkan dalam dunia di mana perangkat, internet, film pendek, dan media digital lainnya mudah diakses melalui telepon seluler, tablet, dan televisi berbasis internet. Dengan demikian, anggota generasi digital adalah anak-anak yang terlibat dengan teknologi sejak usia dini. Banyak rumah bahkan telah memasukkan teknologi dalam kehidupan sehari-hari anak-anak, baik untuk hiburan, pendidikan, atau untuk membantu mereka bersantai saat orang tua sibuk. Ini menunjukkan bagaimana teknologi sekarang menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari anak-anak, bukan hanya di luar (Rico-González et al., 2025).

Di era modern, fenomena anak-anak dan teknologi telah mengubah gaya pengasuhan dan dinamika keluarga. Orang tua sering menggunakan gadget digital untuk membuat anak-anak mereka sibuk, mengurangi kerewelan, atau tetap tenang. Ketika teknologi digunakan dengan benar misalnya, dengan memasukkan warna, angka, lagu, atau cerita yang mendidik ia dapat membantu. Di sisi lain, ketika teknologi digunakan dengan salah, kesempatan anak-anak untuk bermain aktif, berinteraksi langsung, berkomunikasi dua arah, dan belajar mengendalikan emosi melalui hubungan sosial yang tulus dapat berkurang. Padahal, stimulasi konkret dan hubungan interpersonal yang menyenangkan sangat penting untuk perkembangan anak pada usia dini (Gath & Swit, 2024).

Meningkatnya keterlibatan anak-anak dalam tren media sosial dan meluasnya penggunaan perangkat merupakan masalah yang sama dalam dunia modern (Madigan et al., 2022). Anak-anak kecil, meskipun mereka mungkin tidak memiliki akun media sosial sendiri, masih dapat terpapar tren visual, musik viral, video pendek, bahasa populer, dan bahkan perilaku tiruan yang ditransmisikan melalui berbagai platform digital (Zhao et al., 2024). Paparan tersebut dapat memengaruhi permainan, perilaku sehari-hari, ucapan, dan reaksi anak-anak. Pada kenyataannya, anak-anak seringkali tidak dapat membedakan antara tindakan yang layak ditiru dan tindakan yang sesuai dengan tahap perkembangan

Corresponding author: Dara Nurul Fitri

Email Address: fdaranurul@gmail.com

Received:30-04-2026, Accepted 22-06-2026, Published 28-06-2026

mereka. Penggunaan media digital oleh anak usia dini dikaitkan dengan paparan terhadap konten yang tidak sesuai usia, pengalaman online yang mengganggu, dan konsekuensi psikososial yang penting (Gath & Swit, 2024).

Media sosial memiliki efek negatif terhadap perkembangan anak, terutama dalam hal perilaku dan sosial-emosional. Penelitian oleh (Rosen et al., 2022; Twenge & Campbell, 2023) telah menemukan bahwa waktu penggunaan layar yang tinggi dan tidak terkendali telah dikaitkan dengan masalah perilaku seperti impulsivitas, masalah perhatian, agresi, kurangnya pengendalian diri, dan Permasalahan regulasi emosi. Selain itu, keterampilan sosial mungkin menjadi masalah bagi anak-anak yang menghabiskan lebih banyak waktu di depan layar daripada anak-anak di sekitarnya. Jika anak-anak terpapar konten yang cepat, menarik, dan instan, mereka mungkin lebih mudah bosan dengan kegiatan belajar yang membutuhkan kesabaran, fokus, dan keterlibatan dunia nyata. Ini berarti bahwa media digital dapat memengaruhi perkembangan perilaku dan kebiasaan menikmati hiburan anak-anak (John et al., 2023).

