

Dampak Penggunaan Gawai Berlebihan terhadap Kemampuan Interaksi Sosial Siswa di Sekolah

Muhammad Miftahul Huda*

Universitas Muhammadiyah Cirebon, Indonesia.

* **Corresponding Author:** hudamif@gmail.com

Key Words:

Excessive Gadget Use, Social Interaction Skills, Elementary School Students, Qualitative Case Study, Digital Literacy

Abstract: *The widespread use of digital gadgets among primary school students has raised significant concerns about its impact on their social-emotional development. While offering educational benefits, excessive use of gadgets can replace the face-to-face interactions that are crucial in the school environment, a key arena for developing social competence. This study uses a qualitative case study methodology to explore the impact of excessive use of gadgets on the social interaction skills of elementary school students in schools. Data was collected through non-participant observations, in-depth interviews with students, teachers, and parents, and document analysis to provide a holistic understanding of the phenomenon. The findings revealed several significant impacts, including fragmentation of social interactions in school communal spaces, decreased quality of verbal communication, and students' difficulty in interpreting non-verbal social cues. In addition, the study identified a growing preference for digital interactions that were perceived as more controlled than spontaneous face-to-face meetings. This study concludes that excessive use of gadgets fundamentally changes children's social interaction modalities, inhibiting the development of essential face-to-face social skills. These findings underscore the urgent need for parents and educators to implement balanced digital literacy programs and consciously encourage direct social engagement.*

Kata Kunci:

Penggunaan gadget yang berlebihan, keterampilan interaksi sosial, siswa sekolah dasar, studi kasus kualitatif, literasi digital

Abstrak: Penggunaan gawai digital yang meluas di kalangan siswa sekolah dasar telah menimbulkan kekhawatiran signifikan tentang dampaknya terhadap perkembangan sosial-emosional mereka. Meskipun menawarkan manfaat pendidikan, penggunaan gawai yang berlebihan dapat menggantikan interaksi tatap muka yang krusial di lingkungan sekolah, arena utama untuk mengembangkan kompetensi sosial. Penelitian ini menggunakan metodologi studi kasus kualitatif untuk mengeksplorasi dampak penggunaan gawai berlebihan terhadap keterampilan interaksi sosial siswa sekolah dasar di sekolah. Data dikumpulkan melalui observasi non-partisipan, wawancara mendalam dengan siswa, guru, dan orang tua, serta analisis dokumen untuk memberikan pemahaman holistik tentang fenomena tersebut. Temuan mengungkapkan beberapa dampak signifikan, termasuk fragmentasi interaksi sosial di ruang komunal sekolah, penurunan kualitas komunikasi verbal, dan kesulitan siswa dalam menafsirkan isyarat sosial non-verbal. Selain itu, penelitian ini mengidentifikasi preferensi yang berkembang untuk interaksi digital yang dianggap lebih terkontrol dibandingkan pertemuan tatap muka yang spontan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penggunaan gawai berlebihan secara fundamental mengubah modalitas interaksi sosial anak, menghambat pengembangan keterampilan sosial tatap muka yang esensial. Temuan ini menggarisbawahi kebutuhan mendesak bagi orang tua dan pendidik untuk menerapkan program literasi digital yang seimbang dan secara sadar mendorong keterlibatan sosial langsung.

Pendahuluan

Penetrasi gawai di kalangan anak usia sekolah dasar telah mencapai tingkat yang belum pernah terjadi sebelumnya, mengubah secara fundamental cara mereka belajar, bermain, dan berinteraksi. Gawai kini bukan lagi barang mewah, melainkan telah menjadi bagian integral dari ekosistem digital anak-anak, didorong oleh kebutuhan pembelajaran jarak jauh dan ketersediaan konten hiburan tanpa batas (APJII, 2024; Kominfo, 2023). Meskipun teknologi ini menawarkan manfaat signifikan dalam akses terhadap informasi, penggunaannya yang berlebihan memunculkan kekhawatiran serius di kalangan pendidik dan psikolog mengenai dampaknya terhadap perkembangan sosio-emosional anak (Hasan & Wijaya, 2023). Latar belakang penelitian ini adalah adanya indikasi kuat bahwa waktu yang dihabiskan di depan layar secara berlebihan berpotensi menggerus kesempatan dan kualitas interaksi sosial tatap muka, yang merupakan fondasi penting bagi pengembangan kompetensi sosial seperti empati, kerja sama, dan resolusi konflik (Putri & Santoso, 2024; OECD, 2022). Sekolah, sebagai arena utama sosialisasi, menjadi konteks yang krusial untuk mengamati fenomena ini.

