



**HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN GADGET DENGAN
PERKEMBANGAN EMOSIONAL PADA ANAK USIA PRASEKOLAH
DI RA TARBIYATUL ATHFAL 37 GENUKSARI SEMARANG**

Skripsi

Oleh:

Rondhyatun Ulfa

30902200194

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**

2025

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME


Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika kemudian hari ternyata saya melakukan tindakan plagiarisme, saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Univeritas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Semarang,

2026

Mengetahui,

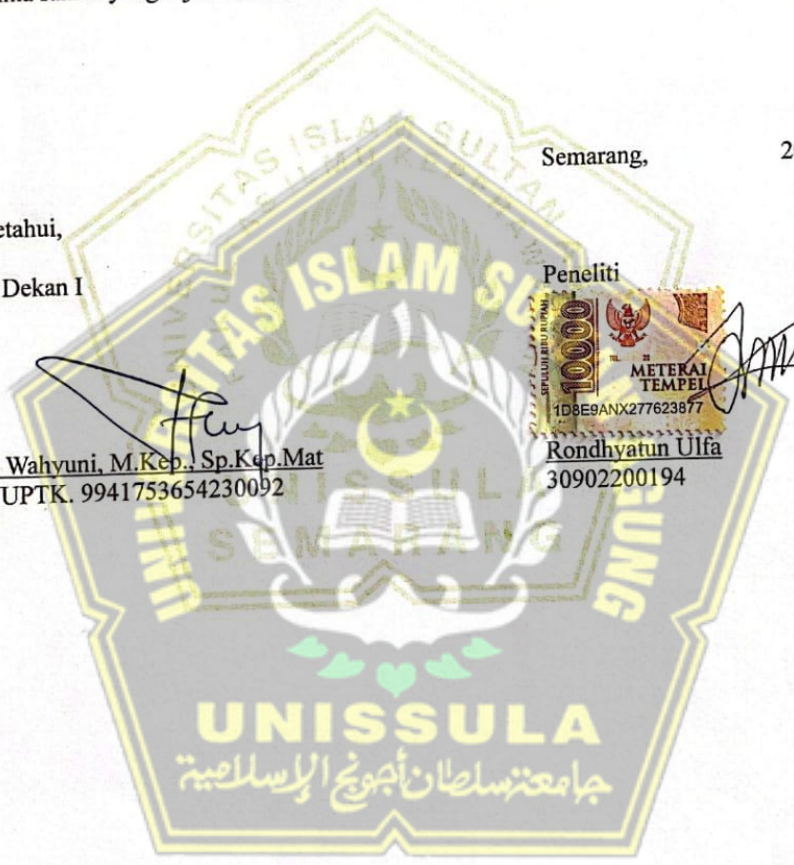
Wakil Dekan I


Dr. Sri Wahyuni, M.Kep., Sp.Kep.Mat
NUPTK. 9941753654230092

Peneliti



Rondhyatun Ulfa
30902200194



HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi berjudul:

**HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN GADGET DENGAN
PERKEMBANGAN EMOSIONAL PADA ANAK USIA PRASEKOLAH DI
RA TARBIYATUL ATHFAL 37 GENUKSARI SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama: Rondhyatun Ulfa

NIM: 30902200194

Telah disahkan dan disetujui oleh pembimbing pada:

Tanggal:

Pembimbing I

Ns. Herry Susanto, MAN, PhD

NUPTK: 1945763664130252

UNISSOLA
جامعة سلطان أبجوج الإسلامية

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul:

**HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN GADGET DENGAN PERKEMBANGAN
EMOSIONAL PADA ANAK USIA PRASEKOLAH DI RA TARBIYATUL ATHFAL 37
GENUKSARI SEMARANG**

Disusun oleh:

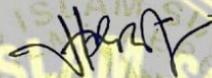
Nama: Rondhyatn Ulfa

NIM: 30902200194

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal
memenuhi syarat untuk diterima

dan dinyatakan telah

Penguji I



Ns. Indra Tri Astuti, M.Kep, Sp.Kep.An
NUPTK: 2250756657230163

Penguji II



Ns. Herry Susanto, MAN, Ph.D
NUPTK : 1945763664130252

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan



Dr. Iwan Ardian, S. KM., M. Kep.
NUPTK. 1154752653130093

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.


Segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpah Rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Lama Penggunaan Gadget Dengan Perkembangan Emosional Pada Anak Usia Prasekolah Di RA Tarbiyatul Athfal 37 Genuksari Semarang “dengan baik. Sholawat serta salam senantiasa dilimpahkan kepada junjungan kita, Nabi Muhammad SAW. Dalam penyusunan penelitian ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulis telah banyak memperoleh bimbingan dan saran yang bermanfaat dari berbagai pihak, sehingga penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan sesuai dengan apa yang penulis rencanakan. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Gunarto, SH., M.H, selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang
2. Bapak Dr. Iwan Ardian, SKM., S.kep., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
3. Dr. Ns. Dwi Retno Sulistyarningsih, M.Kep., Sp.Kep.M.B selaku Kaprodi S1 Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
4. Bapak Ns. Herry Susanto, MAN,Ph.D selaku pembimbing yang telah dengan sabar meluangkan waktu dan tenaganya dalam memberikan bimbingan, ilmu dan saran yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini
5. Seluruh Dosen Pengajar dan Staf Akademik Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan serta bantuan kepada penulis selama menempuh studi

