

# Hubungan Durasi Penggunaan *Gadget* Dengan Mental Emosional Anak Usia Prasekolah

Violita Siska Mutiara<sup>1</sup>, Yulita Elvira Silviani<sup>2</sup>, Ida Rahmawati<sup>3</sup>, Nur Okto Ferianty<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kebidanan, STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu,  
email : violitasiskamutiara@gmail.com

<sup>2</sup>Program Studi Kebidanan, STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu,  
email vivielvira92@gmail.com

<sup>3</sup>Program Studi Keperawatan, STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu,  
email : idarahmawati1608@gmail.com

<sup>4</sup>Program Studi Kebidanan, STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu,  
email : nuroktoferianty88@gmail.com

---

## Article Info

Article History

Submitted, 11-12-2020

Accepted, 14-12-2020

Published, 17-12-2020

Keywords: *Gadget, mental emosional anak, pra-sekolah*

---

## Abstract

*Excessive use of gadgets in children will have a negative impact because it can reduce concentration and increase children's dependence. This study aims to study the relationship between the duration of the use of gadgets and the emotional mentality of preschool children in TK "X", Bengkulu City. This research is a quantitative study with an analytical survey design using a cross sectional research design. The population in this study were all parents or guardians of students who have preschool children in classes B1, B 2, B 3 as many as 54 children. Sampling in this study using the total sampling technique. Collecting data in this study using primary data from distributing questionnaires directly with parents or guardians of students. The data analysis technique use Chi-Square ( $\chi^2$ ) statistical test. To know the closeness of the relationship was used statistical test Contingency Coefficient (C). The results obtained: Of the 54 there are 32 mothers have children with normal emotional mentality; 33 mothers have children using gadgets with abnormal duration (> 2 hour / day); There is a significant relationship between the duration of gadget usage and the emotional mental state of preschoolers at TK X Kota Bengkulu in the moderate relationship category. It is hoped that the school will be able to coordinate with the parents of students to increase the understanding of parents about the effect of using gadgets for child development.*

## Abstrak

Penggunaan *gadget* yang berlebihan pada anak akan berdampak negatif karena dapat menurunkan daya konsentrasi dan meningkatkan ketergantungan anak. Penelitian ini bertujuan untuk mempelajari hubungan durasi penggunaan *gadget* dengan mental emosional anak usia prasekolah di TK "X" Kota Bengkulu. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *Survey Analitik* yang menggunakan rancangan penelitian *Cross*

---

*Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Orang Tua atau Wali Murid yang mempunyai anak usia prasekolah di kelas B1, B 2, B 3 sebanyak 54 orang anak. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Total Sampling*. Pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan data primer dari penyebaran kuesioner langsung dengan orang tua atau wali murid. Teknik analisis data menggunakan uji statistik *Chi-Square* ( $\chi^2$ ). Untuk mengetahui keeratan hubungan digunakan *Contingency Coefficient* (C). Hasil penelitian didapatkan: Dari 54 terdapat 32 (59,3%) ibu memiliki anak dengan mental emosional normal; 33 (61,1%) ibu memiliki anak menggunakan *gadget* dengan durasi tidak normal (> 2 jam/hari); Ada hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan *gadget* dengan mental emosional anak usia prasekolah di TK "X" Kota Bengkulu kategori hubungan sedang. Diharapkan kepada pihak sekolah untuk dapat melakukan koordinasi dengan orang tua murid untuk meningkatkan pemahaman Orang Tua tentang pengaruh penggunaan *gadget* bagi perkembangan anak.

---

## PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) tahun 2017 melaporkan bahwa di seluruh dunia, 10-20% anak-anak dan remaja mengalami kondisi kesehatan mental, seperti epilepsi masa kanak-kanak, cacat perkembangan, depresi, kecemasan, dan gangguan perilaku. Sebanyak 5-25% dari anak-anak usia prasekolah menderita gangguan perkembangan. Berbagai masalah perkembangan anak, seperti keterlambatan motorik, bahasa, emosional dan perilaku sosial dalam beberapa tahun terakhir ini semakin meningkat. Secara global dilaporkan anak yang mengalami gangguan berupa kecemasan sekitar 9% , mudah emosi 11-15%, gangguan perilaku 9-15% (WHO, 2017).