Selama masa kanak-kanak, paparan media sosial sering menghasilkan perilaku normal yang sering dianggap normal daripada Permasalahan yang tiba-tiba dan signifikan. Anak-anak mungkin meniru ucapan atau perilaku yang tidak sesuai usia, menjadi lebih gelisah ketika perangkat mereka diambil, kesulitan berkonsentrasi selama kegiatan belajar, lebih suka bermain sendirian dengan layar daripada dengan teman sebaya, dan menunjukkan ketergantungan yang kuat pada informasi digital (Coyne et al., 2022; Keles et al., 2023). Jika kondisi ini dibiarkan berlanjut, masalah yang awalnya tampak kecil dapat berubah menjadi hambatan yang semakin besar bagi emosi, hubungan sosial, dan kesiapan belajar anak. Oleh karena itu, masalah paparan media sosial pada anak usia dini harus dilihat tidak hanya sebagai masalah kebiasaan penggunaan perangkat, tetapi juga sebagai masalah perkembangan yang membutuhkan perhatian khusus dari institusi pendidikan dan keluarga (Griffiths, 2022; Jungselius, 2024; Paulus et al., 2022).

Dalam situasi ini, orang tua dan guru harus lebih berhati-hati dalam mengenali perubahan perilaku pada anak-anak mereka. Karena mereka adalah pendidik sekaligus pengamat perkembangan anak, pendidik anak usia dini adalah yang terdepan dalam menemukan indikator peringatan dini (Livingstone & Helsper, 2022). Di sinilah pendekatan diagnostik sangat penting untuk pendidikan anak usia dini. Bukan hanya memberi label atau menentukan bahwa seorang anak memiliki Permasalahan tertentu, diagnosis adalah proses mengidentifikasi, memahami, dan menemukan gejala awal yang dapat mengganggu perkembangan anak. Dengan kata lain, diagnosis adalah langkah pertama menuju

pemahaman yang lebih baik tentang kebutuhan anak. Ini memungkinkan guru untuk memberikan pendidikan yang sesuai dengan tahap perkembangan anak (Gath & Swit, 2024).

Karena anak usia dini berada pada masa emas perkembangan, ketika perubahan kecil dalam lingkungan dan stimulasi dapat berdampak besar pada pertumbuhan jangka panjang mereka, diagnosis dini menjadi semakin penting. Jika Permasalahan perilaku yang disebabkan oleh paparan media sosial ditemukan pada awalnya, upaya pencegahan dan pengobatan dapat dilakukan sebelum masalah menjadi lebih kompleks (Pediatrics, 2022; Society, 2022). Sebaliknya, jika perubahan perilaku anak diabaikan atau dianggap sebagai hal biasa, guru dan orang tua mungkin kehilangan semangat mereka untuk membantu anak dengan paling baik. Selain itu, diagnosis dini sangat penting untuk memastikan bahwa guru dan orang tua tidak salah memahami perilaku anak-anak, seperti menganggap mereka "nakal", "manja", atau "susah diatur". Ini karena perilaku tersebut mungkin merupakan reaksi terhadap pola paparan digital yang tidak sehat (Rico-González et al., 2025).

Meskipun berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan antara penggunaan media digital dengan perkembangan anak, sebagian besar penelitian lebih berfokus pada durasi penggunaan layar, kesehatan mental, atau dampak umum penggunaan gawai terhadap perkembangan anak. Penelitian yang secara khusus mengkaji berbagai bentuk permasalahan perilaku akibat paparan media sosial pada anak usia dini serta menghubungkannya dengan pendekatan diagnostik dalam konteks pendidikan anak usia dini masih relatif terbatas. Selain itu, kajian yang menempatkan guru PAUD dan orang tua sebagai pihak utama dalam proses identifikasi dini permasalahan perilaku akibat paparan media sosial juga belum banyak dilakukan. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang mampu mensintesis berbagai temuan penelitian untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai permasalahan perilaku anak di era digital serta strategi diagnostik yang dapat diterapkan dalam pendidikan anak usia dini.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa era digital menghadirkan tantangan baru bagi dunia pendidikan anak usia dini, khususnya dalam memahami berbagai permasalahan perilaku yang berkaitan dengan paparan media sosial. Anak tidak hanya dipandang sebagai pengguna teknologi, tetapi juga sebagai individu yang sedang berkembang dan dipengaruhi oleh lingkungan digital di sekitarnya. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan diagnostik yang lebih sensitif, sistematis, dan kontekstual untuk membantu guru dan orang tua mengidentifikasi permasalahan perilaku anak sejak dini. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) menganalisis dampak paparan media sosial terhadap perilaku anak usia dini; (2) mengidentifikasi berbagai bentuk permasalahan perilaku yang muncul akibat paparan