6. Untuk Bapak dan Ibu tercinta, terima kasih atas segala doa yang tak pernah putus, cinta yang tulus, kasih sayang yang hangat, serta semangat dan perhatian yang selalu kalian berikan. Kalian adalah alasan utama aku mampu berdiri hingga di titik ini. Tanpa kalian, perjalanan ini takkan pernah terasa seindah ini.
7. Kepada pemilik tanggal lahir 11 November 2001 (MNH), Terimakasih telah menjadi bagian dalam proses perjalanan penulis menyusun skripsi. Berkontribusi baik tenaga, waktu, menemani, mendukung, serta menghibur penulis dalam kesedihan, mendengarkan keluh kesah dan meyakinkan penulis untuk pantang menyerah hingga penyusunan skripsi ini.
8. Sahabat terbaikku, Dewi dan Nadia yang selalu hadir dengan pelukan hangat, tawa yang menyembuhkan, dan dukungan tanpa syarat di setiap fase kehidupan.
9. Teman – temanku tercinta seperjuangan Rini nur, Riska fauzia, Riska febrianti, yang telah menjadi keluarga dalam arti sesungguhnya. Terimakasih atas rumah yang kalian ciptakan lewat tawa, pelukan, dan semangat di setiap langkah perjuangan ini.
10. Penulis menyadari bahwa ulasan ini masih jauh dari sempurna saat ditulis, oleh karena itu kritik dan saran diharapkan guna mencapai hasil yang lebih baik. Semoga ulasan ini bermanfaat bagi penulis khususnya dan dapat menambah wawasan pembaca pada umumnya.

Semarang, 24 Februari 2026

Penulis



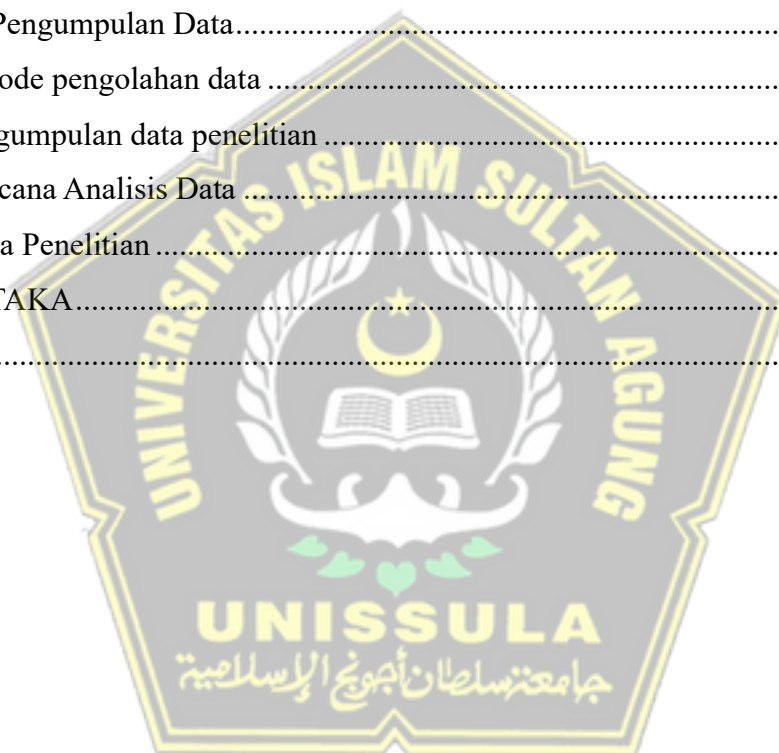
Rondhyatun Ulfa

Rondhyatun Ulfa

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian	3
1. Tujuan Umum.....	3
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
1. Bagi Orang Tua.....	4
2. Bagi Pendidik.....	4
3. Bagi Penelitian Selanjutnya.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Tinjauan Teori.....	6
1. Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah	6
2. Perkembangan Emosional Anak Prasekolah.....	7
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Emosional Anak.....	9
4. Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Emosional Anak.....	11
B. Kerangka Teori.....	12
C. Hipotesis	13
BAB III METODE PENELITIAN	14
A. Kerangka Konsep.....	14
B. Variabel Penelitian	14

C. Desain Penelitian	15
D. Populasi dan Sampel Penelitian	15
1. Populasi.....	15
2. Sampel.....	16
3. Teknik pengambilan data	17
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	18
F. Definisi Operasional	18
G. Instrumen / Alat Pengumpulan Data	19
1. Instrumen Label	19
2. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas.....	20
H. Metode Pengumpulan Data.....	21
1. Metode pengolahan data	21
2. Pengumpulan data penelitian	22
3. Rencana Analisis Data	24
4. Etika Penelitian	25
DAFTAR PUSTAKA.....	28
LAMPIRAN.....	52



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Definisi Operasional	18
Tabel 3.2. Blueprint Kuesioner Lama Penggunaan Gadget.....	19
Tabel 3.3. Blueprint Kuesioner Perkembangan Emosional	19



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori.....	13
Gambar 3.1. Kerangka Konsep.....	14



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Data Demografi Responden	53
Lampiran 2. Kuesioner Lama Penggunaan Gadget	54
Lampiran 3. Inform Consent.....	57
Lampiran 4. Surat Permohonan Izin Survey	59
Lampiran 5. Persetujuan Revisi Ujian Proposal / Hasil Skripsi	60
Lampiran 6. Lembar Bimbingan.....	62
Lampiran 7. Hasil Olah Data SPSS	62



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Teknologi dan globalisasi telah mengubah secara signifikan cara hidup dan bekerja saat ini, termasuk penggunaan gadget. Gadget adalah perangkat elektronik yang memiliki fungsi dan penerapan unsur-unsur inovasi, dari hari ke hari, dan juga membuat hidup seseorang menjadi lebih nyaman. Di era digital, penggunaan gadget sangat sulit dihindari, tuntutan perkembangan zaman mendorong orangtua mengenalkan teknologi sejak usia dini, anak-anak tentu sangat senang jika memperoleh gadget dari orang tua mereka. Namun, menggunakan gadget tanpa pembatasan dan pengawasan orangtua akan menyebabkan gangguan terhadap perkembangan emosional seorang anak (Situmorang et al., 2021).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa 5-25% dari anak-anak usia prasekolah menderita gangguan perkembangan. Berbagai masalah perkembangan anak, seperti keterlambatan motorik, bahasa, dan perilaku sosial dalam beberapa tahun terakhir ini semakin meningkat. Angka kejadian masalah perkembangan pada anak di Indonesia antara 13-18%. Sedangkan menurut Departemen kesehatan Republik Indonesia melaporkan bahwa 0,4 juta (16%) balita Indonesia mengalami gangguan perkembangan, baik perkembangan motorik halus dan kasar, pendengaran, sosial dan emosional, dan keterlambatan bicara (Samsinar et al., 2021).