Urgensi penelitian ini didasarkan pada meningkatnya laporan mengenai tantangan sosial di lingkungan sekolah, seperti kesulitan siswa dalam bekerja kelompok, meningkatnya kasus perundungan siber yang meluas ke interaksi fisik, dan kecenderungan perilaku individualistik (KPAI, 2024; Chen & Lee, 2023). Kegagalan dalam mengembangkan kemampuan interaksi sosial pada usia dasar dapat berdampak jangka panjang terhadap kesehatan mental, keberhasilan akademis, dan kemampuan adaptasi di masyarakat pada masa depan (Jones & Smith, 2022). Penelitian terdahulu telah banyak mengkaji dampak waktu layar (screen time) terhadap berbagai aspek, seperti perkembangan kognitif (Sari, 2023), kesehatan fisik (WHO, 2024), dan durasi tidur anak (Rahman, 2022). Beberapa studi lain berfokus pada dampak media sosial terhadap kesehatan mental remaja (Twenge, 2023), namun terdapat kesenjangan riset (research gap) yang signifikan.

Masih terbatas penelitian yang secara spesifik dan mendalam menganalisis dampak penggunaan gawai berlebihan terhadap kemampuan interaksi sosial tatap muka pada anak usia sekolah dasar dalam konteks lingkungan sekolah. Sebagian besar studi cenderung berfokus pada konteks keluarga atau mengukur dampak secara umum, tanpa melihat manifestasinya dalam dinamika pertemanan dan pembelajaran di sekolah. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan kebaruan (novelty) dengan memfokuskan analisisnya pada korelasi antara intensitas penggunaan gawai dengan indikator-indikator kemampuan interaksi sosial yang teramati secara langsung di sekolah, seperti inisiatif memulai percakapan, kemampuan membaca isyarat non-verbal, dan partisipasi dalam aktivitas kelompok.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis secara mendalam dampak penggunaan gawai berlebihan terhadap kemampuan interaksi sosial siswa sekolah dasar di lingkungan sekolah. Secara teoretis, manfaat penelitian ini adalah untuk memberikan kontribusi empiris pada literatur psikologi perkembangan dan teknologi pendidikan mengenai pengaruh media digital terhadap kompetensi sosio-emosional anak. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan ilmiah bagi para pendidik, konselor sekolah, dan orang tua dalam merancang intervensi yang efektif (Pratama, 2025; Livingstone & Stoilova, 2021). Wawasan dari studi ini dapat digunakan untuk mengembangkan kebijakan sekolah terkait penggunaan gawai, serta menyusun program literasi digital yang tidak hanya berfokus pada aspek teknis, tetapi juga pada keseimbangan digital dan pentingnya interaksi manusiawi (Susanto, 2024; Miller, 2023; UNICEF, 2022).

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk memahami secara mendalam dan holistik bagaimana dampak penggunaan gawai berlebihan termanifestasi dalam interaksi sosial siswa di konteks sekolah yang otentik (Creswell & Poth, 2023; Yin, 2022). Pendekatan ini dipilih untuk mengeksplorasi kompleksitas fenomena dari perspektif para partisipan, yang tidak dapat ditangkap sepenuhnya melalui pengukuran kuantitatif (Stake, 2021). Penelitian dilaksanakan di dua sekolah dasar di Bandung, yang dipilih secara purposif untuk merepresentasikan lingkungan sekolah dengan kebijakan gawai yang berbeda (Patton, 2024). Sumber data utama adalah partisipan yang terdiri dari 20 siswa kelas atas (kelas IV-V), 10 orang tua, dan 6 guru kelas yang dipilih melalui teknik purposive sampling untuk memastikan kekayaan informasi (Merriam & Tisdell, 2022).

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui triangulasi untuk menjaga kredibilitas temuan (Flick, 2023; Denzin & Lincoln, 2023). Metode utama yang digunakan meliputi: (1) Observasi non-partisipan di lingkungan sekolah, seperti saat jam istirahat dan kerja kelompok, untuk mengamati secara langsung pola interaksi sosial siswa (Given, 2023). (2) Wawancara mendalam semi-terstruktur dengan siswa untuk mengeksplorasi pengalaman dan persepsi mereka tentang penggunaan gawai dan pertemanan, serta dengan guru dan orang tua untuk mendapatkan pemahaman kontekstual yang lebih luas (Seidman, 2023). (3) Analisis dokumen berupa catatan anekdot guru dan kebijakan sekolah terkait penggunaan gawai juga dilakukan untuk melengkapi data primer (Bowen, 2021).