Data nasional di negara Indonesia mengenai perkembangan/gangguan perkembangan pada balita belum memiliki angka prevalensi yang cukup jelas. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyebutkan bahwa sekitar 0,4 juta (16%) anak diperkirakan balita Indonesia mengalami gangguan perkembangan, baik perkembangan motorik halus dan kasar, pendengaran,

sosial dan emosional, dan keterlambatan bicara. Namun, data angka kejadian keterlambatan perkembangan umum belum diketahui dengan pasti, tetapi dapat diperkirakan sekitar 1% hingga 3% anak di bawah usia 5 tahun mengalami gangguan perkembangan umum (IDAI, 2016).

Perkembangan anak pada tahun-tahun pertama sangat penting dan akan menentukan kualitas dimasa depan. Dimasa pra sekolah terdapat berbagai tugas perkembangan yang harus dikuasai anak sebelum dia mencapai tahap perkembangan selanjutnya, adanya hambatan dalam mencapai tugas perkembangan tersebut akan menghambat perkembangan selanjutnya (Setiadi, 2012). Apabila seorang anak mengalami gangguan pada emosionalnya dikhawatirkan anak akan mengalami kesulitan dalam penyesuaian dirinya, terutama dengan tuntutan-tuntutan kelompok, kemandirian anak dalam berfikir dan berperilaku, serta yang terpenting adalah gangguan dalam pembentukan konsep diri dari seorang anak. Dampak tersebut akan semakin bertambah apabila dari segi faktor penentunya tidak segera diatasi (IDAI,

2016).

Salah satu faktor atau stimulus yang dapat mempengaruhi emosional anak yaitu kebiasaan anak dalam bermain *gadget*. Pengenalan anak terhadap *gadget* biasanya berawal dari cara pengalihan yang salah satu orang tua atau pun keluarga dengan cara memperlihatkan *game* atau video yang ada di *gadget* dengan harapan agar anak tidak rewel atau tidak menangis. Berawal dari pengalihan yang salah tersebut, secara tidak langsung telah mengenalkan anak dengan *gadget* yang nantinya dapat memicu rasa keingintahuan anak yang lebih terhadap *gadget* (Novitasari and Khotimah, 2016).

Penggunaan *gadget* yang berlebihan pada anak akan berdampak negatif karena dapat menurunkan daya konsentrasi dan meningkatkan ketergantungan anak untuk dapat mengerjakan berbagai hal yang semestinya dapat mereka lakukan sendiri. Dampak lainnya adalah semakin terbukanya akses internet dalam *gadget* yang menampilkan segala hal yang semestinya belum waktunya dilihat oleh anak-anak. Banyak anak yang mulai kecanduan *gadget* dan lupa bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya yang berdampak psikologis terutama emosional dan krisis percaya diri, juga pada perkembangan fisik anak (Chusna, 2017).

Orang tua harus mempertimbangkan berapa banyak waktu yang diperbolehkan untuk anak usia prasekolah dalam bermain *gadget*, karena total lama penggunaan *gadget* dapat mempengaruhi perkembangan anak (Hurlock, 2015). Penggunaan *gadget* yang terlalu lama dapat berdampak pada interaksi sosial anak terhadap lingkungan maupun keluarga yang membuat perilaku anak menjadi pasif dan ketergantungan dengan *gadget*, tidak jarang dilingkungan masyarakat ditemukan orang tua yang sengaja memberikan *gadget* pada anaknya untuk membuat anak diam, juga keluhan orang tua yang mengatakan anaknya menjadi

ketergantungan dengan *gadget* yang penggunaannya tidak mengenal waktu, dan anak menjadi tantrum apabila tidak diberikan (Istiqomah and Lisiswanti, 2017).

Beberapa fenomena *gadget* baik didalam maupun diluar negeri juga menjadi isue hangat yang diperbincangkan. Beberapa kasus tentang kecanduan *gadget* pada anak usia dini salah satunya adalah yang terjadi di Inggris terdapat seorang anak perempuan berusia 4 tahun yang harus menjalani perawatan dari psikiater karena kecanduan Ipad. Fakta tersebut merupakan fakta yang sangat mencengangkan dimana anak yang masih sangat belia yaitu 4 tahun sudah kecanduan media elektronik yaitu Ipad yang merupakan salah satu jenis *gadget*. Tidak hanya itu berdasarkan berita tersebut juga diketahui 50% orang tua di Inggris mengizinkan anaknya menggunakan *gadget* hingga 4 jam perhari (Chandra, 2013). Menurut penelitian Mulyantari *et al.* (2019) yang meneliti tentang hubungan kebiasaan penggunaan *gadget* dengan status mental emosional pada anak usia prasekolah. Dengan hasil menunjukkan hubungan yang signifikan antara kebiasaan penggunaan *gadget* berdasar atas durasi penggunaan dengan status mental emosional pada anak usia prasekolah. Kebiasaan penggunaan *gadget* yang tidak sesuai dengan rekomendasi American Academy of Pediatrics (AAP) pada anak dapat memberikan dampak negatif pada status mental emosional anak, namun penggunaan *gadget* yang sesuai rekomendasi AAP dapat meningkatkan perkembangan kognisi, bahasa, dan kemampuan sosial anak (Shenoda *et al.*, 2018).