Penelitian lokal di Provinsi Jawa Tengah juga menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Penelitian (Fatmasari & Lestari, 2022), lebih dari 60% anak prasekolah di wilayah Semarang menggunakan gadget lebih dari dua jam per hari tanpa pengawasan penuh dari orang tua.

Penggunaan gadget yang berlebihan pada anak prasekolah memiliki sejumlah faktor risiko terhadap perkembangan emosional. Anak yang terlalu lama terpapar layar cenderung mengalami keterbatasan dalam interaksi sosial langsung, yang penting untuk pembentukan empati, regulasi emosi, serta kemampuan berkomunikasi secara efektif. Penelitian (Hinkley et al, 2019) menyebutkan bahwa waktu layar yang berlebihan berkorelasi dengan peningkatan risiko gangguan emosi seperti tantrum, kecemasan, dan ketidakmampuan mengontrol impuls. Selain itu, paparan konten yang tidak sesuai usia serta kurangnya bimbingan orang tua menjadi faktor utama yang memperparah dampak penggunaan gadget.

Studi pendahuluan telah dilakukan di RA Tarbiyatul Athfal 37 Semarang. Dari hasil observasi yang melibatkan 10 orang tua wali murid yang diambil secara acak mengatakan bahwa anaknya sudah mengenal gadget dan bermain gadget selama rentang waktu 30 menit hingga 2 jam sehari ketika berada di rumah. Hampir semua orang tua wali murid yang mengatakan anaknya sudah mulai mengenal gadget, mengatakan bahwa anaknya suka bermain game, menonton video, ataupun hanya menonton foto-foto yang ada di handphone. Untuk durasinya berbeda-beda, mulai dari yang 30 menit hingga ada yang lebih dari 2 jam dalam waktu satu hari. 8 orang tua wali murid tersebut mengeluhkan bahwa anaknya semakin susah diingatkan semenjak mengenal gadget. Sehingga ketika sudah asyik bermain gadget, seringkali anak mengabaikan nasehat atau perintah orang tua untuk mandi ataupun makan. Selain itu anak menjadi suka lupa waktu, dalam arti anak tidak memperdulikan atau mengabaikan waktu jam tidur, mengabaikan orang-orang disekitar anak, dan selalu asik dengan gadgetnya. Akan tetapi, ada 2 dari 10 orang tua wali murid tersebut yang sudah mengerti akan bahayanya penggunaan gadget yang terlalu sering pada anak. Sehingga untuk meminimalisirnya, orang tua tersebut sering membatasi

penggunaan gadget dengan durasi yang tidak terlalu lama. Apabila sudah masuk jam tidur atau mandi, orang tua akan meminta gadgetnya meskipun anak akan marah atau menangis.

Penelitian sebelumnya juga menguatkan adanya hubungan negatif antara durasi penggunaan gadget dan perkembangan emosional. Penelitian (Nurhayati & Ramadhani, 2021) dalam penelitiannya menemukan bahwa 70% anak prasekolah yang menggunakan gadget lebih dari dua jam sehari mengalami masalah dalam mengontrol emosi dan sering menunjukkan perilaku agresif. Sementara itu, Penelitian (Rizki, D. A., & Amalia, R., 2020) menunjukkan bahwa anak-anak yang menggunakan gadget secara intens memiliki tingkat empati yang lebih rendah dibandingkan anak yang bermain secara aktif dengan teman sebaya.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi praktis bagi orang tua, pendidik, dan pihak terkait lainnya dalam mengelola penggunaan gadget pada anak usia dini, agar dampak negatif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak dapat diminimalkan. Dengan memberikan panduan yang lebih jelas, penelitian ini akan berkontribusi pada pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana teknologi mempengaruhi perkembangan sosial anak usia dini.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara lama penggunaan gadget dengan perkembangan emosional pada anak usia prasekolah?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Lama Penggunaan Gadget Dengan Perkembangan Emosional Pada Anak Usia Prasekolah di RA Tarbiyatul Athfal 37 Saemarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan karakteristik responden usia, dan jenis kelamin pada anak usia prasekolah di RA Tarbiyatul Athfal 37 Saemarang.
- b. Mendeskripsikan lama penggunaan gadget pada anak usia prasekolah di RA Tarbiyatul Athfal 37 Saemarang.
- c. Mendeskripsikan tingkat perkembangan emosional anak usia prasekolah di RA Tarbiyatul Athfal 37 Saemarang.
- d. Menganalisis hubungan antara penggunaan gadget dan perkembangan emosional anak usia prasekolah di RA Tarbiyatul Athfal 37 Saemarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Orang Tua

Penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada orang tua mengenai dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan emosional anak. Orang tua akan mendapatkan informasi yang lebih jelas mengenai batasan waktu yang tepat untuk penggunaan gadget anak-anak serta cara-cara mengatur penggunaan gadget agar tidak mengganggu perkembangan emosional. Penelitian ini juga dapat membantu orang tua dalam mengidentifikasi dampak negatif penggunaan gadget dan bagaimana cara mengatasinya.

2. Bagi Pendidik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada pendidik mengenai pengaruh penggunaan gadget terhadap perilaku emosional anak di lingkungan sekolah. Pendidik dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk mengedukasi orang tua mengenai pentingnya pengelolaan waktu penggunaan gadget dan memberikan pembelajaran yang mendukung perkembangan emosional anak-anak di sekolah.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini akan menambah literatur mengenai hubungan antara penggunaan teknologi, khususnya gadget, dengan perkembangan emosional anak usia prasekolah. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang membahas dampak teknologi terhadap perkembangan anak usia dini.



BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Tinjauan Teori

1. Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah

Gadget termasuk ponsel pintar, tablet, dan perangkat permainan portabel merupakan alat elektronik berlayar yang dirancang untuk komunikasi maupun hiburan. Pada anak usia prasekolah (3–6 tahun), penggunaan gadget meningkat pesat seiring kemudahan akses dan pemasaran aplikasi anak. Novianti & Garzia (2020) mendefinisikan gadget sebagai perangkat digital ‘serba guna’ yang memfasilitasi konsumsi konten audio visual, gim, dan interaksi daring untuk anak.