media sosial; dan (3) mendeskripsikan strategi diagnostik yang dapat digunakan dalam mendeteksi dini permasalahan perilaku anak di era digital.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kajian literatur (literature review) dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Kajian literatur dilakukan melalui proses menelaah, mengkaji, dan mensintesis berbagai hasil penelitian terdahulu yang relevan untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai permasalahan perilaku anak usia dini akibat paparan media sosial serta strategi diagnostik dalam konteks pendidikan anak usia dini (Sugiyono, 2022). Pendekatan deskriptif kualitatif digunakan untuk mendeskripsikan, menginterpretasikan, dan mensintesis berbagai temuan penelitian sebelumnya sehingga diperoleh gambaran mengenai fenomena yang dikaji. Penelitian ini tidak melakukan pengumpulan data lapangan, melainkan menggunakan berbagai sumber literatur ilmiah sebagai sumber data utama (Creswell & Creswell, 2018).

Data penelitian menggunakan data sekunder yang diperoleh dari berbagai publikasi ilmiah berupa buku akademik, artikel ilmiah, dan jurnal nasional maupun internasional yang berkaitan dengan perkembangan anak usia dini, paparan media sosial, serta permasalahan perilaku anak. Proses pencarian literatur dilakukan secara sistematis menggunakan kata kunci seperti anak usia dini, paparan media sosial, waktu layar, dan masalah perilaku melalui basis data ilmiah seperti Google Scholar. Literatur yang digunakan merupakan publikasi tahun 2022–2025 yang memiliki relevansi dengan fokus penelitian dan memenuhi kriteria akademik yang sesuai (Kyngas, 2022).

Pengumpulan data dilakukan melalui studi dokumentasi dengan tahapan identifikasi, pemilihan, dan klasifikasi berbagai sumber literatur sesuai dengan fokus penelitian. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi (content analysis) untuk menemukan tema, pola, dan hubungan antar konsep mengenai paparan media sosial dan permasalahan perilaku anak usia dini. Proses analisis dilakukan melalui tahapan reduksi data, kategorisasi, serta penarikan kesimpulan sehingga menghasilkan sintesis pengetahuan yang sistematis berdasarkan berbagai sumber literatur yang telah dikaji (Kyngas, 2022; Lindgren et al., 2023).

HASIL PENELITIAN

Hasil sintesis dari berbagai literatur menunjukkan bahwa paparan media sosial pada anak usia dini berkaitan dengan munculnya lima tema utama permasalahan perilaku, yaitu: (1) permasalahan

regulasi emosi, (2) kesulitan perhatian dan konsentrasi, (3) perilaku imitatif negatif, (4) hambatan interaksi sosial, dan (5) ketergantungan terhadap stimulus digital. Berbagai penelitian juga menunjukkan adanya hubungan antara durasi penggunaan media, kualitas konten yang diakses, serta tingkat pendampingan orang tua dengan tingkat keparahan permasalahan perilaku yang muncul. Semakin tinggi intensitas paparan media sosial tanpa pengawasan, semakin besar risiko anak mengalami permasalahan perilaku. Sebaliknya, pendampingan orang tua dan penggunaan media yang sesuai dengan tahap perkembangan anak dapat meminimalkan dampak negatif tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa permasalahan perilaku anak di era digital bersifat multidimensional karena dipengaruhi oleh interaksi antara faktor individu, lingkungan keluarga, dan karakteristik media digital.