## **METODE**

Penelitian dilaksanakan di TK "X" Kota Bengkulu pada tanggal 10 Desember-31 Desember 2019. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *Survey Analitik* yang menggunakan rancangan penelitian *Cross Sectional*. Populasi dalam

penelitian ini adalah seluruh orang tua atau wali murid yang mempunyai anak usia prasekolah di kelas B1, B 2, B 3 sebanyak 54 orang anak. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *Total Sampling* sebanyak 54 orang anak. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu menggunakan data primer yaitu didapatkan dari penyebaran kuesioner langsung dengan orang tua atau wali murid. Analisis menggunakan analisis univariat dan

analisis bivariate. Analisis bivariate menggunakan uji *Chi-Square* ( $\chi^2$ ). Untuk mengetahui keeratan hubungan digunakan uji statistic *Contingency Coefficient* (C).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

Analisis ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran tentang gambaran variabel independent dan variabel dependent :

Tabel 1

Gambaran Mental Emosional Anak Usia Prasekolah di TK "X" Kota Bengkulu			
No	Mental Emosional	Frekuensi	Presentasi (%)
1	Menyimpang	22	40,7
2	Normal	32	59,3
Total		54	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa dari 54 responden didapatkan 22 orang (40,7%) memiliki anak dengan mental emosional menyimpang dan 32 orang (59,3%) memiliki anak dengan mental emosional normal.

Berdasarkan hasil penelitian, tampak bahwa dari 54 responden didapatkan 22 orang (40,7%) memiliki

anak dengan mental emosional menyimpang. Hasil ini dibuktikan dari hasil penyebaran kuesioner didapatkan bahwa 22 orang anak dengan perilaku menyimpang yang paling sering dilakukan adalah anak tampak menghindari dari teman atau anggota keluarganya dan memilih bermain HP/ Tab/ Laptop.

Tabel 2

Gambaran Gambaran Durasi Penggunaan Gadget pada Anak Pra Sekolah di TK "X" Kota Bengkulu			
No	Durasi Penggunaan Gadget	Frekuensi	Presentasi (%)
1	Tidak Normal	33	61,1
2	Normal	21	38,9
Total		54	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa dari 54 orang didapatkan 33 orang (61,1%) memiliki anak menggunakan gadget dengan durasi tidak normal dan 21 orang (38,9%) memiliki anak menggunakan gadget dengan durasi normal.

Berdasarkan hasil penelitian, tampak bahwa dari 54 responden didapatkan 33 orang memiliki anak

menggunakan gadget dengan durasi tidak normal yaitu > 2 jam dan 21 orang memiliki anak menggunakan gadget dengan durasi normal yaitu  $\leq 2$  jam. Hasil ini menunjukkan bahwa seluruh anak di TK "X" telah mengenal gadget dan menggunakan gadget. Hasil penelitian ini sejalan penelitian lain yang dilakukan oleh Delima, Arianti and Pramudyawardani (2015) diperoleh

hampir semua orang tua (94%) menyatakan bahwa anak mereka biasa menggunakan perangkat teknologi untuk bermain game.

### Analisis Bivariat

Analisis yang digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen.

Tabel 3  
Hubungan Durasi Penggunaan *Gadget* Dengan Mental Emosional Anak Usia Prasekolah di TK “X” Kota Bengkulu

Durasi Penggunaan <i>Gadget</i>	Mental Emosional				Total		$\chi^2$	p	C
	Menyimpang		Normal		F	%			
	F	%	F	%					
Tidak Normal	18	54,5	15	45,5	33	100	5,309	0,021	0,332
Normal	4	19,0	17	81,0	21	100			
Total	22	40,7	32	59,3	54	100			

Berdasarkan Tabel diatas, tampak bahwa dari 33 orang anak menggunakan *gadget* dengan durasi tidak normal terdapat 18 orang dengan mental emosional menyimpang dan 15 orang dengan mental emosional normal. Hasil ini menunjukkan bahwa walaupun anak dengan penggunaan *gadget* dengan durasi > 2 jam setiap hari. Hasil penelitian dengan melakukan wawancara saat penyebaran kuesioner menunjukkan bahwa terdapat 7 orang tua yang selalu mengawasi ketika anaknya bermain *gadget*, sehingga selalu mengontrol tontonan anak anak agar selalu sesuai dengan perkembangan pada tahap usianya. Selain itu juga terdapat 8 orang tua mengatakan selalu menemani anak saat bermain *gadget* sehingga kedekatan anak dan orang tua tetap terjaga dan tetap terjadi komunikasi dua arah anak dan orang tua.

Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* yang berlebihan pada anak akan berdampak negatif karena dapat menurunkan daya konsentrasi dan meningkatkan ketergantungan anak untuk dapat mengerjakan berbagai hal yang semestinya dapat mereka lakukan sendiri. Hasil penelitian menunjukkan berbagai alasan orang tua memberikan *gadget* pada anaknya sehingga digunakan olah anak secara berlebihan, berdasarkan wawancara saat penebaran

kuesioner didapatkan yaitu 7 orang mengatakan sibuk bekerja sehingga tidak dapat mengontrol kegiatan anak, 5 orang mengatakan anak rewel jika tidak diberikan *gadget*, 1 orang mengatakan interaksi anak lebih banyak dengan nenek yang selalu menuruti keinginan anak dan 5 orang sudah terbiasa mengikuti keinginan anak.

Dari 21 orang anak menggunakan *gadget* dengan durasi normal terdapat 4 orang dengan mental emosional menyimpang dan 17 orang dengan mental emosional normal. Hasil ini menunjukkan bahwa durasi penggunaan *gadget* bukanlah faktor utama yang mempengaruhi mental emosional anak. Penelitian ini menunjukkan bahwa pola asuh memiliki peranan yang paling penting dalam pembentukan mental dan emosional anak. Hasil wawancara saat penyebaran kuesioner menunjukkan bahwa dari 4 orang anak dengan mental emosional menyimpang. 3 orang tua mengatakan terbiasa mengikuti keinan anak asalkan anak tidak rewel dan 1 orang mengatakan anak lebih banyak berinteraksi dengan neneknya saat dirumah karena orang tua sibuk bekerja sehingga seluruh keinginan anak selalu diikuti oleh neneknya. Hasil ini dibuktikan bahwa pada pertanyaan no 3 yang menggambarkan perilaku tantrum anak yaitu anak terlihat berperilaku

merusak atau menentang terhadap lingkungan sekitarnya jika HP/ Tab/ Laptop diminta dengan 72,2% menjawab kadang-kadang dan 11,1% menjawab sering.

Hasil uji statistik *Continuity Correction* didapat nilai  $\chi^2 = 5,309$  dengan  $p=0,021 < 0,05$  berarti signifikan maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Jadi terdapat hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan *gadget* dengan mental emosional anak usia prasekolah di TK “X” Kota Bengkulu. Hasil uji *Contingency Coefficient* didapat nilai  $C=0,332$  dengan  $p=0,010 < \alpha (0,05)$  berarti signifikan. Nilai  $C=0,332$  tersebut dibandingkan dengan nilai  $C_{max}$ . Jadi nilai  $\frac{C}{C_{max}} = \frac{0,332}{0,707} = 0,46$ , karena nilai ini terletak dalam interval 0,40-0,60 maka kategori hubungan sedang.

Hasil uji statistik *Pearson Chi-Square* didapat ada hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan *gadget* dengan mental emosional anak usia prasekolah di TK “X” Kota Bengkulu. Menurut Hurlock (2015) pada usia prasekolah terjadi perkembangan aktivitas jasmani dan peningkatan keterampilan juga proses berpikir. Cara belajar pada masa ini adalah dengan bermain, biasanya anak sudah ingin mulai bermain di luar rumahnya. Penggunaan *gadget* dengan durasi yang lama dapat membatasi aktivitas fisik anak untuk bermain sehingga anak itu kurang mendapat stimulus untuk dapat mengembangkan kemampuan motoric dan sosial. Namun, di lain pihak penggunaan *gadget* untuk menonton program atau permainan yang direkomendasikan oleh *American Academy of Pediatrics* (AAP) juga dapat meningkatkan kognisi, bahasa, dan sosial anak.