Survei Badan Pusat Statistik menunjukkan 33,44 % anak usia 0–6 tahun di Indonesia telah menggunakan ponsel pada 2022 (BPS, 2022). Studi lapangan di Ngawi oleh Prayitno, Rusdianah, & Yuliana (2024) menemukan >60 % anak prasekolah memakai gadget ≥ 2 jam/hari, sejalan dengan temuan global bahwa 292.000 anak dalam 117 studi multi negara rata-rata melebihi batas yang dianjurkan (Vasconcellos et al, 2025).

WHO (2019) menganjurkan anak 3–4 tahun tidak melebihi 1 jam screen time/hari, sementara Ikatan Dokter Anak Indonesia merekomendasikan pendampingan aktif orang tua (Kemenkes RI, 2018). Namun meta analisis JAMA Pediatrics memperlihatkan konteks jenis konten dan couse lebih menentukan daripada durasi semata (Mallawaarachchi et al, 2024).

Faktor yang memengaruhi tingginya penggunaan gadget meliputi pola asuh permisif, tingkat pendidikan orang tua, ketersediaan koneksi internet, serta kebutuhan bekerja jarak jauh pasca pandemi (Nuraini & Wardhani, 2023; Novianti & Garzia,

2020). Paparan gawai orang tua sendiri juga berkorelasi positif dengan durasi screen time anak (Mallawaarachchi et al, 2024).

Di sisi positif, penggunaan terarah misalnya aplikasi literasi interaktif dengan keterlibatan orang tua dapat meningkatkan keterampilan kognitif awal dan kosakata (Mallawaarachchi et al, 2024). Couse memungkinkan dialog, scaffolding, dan kontrol konten sehingga manfaat edukatif lebih optimal.

Sebaliknya, penggunaan berlebihan tanpa pendampingan terbukti berkaitan dengan masalah sosial emosional seperti agresivitas, tantrum, dan kecemasan. Meta analisis 76.049 peserta (Lu & Li, 2024) menemukan korelasi positif antara panjang screen time dan problem perilaku ($r = 0,169$). Penelitian di TK Pelita 2 (Sofyan & Mujiyanti, 2023) serta di TK Santo Yosef Ngawi (Prayitno et al, 2024) melaporkan nilai $p < 0,05$ untuk hubungan durasi gawai dan perkembangan sosial. Penelitian prospektif di Jama Pediatrics juga mendapati balita yang sering diberi tablet sebagai ‘penenang’ menunjukkan lebih banyak tantrum setahun kemudian (Hinkley et al, 2019).

Merujuk temuan tersebut, batasan waktu ≤ 1 jam/hari untuk anak prasekolah perlu disertai seleksi konten usia layak, couse aktif, dan jeda aktivitas fisik minimal 180 menit/hari (WHO, 2019). Literasi digital orang tua dan kebijakan lembaga PAUD tentang gawai menjadi kunci untuk menyeimbangkan potensi manfaat dan risiko gadget pada periode emas perkembangan anak.

2. Perkembangan Emosional Anak Prasekolah

Perkembangan emosional merupakan kemampuan anak mengenali, mengungkapkan, dan meregulasi perasaan sekaligus merespons emosi orang lain. Pada rentang prasekolah (3–6 tahun) keterampilan ini tumbuh cepat seiring meluasnya interaksi sosial di rumah dan lembaga pendidikan. Sistematis, (Nilfyr & Plantin Ewe 2025) menegaskan regulasi emosi menjadi tonggak kesiapan sekolah, karena

berkorelasi dengan atensi dan fungsi eksekutif, sementara (Heeman et al, 2024) menemukan keterlibatan sensitif ibu memprediksi latensi reaksi emosional yang lebih Panjang pada balita.

Secara epidemiologis, gambaran nasional belum merata. Studi deskriptif di Riau menunjukkan 69,7 % anak prasekolah berada pada kategori perkembangan sosial emosional adekuat (Simanjuntak et al, 2022). Sebaliknya di Surabaya, (Fanny, Nadhiroh, & Taufiqoh 2023) mencatat 78,9 % anak mengalami deviasi emosional, mengindikasikan kebutuhan intervensi berbasis komunitas.

Faktor intrapersonal dan konteks mikrosistem keluarga memainkan peran dominan. Meta analisis 10 studi oleh (Khasanah et al, 2024) menunjukkan korelasi rata-rata $r = 0,71$ antara kualitas interaksi keluarga dan perilaku sosial emosional anak. Pola asuh otoriter di Surabaya berkorelasi signifikan dengan perkembangan emosional yang menyimpang ($p = 0,43$) (Fanny et al, 2023), sedangkan tinjauan literatur Mahfudloh (2024) menegaskan pola asuh demokratis mendukung kemandirian emosi. Di luar ranah keluarga, dukungan sosial dan kecerdasan emosional anak turut berkontribusi.

Penelitian kausal komparatif di Jawa Timur mengungkapkan bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial menjelaskan 47 % variansi emotional *well being* prasekolah (Sukmawardani, 2024). Kompetensi pedagogik guru dalam merancang stimulasi emosi (Damayani, 2023) serta program skrining dini oleh guru PAUD (Anggeriyane et al, 2024) menjadi katalis pencegahan masalah perilaku.

Intervensi terstruktur terbukti efektif. Meta analisis program pendidikan anak usia dini 2019 - 2024 menemukan efek ukuran $g = 0,42$ pada peningkatan kompetensi sosial emosional (Azwira et al., 2024). Intervensi fisik motorik juga berperan sistematis

menunjukkan praktik berbasis alam meningkatkan *self regulation*, terutama pada anak prasekolah dari keluarga ekonomi rendah (Ernst & Stelley, 2024)

Pada tataran makro, kualitas proses di layanan PAUD menentukan outcome emosional jangka panjang. Sluiter, Fukkink, & Fekkes (2025) dalam meta analisis longitudinal terhadap 17.913 anak menemukan kualitas interaksi guru anak memprediksi perkembangan sosial emosional hingga remaja ($r = 0,10$; $p < 0,001$). Temuan ini mempertegas urgensi pelatihan guru serta rasio pengasuh yang memadai.