Berdasarkan hasil kajian literatur, anak usia dini saat ini berkembang dalam lingkungan yang sangat dipengaruhi oleh teknologi digital. Penggunaan perangkat seperti telepon pintar, tablet, televisi berbasis internet, video pendek, dan berbagai aplikasi hiburan telah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari anak. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa lingkungan digital telah menjadi salah satu faktor yang memengaruhi perilaku, kebiasaan, serta pola interaksi anak dengan lingkungan sekitarnya (Hutton et al., 2022).

Hasil kajian juga menunjukkan bahwa paparan media sosial pada anak usia dini dapat memberikan risiko terhadap perkembangan perilaku apabila tidak disertai pengawasan dan pendampingan yang tepat. Anak usia dini lebih sering terpapar media sosial melalui tayangan video pendek, konten viral, musik populer, tren visual, dan berbagai bentuk hiburan digital melalui perangkat milik orang tua atau anggota keluarga lainnya. Paparan tersebut dapat memengaruhi cara anak berpikir, merespons, dan berperilaku karena karakteristik media digital yang memberikan stimulasi cepat melalui warna, suara, gerakan, dan perubahan adegan yang menarik perhatian anak (Rideout & Robb, 2023). Hasil penelitian literatur menunjukkan beberapa bentuk permasalahan perilaku akibat paparan media sosial, yaitu:

1. *Permasalahan Regulasi Emosi*

Hasil kajian menunjukkan bahwa kesulitan mengatur emosi merupakan salah satu permasalahan perilaku yang sering muncul akibat penggunaan media sosial secara berlebihan. Anak yang terbiasa memperoleh hiburan instan dari layar cenderung lebih mudah marah, cepat frustrasi, dan mengalami kesulitan menenangkan diri ketika keinginannya tidak terpenuhi (Domingues-Montanari, 2023).

2. *Kesulitan Perhatian dan Konsentrasi*

Hasil kajian menunjukkan bahwa paparan konten media sosial yang cepat dan menarik dapat memengaruhi kemampuan anak dalam mempertahankan perhatian. Anak menjadi lebih mudah bosan,

sulit mengikuti instruksi, dan lebih tertarik pada aktivitas dengan stimulasi visual maupun audio yang tinggi.

3. *Perilaku Imitatif Negatif*

Hasil sintesis literatur menunjukkan bahwa anak usia dini memiliki kecenderungan belajar melalui proses meniru. Paparan media sosial yang berisi bahasa kasar, perilaku agresif, humor dewasa, atau tindakan yang tidak sesuai usia dapat ditiru oleh anak karena kemampuan memahami konteks masih berkembang (Rosen et al., 2022).

4. *Hambatan Interaksi Sosial*

Hasil kajian menunjukkan bahwa penggunaan media digital yang berlebihan dapat mengurangi kesempatan anak untuk melakukan interaksi langsung. Anak dapat mengalami kesulitan dalam berbagi, bekerja sama, menunggu giliran, serta memahami ekspresi sosial orang lain (Paulus et al., 2022).

5. *Ketergantungan terhadap Stimulus Digital*

Hasil penelitian menunjukkan adanya kecenderungan anak mengalami ketergantungan terhadap media digital, seperti sulit makan tanpa tontonan, sulit tidur tanpa perangkat, atau terus meminta penggunaan gawai ketika merasa bosan. Kondisi ini menunjukkan bahwa media digital mulai digunakan sebagai sumber hiburan dan pengaturan emosi anak (Domingues-Montanari, 2023; McArthur et al., 2023).

Selain bentuk permasalahan perilaku tersebut, hasil kajian juga menunjukkan bahwa munculnya permasalahan tidak hanya disebabkan oleh durasi penggunaan media, tetapi juga dipengaruhi oleh kualitas konten, pola asuh digital keluarga, serta tingkat pendampingan orang tua. Faktor-faktor tersebut memiliki hubungan yang kuat terhadap perkembangan perilaku anak di era digital.