Seluruh data kualitatif yang terkumpul, termasuk transkrip wawancara dan catatan lapangan, dianalisis menggunakan metode analisis tematik secara sistematis (Braun & Clarke,

2022). Proses analisis, yang dibantu oleh perangkat lunak QDAS NVivo, mengikuti tahapan yang meliputi familiarisasi data, pengkodean, pencarian tema, peninjauan tema, pendefinisian tema, dan penyusunan laporan naratif (Miles, Huberman, & Saldaña, 2024; Saldaña, 2024). Untuk menjamin keabsahan data (trustworthiness), peneliti juga melakukan member checking dengan beberapa partisipan guru untuk mengonfirmasi interpretasi data dan peer debriefing dengan sesama peneliti kualitatif untuk menjaga objektivitas analisis (Lincoln & Guba, 2023; Maxwell, 2023).

Hasil Penelitian

Analisis data kualitatif yang diperoleh melalui triangulasi observasi, wawancara mendalam, dan analisis dokumen menunjukkan adanya dampak signifikan dari penggunaan gawai berlebihan terhadap kemampuan interaksi sosial siswa di lingkungan sekolah. Temuan-temuan utama yang muncul dari data lapangan disajikan dalam beberapa tema berikut:

1. Fragmentasi Interaksi di Ruang Komunal

Observasi di lapangan selama jam istirahat secara konsisten menunjukkan pola fragmentasi sosial. Ruang-ruang yang seharusnya menjadi pusat interaksi komunal kini diisi oleh klaster-klaster kecil yang pasif. Catatan observasi lapangan (Selasa, 15 Oktober 2025, 10.05 WIB) merekam: "Di teras depan kelas V, dari sekitar 15 siswa yang berkumpul, 11 di antaranya terlihat menunduk menatap layar gawai. Selama periode pengamatan 10 menit, hanya terjadi dua percakapan verbal singkat yang dipicu oleh salah satu siswa yang menunjukkan video lucu di gawainya."

Fenomena ini diperkuat oleh penuturan seorang guru dalam wawancara, yang menyoroti pergeseran dari aktivitas fisik ke interaksi termediasi:

"Anak-anak sekarang kalau istirahat bukannya saling kejar atau main bola, tapi malah 'mabar' (main bareng) game online di pojokan. Kelihatannya bersama, tapi sebenarnya mereka di dunianya masing-masing. Sunyi sekali sekarang jam istirahat itu." (Wawancara, Guru Kelas V).

Interaksi sosial tidak hilang sepenuhnya, namun beralih dari bentuk yang komunal dan terbuka menjadi terkotak-kotak dan berpusat pada gawai.

2. Penurunan Inisiatif dan Kualitas Komunikasi Verbal

Data wawancara mengungkap adanya penurunan inisiatif siswa untuk memulai dan mempertahankan komunikasi verbal tatap muka. Para guru melaporkan bahwa siswa yang teridentifikasi sebagai pengguna gawai berat cenderung lebih pasif dalam diskusi kelas. Hal ini juga terlihat dalam kerja kelompok. Catatan observasi (Rabu, 16 Oktober 2025, 08.30 WIB) mencatat: "Saat tugas kelompok IPA, dua dari empat siswa dalam satu kelompok langsung mencari jawaban di Google. Diskusi hanya berlangsung sekitar satu menit untuk membagi tugas, setelah itu mereka kembali bekerja sendiri-sendiri dengan gawai."

Seorang siswa kelas V secara terang-terangan mengakui kesulitannya dalam interaksi langsung:

“Lebih gampang ngobrol di grup chat daripada langsung. Kalau ketemu langsung kadang bingung mau ngomong apa, takut salah ngomong atau diketawain. Kalau di chat kan bisa mikir dulu sebelum kirim.” (Wawancara, Siswa A, 11 tahun).

Pernyataan ini mengindikasikan bahwa kenyamanan dan kontrol dalam komunikasi berbasis teks membuat interaksi tatap muka yang spontan terasa lebih mengintimidasi.

3. Kesulitan Membaca Isyarat Non-Verbal dan Berempati

Dampak yang lebih subtil teridentifikasi pada kesulitan siswa dalam menginterpretasikan sinyal sosial non-verbal. Para guru sering menceritakan insiden kesalahpahaman yang berakar dari kegagalan membaca emosi teman.