Secara keseluruhan, perkembangan emosional anak prasekolah merupakan produk interaksi factor biologis, keluarga, sekolah, dan program edukatif. Sinergi pola asuh responsif, dukungan guru kompeten, serta lingkungan belajar berkualitas diyakini dapat mengoptimalkan kompetensi mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi pada periode emas perkembangan ini.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Emosional Anak

Perkembangan emosional anak dipengaruhi oleh jaringan faktor biologis, psikologis, dan sosiokultural yang saling berinteraksi sebuah pandangan ekologi yang menempatkan anak di Tengah lingkaran pengaruh keluarga, sekolah, komunitas, serta kebijakan (Bronfenbrenner, 1986 dalam Sluiter et al., 2025). Pemaparan berikut merangkum temuan penelitian 2021–2025 tentang determinan utama perkembangan emosi pada masa prasekolah.

- a. Faktor biologis & temperamen. Variasi temperamen seperti surgensi, afek negatif, dan effortful control sudah muncul sejak bayi. Studi kembar longitudinal terhadap 1.012 anak menunjukkan afek negatif stabil dipengaruhi kuat faktor genetik, sedangkan perubahan surgensi didorong lingkungan unik (Li et al., 2022). Temperamen sukar misalnya behavioural inhibition pada 5 bulan terbukti memprediksi gejala kecemasan di usia 4–6 tahun (Wlodarczyk et al., 2022).

- b. Pengasuhan & keterikatan. Pengasuhan responsif menjadi pelindung kuat. Riset di Swedia menemukan sensitivitas ibu 10 bulan dan attachment aman 12 bulan menjelaskan peningkatan regulasi emosi balita 18 bulan (Heeman et al., 2024). Meta analisis 24 studi Asia menegaskan korelasi pola asuh demokratis dan perilaku sosial emosional positif ($r = 0,71$) (Khasanah et al., 2024). Sebaliknya pola asuh otoriter meningkatkan risiko deviasi emosional (Fanny et al., 2023).
- c. Kesehatan mental orang tua. Kondisi psikologis pengasuh sangat menentukan. Studi Pasca pandemi di Italia menunjukkan parental burnout memprediksi gejala emosional anak prasekolah (Prino et al., 2023). Penelitian India melaporkan stres orang tua selama lockdown berasosiasi dengan gaya pengasuhan keras dan masalah perilaku anak (Ganie et al., 2023). Meta analisis *Frontiers in Psychology* 2023 juga menegaskan depresi ibu berkorelasi negative dengan perkembangan sosial emosional.
- d. Status sosio ekonomi & lingkungan rumah. Lingkungan rumah yang tertata, kaya buku, dan aktivitas dialogik memoderasi efek SES. Rumah dengan tingkat chaos tinggi dikaitkan dengan skor regulasi emosi yang lebih buruk, sedangkan home learning environment positif memfasilitasi kompetensi sosial (Liu et al., 2023).
- e. Paparan digital. Meta analisis *JAMA Pediatrics* (Mallawaarachchi et al., 2024) menyimpulkan konteks screen use pasif tanpa pendamping orang tua berkorelasi dengan emosi negatif. Meta review *Child Development* melaporkan efek kumulatif screen time >2 jam/hari pada disregulasi emosi (Vasconcellos et al., 2025).
- f. Tidur & aktivitas fisik. *Cross-sectional BMC Public Health* pada 412 balita Australia menemukan tidur total lebih panjang dan rutinitas waktu tidur konsisten berkorelasi dengan *self regulation* lebih baik (de Oliveira et al., 2023). Analisis

within child 6 bulan menegaskan penurunan kualitas tidur diikuti penurunan regulasi emosi (Parker et al., 2024).

4. Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Emosional Anak

Fenomena meningkatnya waktu layar (screen time) pada anak usia prasekolah telah memicu kekhawatiran tentang dampak emosional jangka panjang. Gadget terutama smartphone dan tablet menawarkan stimulasi visual auditori intens yang dapat mengubah cara anak memproses, mengungkapkan, dan meregulasi emosi (Mallawaarachchi et al., 2024).

Meta analisis JAMA Pediatrics terhadap 39 studi melaporkan screen time pasif (menonton video tanpa pendamping) berkorelasi sedang dengan peningkatan gejala internalisasi (kecemasan, penarikan diri) dan eksternalisasi (agresivitas) ($g = 0,38$; $p < 0,001$) (Mallawaarachchi et al., 2024). Review komprehensif Child Development (Vasconcellos et al., 2025) menegaskan bahwa penggunaan gadget >2 jam/hari selama ≥ 12 bulan meningkatkan risiko disregulasi emosi sebesar 56 % dibandingkan anak dengan paparan terbatas.

Penelitian lintas sektoral di Indonesia menemukan durasi penggunaan gadget ≥ 2 jam/hari memprediksi skor problem perilaku yang lebih tinggi ($\beta = 0,41$, $p = 0,003$) pada 302 anak TK (Hadiyanto et al., 2023). Studi serupa di Ngawi melaporkan nilai $p < 0,05$ untuk hubungan antara lamanya screen time dan keterlambatan perkembangan sosial emosional (Prayitno et al., 2024).