Pada penelitian ini menunjukkan sebagian besar anak menggunakan *gadget* lebih dari 2 jam dalam satu hari. Hal ini tidak sesuai dengan rekomendasi *American Academy of Pediatrics* (2016), rekomendasi AAP untuk penggunaan *gadget* pada anak di antaranya hindari penggunaan *gadget* pada anak usia di bawah 18 bulan dan untuk anak usia 18–

24 bulan jika ingin dikenalkan *gadget* disarankan untuk memilih program dengan kualitas tinggi. Anak usia 2–5 tahun dibatasi penggunaan *gadget*nya tidak lebih dari dua jam dalam satu hari. Anak usia lebih dari 6 tahun tetap dibatasi waktu penggunaan *gadget*, namun tidak mengganggu waktu tidur, aktivitas fisik, dan kebiasaan lain yang penting untuk kesehatan membuat waktu bersama bebas dari *gadget* (IDAI, 2017).

Beberapa hal yang direkomendasikan IDAI untuk dilaksanakan oleh orang tua yaitu membatasi screen time anak, mengawasi komputer dan gadget yang digunakan anak, menelusuri aktivitas anak di dunia maya, mendiskusikan keamanan internet dan perilaku di dunia maya, serta menambah pengetahuan orang tua tentang perkembangan gadget dan internet (IDAI, 2014).

Berdasarkan teori dan hasil penelitian diatas, menurut peneliti penggunaan *gadget* pada anak prasekolah dalam penelitian ini dengan teori dan penelitian lain saling mendukung, sehingga peneliti mengambil kesimpulan bahwa anak prasekolah sudah menggunakan *gadget*. Hal ini terjadi karena perkembangan teknologi yang semakin pesat sehingga berpengaruh pada beberapa aspek kehidupan salah satunya pola dan cara pengasuhan anak yang dilakukan orang tua.

## SIMPULAN DAN SARAN

Dari 54 terdapat 32 (59,3%) ibu memiliki anak dengan mental emosional normal; 33 (61,1%) ibu memiliki anak menggunakan *gadget* dengan durasi tidak normal ( $> 2$  jam/hari); Ada hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan *gadget* dengan mental emosional anak usia prasekolah di TK “X” Kota Bengkulu kategori hubungan sedang. Diharapkan kepada pihak sekolah untuk dapat melakukan koordinasi dengan orang tua murid untuk meningkatkan pemahaman Orang Tua tentang pengaruh penggunaan *gadget* bagi perkembangan anak.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih penulis ucapkan kepada semua pihak yang telah banyak membantu dalam proses penyelesaian manuskrip ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Chandra, A. (2013) *Balita Ini Sakit akibat Kecanduan Ipad, Kompas*.
- Chusna, P. A. (2017) 'Pengaruh media gadget pada perkembangan karakter anak', *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Sosial Keagamaan*, 17(2), pp. 316–330.
- Delima, R., Arianti, N. K. and Pramudyawardani, B. (2015) 'Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dalam Penggunaan Gadget', *Jurnal Teknik Informatika dan Sistem Informasi*, 1(1).
- Hurlock, E. B. (2015) *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- IDAI. (2014) *Keamanan Menggunakan Internet bagi Anak*. Available at: <https://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/keamanan-menggunakan-internet-bagi-anak>
- IDAI. (2016) *Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Jakarta: Sagung Seto
- IDAI (2017) Update in child neurology: Everything you should know about motor and movement problems in children.
- Istiqomah, S. N. and Lisiswanti, R. (2017) 'Dampak Eksposur Layar Monitor Terhadap Gangguan Tidur Dan Tingkat Obesitas Pada Anak Anak The Effect of Screen Time Exposure in Sleep Disorder and Obesity Level on Children', *Majority*, 6(2), pp. 72–77.
- Mulyantari, A. I. *et al.* (2019) 'Hubungan Kebiasaan Penggunaan Gadget dengan Status Mental Emosional pada Anak Usia Prasekolah', *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 1(1), pp. 10–15. doi: 10.29313/jiks.v1i1.4213.
- Novitasari, W. and Khotimah, N. (2016) 'Dampak penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak usia 5-6 tahun', *Jurnal PAUD Teratai*, 05(03), pp. 182–186.
- Setiadi, I. (2012) *Psikologi Positif: Pendekatan Saintifik Menuju Kebahagiaan*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Shenoda, S. *et al.* (2018) 'The effects of armed conflict on children', *Pediatrics*, 142(6). doi: 10.1542/peds.2018-2585.
- WHO. (2017) Global Strategy for Women's, Children's and Adolescents Health 2016-2030. Available at: <http://www.who.int/life-course/publications/global-strategy-2016-2030/en/>