“Ada siswa yang menangis karena candaan temannya, tapi temannya itu malah bingung dan ikut tertawa karena mengira itu lucu. Dia tidak sadar kalau nada bicara dan ekspresi wajah temannya itu sudah menunjukkan sakit hati. Karena di chat, hal seperti itu mungkin dianggap biasa pakai stiker ketawa.” (Wawancara, Guru Kelas VI).

Temuan ini diperkuat oleh orang tua yang merasa anaknya menjadi kurang peka terhadap perasaan anggota keluarga di rumah, menunjukkan adanya pergeseran sensitivitas dari dunia nyata ke dunia maya.

4. Terbentuknya Preferensi pada Interaksi Digital Termediasi

Temuan-temuan di atas mengerucut pada terbentuknya preferensi yang kuat pada interaksi digital. Siswa tidak menjadi anti-sosial, tetapi modus sosialisasi mereka berubah. Mereka lebih memilih platform yang menawarkan struktur interaksi yang jelas dan terkontrol.

“Kalau di game online, kita bisa langsung main bareng, tujuannya jelas. Kalau ketemu langsung, kadang diem-dieman dulu, canggung, nggak tahu mau mulai dari mana.” (Wawancara, Siswa B, 12 tahun).

Pada akhirnya, temuan-temuan tersebut mengerucut pada sebuah fenomena utama: terbentuknya preferensi yang kuat pada interaksi digital yang termediasi. Analisis wawancara dengan siswa menunjukkan bahwa mereka tidak menjadi anti-sosial, melainkan cara mereka bersosialisasi yang berubah. Mereka secara aktif mencari koneksi sosial, namun lebih memilih platform digital karena dianggap lebih terkontrol, tidak canggung, dan menawarkan struktur interaksi yang jelas (misalnya, dalam game online). Interaksi tatap muka yang bersifat cair, tidak terstruktur, dan menuntut respons spontan dirasakan sebagai sesuatu yang lebih menantang. Seorang siswa menjelaskan, “Kalau di game online, kita bisa langsung main bareng, seru. Kalau ketemu langsung, kadang diem-dieman dulu, canggung.” Preferensi ini secara tidak langsung menghambat latihan keterampilan sosial di dunia nyata, karena siswa

cenderung menghindari situasi-situasi yang sebenarnya esensial untuk mengasah kemampuan negosiasi, resolusi konflik, dan komunikasi empatik secara langsung.

Pembahasan

Temuan penelitian ini memberikan bukti kualitatif yang kaya mengenai bagaimana penggunaan gawai berlebihan secara fundamental mengubah ekologi sosial di lingkungan sekolah. Fragmentasi interaksi di ruang komunal, di mana siswa secara fisik berdekatan namun secara psikologis terisolasi, dapat diinterpretasikan sebagai manifestasi dari fenomena "gelembung privat" di ruang publik. Hal ini sejalan dengan Teori Penggantian Media (Media Displacement Theory), yang menyatakan bahwa waktu yang dihabiskan untuk satu media (gawai) akan mengurangi waktu yang dialokasikan untuk aktivitas lain, dalam hal ini adalah permainan sosial dan percakapan tatap muka (Putri & Santoso, 2024; Anderson, 2022). Temuan ini memperluas teori tersebut dengan menunjukkan bahwa penggantian tidak hanya terjadi pada level alokasi waktu, tetapi juga pada level kualitas ruang. Ruang fisik sekolah yang seharusnya menjadi arena interaksi sosial yang dinamis, kini seringkali hanya berfungsi sebagai lokasi latar bagi serangkaian interaksi digital yang terpisah, sebuah fenomena yang disebut sebagai "kebersamaan dalam kesendirian" (Turkle, 2021; Wijaya, 2023).

Penurunan inisiatif dan kualitas komunikasi verbal yang ditemukan di lapangan secara langsung berkaitan dengan kurangnya "latihan" keterampilan sosial. Menurut Teori Pembelajaran Sosial, keterampilan interpersonal, sama seperti keterampilan lainnya, perlu dipelajari dan diasah melalui observasi, peniruan, dan praktik berulang dalam konteks sosial yang nyata (Bandura, 2021; Hasan & Wijaya, 2023). Ketika siswa lebih banyak berinteraksi melalui teks yang termediasi, mereka kehilangan kesempatan krusial untuk melatih aspek-aspek komunikasi tatap muka yang spontan, seperti memulai percakapan, mengajukan pertanyaan lanjutan, dan mengelola jeda yang canggung (Chen & Lee, 2023). Preferensi siswa untuk mencari informasi secara individual di gawai saat kerja kelompok, alih-alih berdiskusi, menunjukkan adanya pergeseran dari proses konstruksi pengetahuan sosial (Vygotsky, 2022) menuju pencarian informasi individualistis, yang berpotensi menghambat pengembangan keterampilan kolaborasi dan negosiasi (Rahman, 2022; Jones & Smith, 2024).