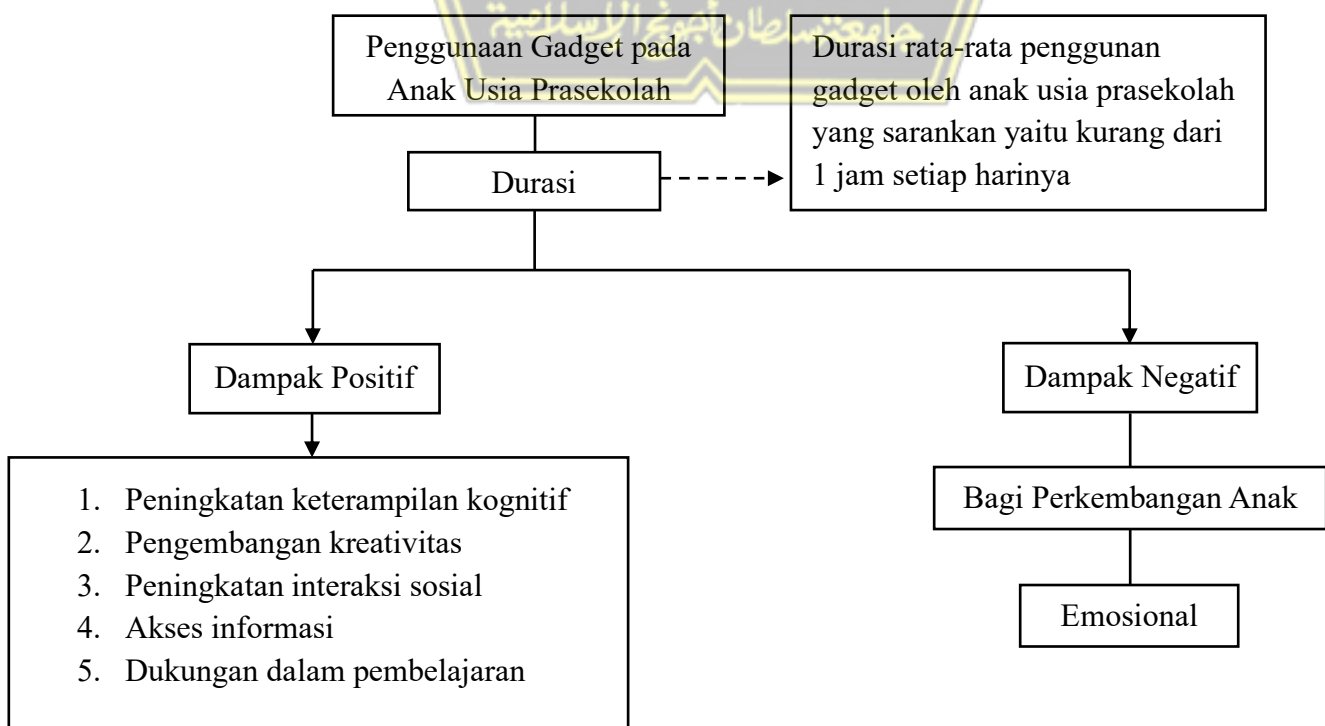
Mekanisme neuropsikologis diusulkan melibatkan pelepasan dopamin intermiten dari konten cepat berubah, sehingga anak lebih mencari gratifikasi instan dan mengabaikan keterampilan penundaan keinginan (Lu & Li, 2024). Domoff et al. (2022) menunjukkan penggunaan gawai sebelum tidur menurunkan variabilitas detak jantung (HRV), indikator stres, yang berkorelasi dengan tantrum di pagi hari.

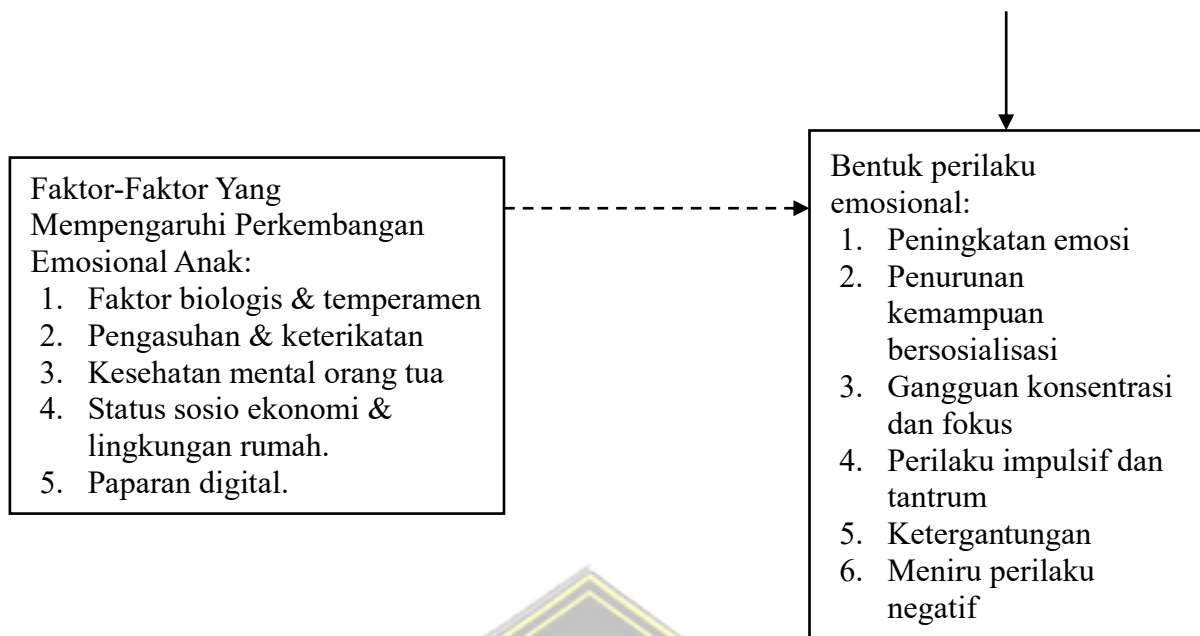
Namun dampak tidak selalu negative Kobayashi & Alcantara (2023) menemukan co viewing (menonton bersama orang tua) dapat mengurangi perilaku agresif karena orang tua memberi konteks dan modeling regulasi emosi. Anak yang memakai aplikasi berbasis mindfulness interaktif 10 menit/hari selama 4 minggu menunjukkan peningkatan skor *self regulation* sebesar 15 % (Nobre et al., 022).