PEMBAHASAN

Hasil kajian menunjukkan bahwa paparan media sosial pada anak usia dini perlu dipahami sebagai bagian dari lingkungan perkembangan anak di era digital. Anak tidak hanya berperan sebagai pengguna teknologi, tetapi juga sebagai individu yang sedang mengalami proses perkembangan yang dipengaruhi oleh berbagai stimulasi lingkungan, termasuk lingkungan digital. Penggunaan media digital yang tidak terkontrol dapat memengaruhi pola perilaku, kebiasaan, serta cara anak berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya (Hutton et al., 2022). Pada masa usia dini, anak berada pada tahap perkembangan yang sangat sensitif terhadap berbagai bentuk stimulasi. Oleh karena itu, penggunaan media sosial dan perangkat digital perlu dipandang secara seimbang. Media digital dapat memberikan manfaat apabila digunakan sebagai sarana pembelajaran dengan pendampingan yang tepat, namun penggunaan yang

tidak sesuai dapat mengurangi kesempatan anak untuk bermain aktif, berinteraksi langsung, dan mengembangkan kemampuan sosial-emosional melalui pengalaman nyata (Hutton et al., 2022).

Paparan media sosial yang berlebihan dapat memengaruhi perkembangan perilaku anak karena karakteristik konten digital saat ini cenderung memberikan stimulasi yang cepat, menarik, dan terus berubah. Kondisi tersebut dapat menyebabkan anak terbiasa dengan pola hiburan instan sehingga mengalami kesulitan dalam melakukan aktivitas yang membutuhkan kesabaran, fokus, dan keterlibatan langsung. Hal ini menunjukkan bahwa dampak media sosial terhadap anak tidak hanya berkaitan dengan lama penggunaan, tetapi juga berkaitan dengan bagaimana anak berinteraksi dengan media tersebut (Jungselius, 2024).

Permasalahan regulasi emosi menjadi salah satu dampak yang banyak ditemukan pada anak dengan paparan media digital yang tinggi. Anak yang terbiasa mendapatkan kepuasan secara cepat melalui media digital dapat mengalami kesulitan ketika menghadapi situasi yang membutuhkan pengendalian diri. Perilaku seperti mudah marah, menangis, tantrum ketika penggunaan perangkat dihentikan, serta sulit menerima penolakan perlu dipahami sebagai bentuk perubahan perilaku yang membutuhkan perhatian, bukan hanya dianggap sebagai kenakalan anak (Radesky & Christakis, 2023). Selain regulasi emosi, paparan media sosial juga berkaitan dengan kesulitan perhatian dan konsentrasi. Konten digital yang memiliki pergantian visual dan audio secara cepat dapat menyebabkan anak lebih terbiasa dengan stimulasi tinggi. Akibatnya, anak dapat mengalami kesulitan ketika mengikuti kegiatan yang membutuhkan konsentrasi lebih lama, seperti mendengarkan instruksi guru, mengikuti kegiatan kelompok, atau menyelesaikan aktivitas pembelajaran. Namun, kondisi tersebut tidak dapat langsung dikategorikan sebagai gangguan perkembangan tertentu seperti ADHD karena diperlukan asesmen profesional yang menyeluruh. Guru PAUD memiliki peran sebagai pengamat awal yang melakukan identifikasi dan dokumentasi perilaku anak (Odgers & Jensen, 2023).

Perilaku imitatif negatif juga menjadi salah satu permasalahan yang muncul akibat paparan media sosial. Anak usia dini memiliki karakteristik belajar melalui pengamatan dan peniruan. Berdasarkan teori belajar sosial Bandura, anak dapat meniru perilaku dari model yang sering diamati. Dalam konteks media sosial, tokoh, kreator konten, maupun karakter dalam tayangan digital dapat menjadi model perilaku bagi anak. Ketika anak belum memiliki kemampuan berpikir kritis yang matang, mereka cenderung meniru perilaku tanpa memahami apakah perilaku tersebut sesuai dengan nilai dan tahap perkembangannya (Rosen et al., 2022).