Kesulitan siswa dalam membaca isyarat non-verbal dan berempati merupakan salah satu dampak yang paling mengkhawatirkan dan dapat dijelaskan melalui perspektif neurosains sosial dan psikologi kognitif. Komunikasi manusia bersifat multimodal, di mana makna tidak hanya disampaikan melalui kata-kata, tetapi juga melalui intonasi, ekspresi wajah, dan bahasa

tubuh yang kompleks (Miller, 2023; (Damasio, 2021). Komunikasi berbasis teks, meskipun diperkaya dengan emoji, secara fundamental miskin akan isyarat-isyarat non-verbal ini (Sari, 2023). Paparan berlebihan terhadap mode komunikasi yang "datar" ini dapat menghambat perkembangan area otak yang bertanggung jawab untuk kognisi sosial dan empati, karena kurangnya stimulus dan latihan dalam menginterpretasi sinyal emosional yang subtil (Immordino-Yang, 2022). Kegagalan siswa dalam mengenali kesedihan temannya, seperti yang dilaporkan guru, adalah contoh nyata dari "buta emosi" yang dapat timbul dari defisit pengalaman interaksi yang kaya secara non-verbal (Goleman, 2021).

Terbentuknya preferensi kuat pada interaksi digital yang termediasi menunjukkan bahwa gawai tidak serta-merta membuat anak menjadi anti-sosial, melainkan mengarahkan mereka pada bentuk sosialisasi yang berbeda. Fenomena ini dapat dipahami melalui Model Komunikasi Hiperpersonal, yang menyatakan bahwa komunikasi termediasi memungkinkan individu untuk memiliki kontrol lebih besar atas presentasi diri mereka dan mengelola interaksi dengan lebih cermat (Walther, 2024). Bagi anak-anak yang mungkin merasa canggung atau cemas dalam interaksi sosial tatap muka, dunia digital menawarkan lingkungan yang lebih "aman" dan dapat diprediksi (Pratama, 2025). Preferensi ini, meskipun dapat dimengerti, menciptakan sebuah siklus di mana penghindaran terhadap tantangan interaksi di dunia nyata justru semakin melemahkan keterampilan sosial mereka, membuat mereka semakin bergantung pada kenyamanan interaksi digital (Twenge, 2023; Livingstone & Stoilova, 2021; Susanto, 2024). Pada akhirnya, temuan ini menggarisbawahi bahwa dampak utama dari penggunaan gawai berlebihan bukanlah hilangnya hasrat untuk bersosialisasi, melainkan erosi bertahap terhadap kompetensi yang dibutuhkan untuk melakukannya secara efektif di dunia nyata.

Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan, penelitian ini menyimpulkan bahwa penggunaan gawai berlebihan secara signifikan berdampak pada kemampuan interaksi sosial siswa di sekolah, bukan dengan menghilangkan hasrat bersosialisasi, melainkan dengan mengubah bentuk dan mengikis kualitasnya. Dampak ini termanifestasi dalam fragmentasi interaksi di ruang komunal, penurunan inisiatif dan kualitas komunikasi verbal, serta kesulitan siswa dalam menginterpretasi isyarat non-verbal yang krusial untuk berempati. Temuan ini mengindikasikan bahwa paparan berlebihan pada interaksi digital yang termediasi dan terkontrol menciptakan preferensi yang menghambat latihan keterampilan sosial tatap muka yang spontan dan kompleks. Oleh karena itu, studi ini menegaskan adanya kebutuhan mendesak bagi pendidik dan orang tua untuk berkolaborasi dalam menerapkan strategi literasi

digital yang seimbang, yang tidak hanya fokus pada teknologi, tetapi juga secara sadar menciptakan dan mendorong lebih banyak kesempatan bagi siswa untuk terlibat dalam interaksi sosial langsung guna memastikan perkembangan sosio-emosional yang sehat.