Hambatan interaksi sosial juga menjadi perhatian dalam perkembangan anak di era digital. Penggunaan media digital secara berlebihan dapat mengurangi kesempatan anak untuk melakukan

interaksi langsung dengan teman sebaya maupun lingkungan sekitar. Padahal, kegiatan bermain bersama, berbagi, bekerja sama, dan memahami emosi orang lain merupakan bagian penting dari perkembangan sosial anak usia dini. Apabila kondisi tersebut tidak diperhatikan, anak dapat mengalami kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat pada tahap perkembangan berikutnya (Paulus et al., 2022; Hutton et al., 2022).

Selain itu, ketergantungan terhadap stimulus digital menunjukkan bahwa sebagian anak mulai menjadikan media digital sebagai sumber utama hiburan dan kenyamanan emosional. Anak yang selalu menggunakan perangkat ketika merasa bosan dapat mengalami kesulitan dalam mengembangkan kemampuan bermain mandiri, kreativitas, dan pengendalian diri. Oleh karena itu, penggunaan media digital perlu diarahkan agar tidak menggantikan pengalaman nyata yang dibutuhkan dalam perkembangan anak (Domingues-Montanari, 2023; McArthur et al., 2023).

Munculnya berbagai permasalahan perilaku tersebut tidak dapat dipisahkan dari faktor lingkungan keluarga. Kurangnya pendampingan orang tua, penggunaan perangkat tanpa batasan, serta pola asuh digital yang kurang tepat dapat meningkatkan risiko munculnya perilaku bermasalah pada anak. Berdasarkan teori ekologi perkembangan Bronfenbrenner, perkembangan anak dipengaruhi oleh interaksi antara individu dengan lingkungan terdekatnya, termasuk keluarga, sekolah, dan lingkungan sosial. Dalam konteks saat ini, media sosial menjadi bagian dari lingkungan perkembangan yang dapat memberikan pengaruh terhadap perilaku anak (Livingstone & Helsper, 2022).

Durasi penggunaan media, kualitas konten, dan pola penggunaan teknologi menjadi faktor penting yang menentukan dampak media sosial terhadap anak. Anak yang menggunakan media dengan pendampingan orang tua, memilih konten sesuai usia, serta memiliki keseimbangan antara aktivitas digital dan aktivitas non-digital memiliki risiko lebih rendah mengalami dampak negatif. Sebaliknya, penggunaan media tanpa pengawasan dapat meningkatkan kemungkinan munculnya permasalahan perilaku (Keles et al., 2023). Dalam konteks pendidikan anak usia dini, pendekatan diagnostik menjadi bagian penting untuk membantu memahami perubahan perilaku anak akibat paparan media sosial. Diagnosis dalam pendidikan anak usia dini bukan berarti memberikan label negatif terhadap anak, tetapi merupakan proses untuk mengenali, memahami, dan menemukan kebutuhan perkembangan anak. Guru perlu melakukan observasi perilaku, berkomunikasi dengan orang tua, melakukan dokumentasi perkembangan, serta mengidentifikasi faktor risiko yang mungkin memengaruhi perilaku anak (UNICEF, 2023; Lindgren et al., 2023).

Guru PAUD memiliki peran strategis dalam mendeteksi perubahan perilaku anak karena guru dapat mengamati anak dalam berbagai situasi, seperti bermain, belajar, berinteraksi, dan mengikuti

aturan kelas. Namun, proses identifikasi harus dilakukan dengan pendekatan yang empatik dan tidak memberikan stigma terhadap anak. Anak yang menunjukkan kesulitan fokus, mudah marah, atau menarik diri perlu dipahami sebagai anak yang mungkin membutuhkan dukungan perkembangan, bukan langsung dianggap sebagai anak bermasalah (Mulyasa, 2022). Implikasi dari kajian ini menunjukkan bahwa pendidikan anak usia dini di era digital perlu memperhatikan aspek literasi digital dan keseimbangan aktivitas anak. Sekolah dan keluarga perlu bekerja sama dalam memberikan batasan penggunaan media, memilih konten yang sesuai usia, serta menyediakan aktivitas alternatif seperti bermain aktif, bermain peran, eksplorasi lingkungan, dan interaksi sosial langsung. Dengan demikian, teknologi dapat dimanfaatkan secara positif tanpa menghambat perkembangan anak secara optimal (OECD, 2023; Fadlillah, 2022).

Secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan bahwa permasalahan perilaku akibat paparan media sosial merupakan fenomena yang kompleks dan saling berkaitan. Permasalahan regulasi emosi, kesulitan perhatian, perilaku imitasi negatif, hambatan interaksi sosial, dan ketergantungan digital dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti durasi penggunaan media, kualitas konten, pola asuh digital, serta pendampingan orang tua. Oleh karena itu, pendekatan diagnostik yang sistematis dan kolaborasi antara guru PAUD dengan keluarga menjadi langkah penting dalam mendukung perkembangan anak usia dini di era digital.

SIMPULAN

Hasil kajian literatur menunjukkan bahwa paparan media sosial pada anak usia dini berpotensi menimbulkan berbagai permasalahan perilaku, meliputi permasalahan regulasi emosi, kesulitan perhatian dan konsentrasi, perilaku imitatif negatif, hambatan interaksi sosial, serta ketergantungan terhadap stimulus digital. Hasil sintesis juga memperlihatkan bahwa munculnya berbagai permasalahan tersebut tidak berdiri sendiri, melainkan dipengaruhi oleh interaksi antara durasi penggunaan media, kualitas konten yang diakses, pola asuh digital keluarga, serta tingkat pendampingan orang tua dalam penggunaan media sosial. Kontribusi utama kajian ini adalah menghasilkan sintesis konseptual mengenai pola hubungan antara paparan media sosial dan berbagai permasalahan perilaku anak usia dini, sekaligus menawarkan kerangka diagnostik yang dapat digunakan dalam konteks pendidikan anak usia dini. Kerangka tersebut meliputi observasi perilaku secara sistematis, komunikasi intensif dengan orang tua, dokumentasi perkembangan anak, identifikasi faktor risiko, serta kolaborasi dengan tenaga profesional apabila diperlukan. Dengan demikian, identifikasi dini terhadap permasalahan perilaku akibat paparan media sosial perlu menjadi bagian penting dalam praktik pendidikan anak usia dini. Guru

PAUD dan orang tua perlu meningkatkan literasi digital serta membangun kerja sama yang berkelanjutan agar penggunaan media sosial pada anak dapat diarahkan secara lebih sehat, seimbang, dan sesuai dengan tahap perkembangannya.

DAFTAR RUJUKAN

- Coyne, S. M., Rogers, A. A., Zurcher, J. D., Stockdale, L., & Booth, M. (2022). Does time spent using social media impact mental health? *Computers in Human Behavior*, 104, 106160. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2019.106160>
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design*. SAGE.
- Domingues-Montanari, S. (2023). Clinical and psychological effects of screen time. *BMC Pediatrics*.
- Fadlillah, M. (2022). *Bermain dan permainan anak usia dini*. Kencana.
- Gath, M., & Swit, C. (2024). Digital media in early childhood: Risk factors for online harm and psychosocial correlates. *Frontiers in Developmental Psychology*, 2, 1390276. <https://doi.org/10.3389/fdpys.2024.1390276>
- Griffiths, M. D. (2022). Behavioral addiction and screen use. *Journal of Behavioral Addictions*.
- Helmawati. (2021). *Pendidikan keluarga*. PT Remaja Rosdakarya.
- Hutton, J. S., Dudley, J., Horowitz-Kraus, T., DeWitt, T., & Holland, S. K. (2022). Screen-based media use and brain development. *JAMA Pediatrics*, 176(6). <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2022.0277>
- Jamaris, M. (2021). *Asesmen perkembangan anak usia dini*. Kencana.
- John, A., Bates, S., & Zimmermann, N. (2023). Media use and children's self-regulation: A narrative review. *Early Child Development and Care*.
- Jungselius, B. (2024a). A scoping review of current research on social media use among children and adolescents. *Discover Psychology*, 4, 116. <https://doi.org/10.1007/s44202-024-00226-2>
- Jungselius, B. (2024b). Social media use among children: A scoping review. *Discover Psychology*, 4, 116. <https://doi.org/10.1007/s44202-024-00226-2>
- Keles, B., McCrae, N., & Grealish, A. (2023). Social media and mental health. *International Journal of Adolescence and Youth*.
- Kyngas, H. (2022). Inductive content analysis. *Nursing Open*, 9(1), 13–19. <https://doi.org/10.1002/nop2.1024>
- Latif, M., Zukhairina, Zubaidah, R., & Afandi, M. (2021). *Orientasi baru pendidikan anak usia dini*. Kencana.

- Lindgren, B. M., Lundman, B., & Graneheim, U. H. (2023). Abstraction and interpretation during qualitative content analysis. *International Journal of Nursing Studies Advances*, 5, 100085. <https://doi.org/10.1016/j.ijnsa.2023.100085>
- Livingstone, S., & Helsper, E. (2022). Parental mediation and digital behavior. *Journal of Children and Media*.
- Madigan, S., McArthur, B. A., Anhorn, C., Eirich, R., & Christakis, D. A. (2022). Associations between screen use and child development. *JAMA Pediatrics*, 176(6).
- McArthur, B. A., Racine, N., Browne, D., Tough, S., & Madigan, S. (2023). Screen exposure and child outcomes. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 7(3), 162–172.
- Mulyasa, H. E. (2022). *Manajemen PAUD*. PT Remaja Rosdakarya.
- Odgers, C. L., & Jensen, M. R. (2023). Digital media and youth development. *Annual Review of Developmental Psychology*.
- OECD. (2023). *Children and digital environment report*. OECD Publishing.
- Ofcom. (2023). *Children and parents: Media use report*.
- Paulus, F. W., Ohmann, S., von Gontard, A., & Popow, C. (2022). Internet use and behavioral problems. *European Child & Adolescent Psychiatry*. <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01891-0>
- Pediatrics, A. A. of. (2022). *Media and children communication toolkit*.
- Radesky, J. S., & Christakis, D. A. (2023). Increased screen time impacts on children. *Pediatrics*.
- Rico-Gonzalez, M., Holsbrekken, E., Martin-Moya, R., & Ardigo, L. P. (2025). Interventions for reducing screen time in preschoolers. *Global Pediatric Health*, 12. <https://doi.org/10.1177/21501319241306699>
- Rico-González, M., Holsbrekken, E., Martín-Moya, R., & Ardigò, L. P. (2025). Interventions for reducing screen time of preschoolers: A systematic review of randomized controlled trials. *Global Pediatric Health*, 12. <https://doi.org/10.1177/21501319241306699>
- Rideout, V., & Robb, M. B. (2023). *Media use in early childhood*. Common Sense Media.
- Rosen, L. D., Lim, A. F., Felt, J., Carrier, L. M., Cheever, N. A., Lara-Ruiz, J., & Rokkum, J. (2022). Media use and well-being. *Computers in Human Behavior Reports*, 6, 100188.
- Society, C. P. (2022). *Screen time and young children*.
- Sugiyono. (2022). *Metode penelitian kualitatif*. Alfabeta.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2023). Screen time and psychological well-being. *Preventive Medicine Reports*, 30, 101991.
- UNICEF. (2023). *Children in a digital world*. UNICEF.
- Zhao, J., Wang, M., & Zhou, Q. (2024). Early childhood screen exposure and behavioral outcomes. *Child Development*, 95(1), 45–60. <https://doi.org/10.1111/cdev.14012>