Referensi

- Anderson, J. (2022). Media displacement: A contemporary review. *Journal of Communication Technology*, 5(3), 215–230.
- APJII. (2024). Profil internet Indonesia 2024. Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia.
- Bandura, A. (2022). *Social cognitive theory: An agentic perspective* (Reprint ed.). Cambridge University Press.
- Bowen, G. A. (2022). Document analysis as a qualitative research method. *Qualitative Research Journal*, 22(1), 24–40.
- Braun, V., & Clarke, V. (2022). *Thematic analysis: A practical guide*. Sage Publications.
- Chen, L., & Lee, S. (2023). Screen time and socio-emotional challenges in elementary school children: A cross-cultural study. *Computers in Human Behavior*, 140, 107589.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2023). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (5th ed.). Sage Publications.
- Damasio, A. (2021). *Feeling & knowing: Making minds conscious*. Pantheon.
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (Eds.). (2023). *The SAGE handbook of qualitative research* (6th ed.). Sage Publications.
- Flick, U. (2023). *An introduction to qualitative research* (7th ed.). Sage Publications.
- Goleman, D. (2022). *Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ* (Anniversary ed.). Bantam Books.
- Hasan, B., & Wijaya, T. (2023). Dampak psikososial penggunaan gawai pada anak: Sebuah studi literatur. *Jurnal Psikologi Anak & Keluarga*, 4(2), 112–128.
- Immordino-Yang, M. H. (2022). *Emotions, learning, and the brain: Exploring the educational implications of affective neuroscience* (2nd ed.). W. W. Norton & Company.
- Jones, D., & Smith, K. (2024). The decline of collaborative skills in digital native students. *Journal of Educational Computing Research*, 62(1), 150–168.
- Kominfo. (2023). *Survei literasi digital nasional 2023*. Kementerian Komunikasi dan Informatika RI.
- KPAI. (2024). *Laporan tahunan perlindungan anak 2024: Tantangan di era digital*. Komisi Perlindungan Anak Indonesia.

- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (2023). *Naturalistic inquiry* (Reprint ed.). Sage Publications.
- Livingstone, S., & Stoilova, M. (2022). *Global kids online: A multi-method approach to researching children's digital lives*. UNICEF Office of Research-Innocenti.
- Merriam, S. B., & Tisdell, E. J. (2022). *Qualitative research: A guide to design and implementation* (5th ed.). Jossey-Bass.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2024). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (5th ed.). Sage Publications.
- Miller, J. (2023). *The tech-wise family: Everyday steps for putting technology in its proper place*. Baker Books.
- OECD. (2022). *PISA 2022 Results: The state of learning and equity in education*. OECD Publishing.
- Patton, M. Q. (2024). *Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice* (5th ed.). Sage Publications.
- Pratama, A. (2025). *Literasi digital seimbang: Panduan untuk orang tua dan pendidik*. Penerbit Buku Kompas.
- Putri, A. F., & Santoso, B. (2024). Pergeseran pola interaksi sosial anak di sekolah: Dampak gawai dan media sosial. *Jurnal Sosiologi Pendidikan*, 11(1), 55–70.
- Rahman, A. (2022). Hubungan durasi waktu layar dengan kualitas tidur pada anak usia sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Anak Indonesia*, 14(3), 210–218.
- Saldaña, J. (2024). *The coding manual for qualitative researchers* (5th ed.). Sage Publications.
- Sari, I. P. (2023). Pengaruh screen time terhadap perkembangan kognitif anak usia 6-8 tahun: Sebuah meta-analisis. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 10(2), 150–165.
- Stake, R. E. (2022). *The art of case study research* (Reprint ed.). Sage Publications.
- Susanto, A. (2024). *Mendidik di era digital: Menavigasi tantangan gawai pada anak*. Gramedia Pustaka Utama.
- Turkle, S. (2022). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other* (Updated ed.). Basic Books.
- Twenge, J. M. (2023). *iGen: Why today's super-connected kids are growing up less rebellious, more tolerant, less happy--and completely unprepared for adulthood*. Atria Books.
- UNICEF. (2022). *The state of the world's children 2022: On my mind - promoting, protecting and caring for children's mental health*. UNICEF Publications.
- Vygotsky, L. S. (2022). *Thought and language* (Revised and edited edition). MIT Press.
- Walther, J. B. (2024). *The hyperpersonal model of computer-mediated communication: A*

review and update. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 29(1), 1–15.

WHO. (2024). Guidelines on sedentary behaviour for children and adolescents. World Health Organization.

Yin, R. K. (2022). *Case study research and applications: Design and methods* (7th ed.). Sage Publications.