Kualitas konten menjadi moderator penting. Lu & Li (2024) melaporkan aplikasi edukatif interaktif (mis. literacy games) berasosiasi dengan peningkatan ekspresi emosi positif, sedangkan video cepat berpindah (fast paced) berkorelasi dengan impulsivitas. Studi longitudinal Portugis (Nobre et al., 2022) mengonfirmasi bahwa efek konten tetap signifikan setelah dikontrol durasi.

Faktor mediasi lain mencakup kualitas tidur (Parker et al., 2024) dan dukungan parental. Parker et al. 2024 menemukan setiap 30 menit tambahan screen time malam hari mempersingkat tidur 11 menit dan menurunkan skor regulasi emosi 0,12 SD. Orang tua dengan stres tinggi cenderung menggunakan gadget sebagai alat penenang, meningkatkan risiko problem emosional (Ganie et al., 2023).

B. Kerangka Teori





Gambar 2.1. Kerangka Teori

(Sumber: Gunawan, (2017), Mallawaarachchi, B., dkk. (2024), Novianti, D., & Garzia, M. (2020).

C. Hipotesis

Ha: Adanya hubungan lama penggunaan gadget dengan perkembangan emosional pada anak usia prasekolah di RA Tarbiyatul Athfal 37 Genuksari Semarang

Ho: Tidak adanya hubungan lama penggunaan gadget dengan perkembangan emosional pada anak usia prasekolah di RA Tarbiyatul Athfal 37 Genuksari Semarang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan gambaran hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini. Penelitian ini menganalisis pengaruh lama penggunaan gadget (variabel independen) terhadap perkembangan emosional anak usia prasekolah (variabel dependen).

Berdasarkan tinjauan pustaka dari Hinkley et al. (2019), Lu & Li (2024), dan Mallawaarachchi et al. (2024), disebutkan bahwa durasi *screen time* yang tinggi (lebih dari 2 jam per hari) tanpa pendampingan orang tua dapat mengganggu regulasi emosi dan meningkatkan risiko masalah perilaku pada anak usia dini. Oleh karena itu, kerangka konsep dirancang untuk menunjukkan bahwa semakin lama penggunaan gadget, maka semakin besar kemungkinan terjadinya gangguan dalam perkembangan emosional anak prasekolah.



Gambar 3.1. Kerangka Konsep

B. Variabel Penelitian

1. Variabel *Independen* pada penelitian ini adalah Lama penggunaan gadget dengan durasi waktu anak prasekolah menggunakan perangkat elektronik seperti smartphone atau tablet dalam sehari, baik untuk menonton, bermain, maupun aktivitas digital lainnya.

2. Variabel *Dependen* pada penelitian ini adalah Perkembangan emosional dengan kemampuan anak dalam mengenali, mengekspresikan, dan mengendalikan emosi serta merespons emosi orang lain secara tepat sesuai usia.

C. Desain Penelitian

Desain penelitian adalah rancangan atau kerangka kerja yang digunakan peneliti untuk menjawab rumusan masalah dan mencapai tujuan penelitian. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional dan metode *cross-sectional*. Desain ini digunakan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara lama penggunaan gadget (variabel independen) dengan perkembangan emosional anak usia prasekolah (variabel dependen) pada satu waktu pengukuran.

Menurut Notoatmodjo (2018), desain deskriptif korelasional bertujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel dalam suatu populasi tanpa melakukan intervensi, sedangkan pendekatan *cross-sectional* dilakukan dengan cara mengamati variabel secara bersamaan pada satu waktu tertentu.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek atau subjek yang memiliki karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Notoatmodjo, 2018). Populasi target penelitian ini adalah murid kelas A usia prasekolah di RA Tarbiyatul Athfal 37 Semarang dengan jumlah populasi yang didapatkan 132 murid.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang memiliki karakteristik tertentu dan dianggap dapat mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2018). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *puposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan atau kriteria tertentu yang disesuaikan dengan tujuan penelitian (Notoatmodjo, 2018). Untuk menentukan jumlah sampel yang akan digunakan, peneliti menggunakan rumus Slovin sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi (132)

e = *margin of error* (tingkat kesalahan) yang ditetapkan, yaitu 5% atau 0,05

$$n = \frac{132}{1 + 132(0.05)^2}$$

$$n = \frac{132}{1 + 132(0.0025)}$$

$$n = \frac{132}{1 + 0.33}$$

$$n = \frac{132}{1.33}$$

$$n = 99,25$$

Jumlah sampel dibulatkan menjadi 100 responden.

3. Teknik pengambilan data

Teknik pengambilan sampel adalah cara atau metode yang digunakan oleh peneliti untuk memilih sebagian individu dari suatu populasi sebagai responden penelitian, dengan tujuan agar sampel tersebut dapat mewakili keseluruhan populasi secara valid dan reliabel. Dalam penelitian ini digunakan Teknik Pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan pendekatan *purposive sampling*. Menurut Dana P. Turner, *purposive sampling* adalah teknik sampel yang mengandalkan pemilihan subjek secara selektif oleh peneliti karena sesuai dengan karakteristik yang ditentukan (Ksanjaya & Rahayu, 2022).

a. Kriteria Inklusi:

1. Anak usia prasekolah (3–6 tahun) yang terdaftar sebagai murid aktif di RA Tarbiyatul Athfal 37 Semarang.
2. Anak yang telah diperkenalkan dan menggunakan gadget minimal 30 menit dalam sehari.
3. Orang tua/wali anak bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner dengan menandatangani *informed consent*.

b. Kriteria eksklusi:

1. Anak yang memiliki riwayat gangguan perkembangan atau kondisi medis tertentu yang dapat memengaruhi perkembangan emosional.
2. Anak yang sedang menjalani terapi psikologis atau konseling terkait masalah perilaku dan emosional.
3. Anak dan orang tua tidak hadir selama penelitian berlangsung.

E. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di RA Tarbiyatul Athfal 37 Semarang. Waktu penelitian berlangsung dari bulan September hingga Oktober 2025.

F. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah penjabaran dari konsep variabel penelitian ke dalam bentuk indikator yang dapat diukur dan diamati secara langsung melalui instrumen tertentu, seperti kuesioner atau observasi. Definisi ini bertujuan agar suatu variabel yang bersifat abstrak dapat dijelaskan dan diteliti secara kuantitatif dan objektif (Notoatmodjo, 2018).

Tabel 3.1. Definisi Operasional

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala
Lama Penggunaan Gadget	Total waktu anak dalam menggunakan gadget (laptop, handphone, iphone, tablet) dalam setiap harinya	Kuesioner sebanyak 1 soal	Normal = < 1 jam Lama = \geq 1 jam	Ordinal
Perkembangan Emosional	Perkembangan emosional merupakan kondisi kemampuan seorang anak dalam berperilaku yang sesuai dengan tuntutan emosional	Kuesioner sebanyak 15 soal	Negatif \geq 23 Positif \leq 23	Ordinal

G. Instrumen / Alat Pengumpulan Data

1. Instrumen Label

Instrumen penelitian adalah alat bantu yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam konteks penelitian kuantitatif, instrumen ini biasanya berupa kuesioner, angket, atau lembar observasi yang telah dikembangkan dan diuji validitas serta reliabilitasnya agar mampu mengukur variabel penelitian secara objektif dan sistematis.

Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan adalah:

- a. Kuesioner Lama Penggunaan Gadget, yang berisi satu pertanyaan tentang durasi penggunaan gadget oleh anak dalam satu hari.

Tabel 3.2. Blueprint Kuesioner Lama Penggunaan Gadget

NO.	Indikator	No. Pertanyaan	Jumlah
1.	Durasi penggunaan gadget	1	1

- b. Kuesioner Perkembangan Emosional, terdiri dari 15 pernyataan dengan skala Likert untuk mengukur dimensi emosional anak seperti kemampuan mengelola emosi, respons terhadap orang lain, serta perilaku impulsif atau agresif.

Tabel 3.3. Blueprint Kuesioner Perkembangan Emosional

No.	Indikator	No. Pernyataan	Jumlah
1	Ketidakkampuan anak mengatur emosi	1, 2, 3, 4, 5, 9, 14	7
2	Ketidakkampuan dalam interaksi sosial	6, 8, 11, 13, 15	5
3	Sikap kompetitif atau ego-sentrisme	7, 12	2
4	Perilaku meniru negatif atau agresif	10	1

2. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas

a. Validitas

Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana butir-butir pernyataan dalam kuesioner mampu mengukur secara tepat variabel perkembangan emosional anak usia prasekolah. Instrumen yang digunakan terdiri dari 15 butir pernyataan yang mencakup berbagai indikator perkembangan emosional, seperti ketidakmampuan anak dalam mengatur emosi, kesulitan dalam interaksi sosial, sikap ego-sentris, dan perilaku agresif yang ditiru dari media digital. Teknik analisis yang digunakan adalah korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan program SPSS. Berdasarkan hasil uji validitas, seluruh butir pernyataan memiliki nilai r hitung yang lebih besar dari r tabel (r tabel = 0,361 pada $N = 30$ dan $\alpha = 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh item dalam kuesioner dinyatakan valid dan layak digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini (Anindya, M., 2021).

b. Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan untuk mengukur konsistensi internal dari instrumen kuesioner perkembangan emosional yang digunakan dalam penelitian ini. Pengujian dilakukan dengan menggunakan metode Cronbach's Alpha melalui aplikasi SPSS. Hasil uji menunjukkan bahwa nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,812 yang berarti bahwa instrumen memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi karena nilainya

melebihi ambang batas 0,60. Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini bersifat reliabel dan dapat dipercaya untuk digunakan dalam pengumpulan data mengenai perkembangan emosional anak usia prasekolah (Anindya, M.,2021).

H. Metode Pengumpulan Data

1. Metode pengolahan data

a. *Editing* (Pemeriksaan Awal Kuesioner)

Pada tahap ini peneliti melakukan pemeriksaan setiap lembar kuesioner untuk memastikan bahwa seluruh pertanyaan telah diisi dengan lengkap dan sesuai. Kuesioner yang tidak lengkap atau tidak dapat diproses akan dikeluarkan dari data analisis.

b. *Coding* (Pemberian Kode Data)

Pada tahap ini peneliti melakukan pemberian kode numerik pada jawaban responden. Misalnya, durasi penggunaan gadget dikodekan sebagai: 1 = <1 jam, 2 = 1-2 jam, 3 = >2 jam. Sedangkan skor perkembangan emosional disesuaikan berdasarkan pedoman penilaian yang digunakan dalam instrumen.

c. *Entry* (Pemasukan Data ke Software)

Data yang telah diberi kode kemudian dimasukkan ke dalam program komputer SPSS (Statistical Product and Service Solution) untuk memudahkan analisis statistik. Proses entry dilakukan dengan hati-hati untuk menghindari kesalahan input data.

d. *Scoring*

Scoring adalah proses pemberian nilai atau angka terhadap jawaban responden berdasarkan kriteria tertentu, agar data kualitatif dapat diubah menjadi bentuk kuantitatif yang dapat dianalisis secara statistik. Dalam penelitian ini, scoring digunakan untuk menilai dua variabel, yaitu lama penggunaan gadget dan perkembangan emosional anak usia prasekolah.

e. *Cleaning* (Pembersihan Data)

Data yang telah dimasukkan diperiksa ulang untuk memastikan tidak ada data ganda, kosong, atau kesalahan input. Data yang tidak memenuhi kriteria akan dibersihkan dari file utama untuk menjaga validitas analisis.

f. Analisis Data

Setelah data dinyatakan bersih, dilakukan analisis statistik meliputi analisis univariat (deskripsi frekuensi dan distribusi), uji normalitas, dan uji bivariat (korelasi Spearman atau Pearson) untuk melihat hubungan antara lama penggunaan gadget dan perkembangan emosional.

2. Pengumpulan data penelitian

Pada tahap ini peneliti melakukan proses perijinan untuk pengambilan data dalam penelitian dilakukan sebagai berikut:

- a. Peneliti meminta surat izin studi pendahuluan kepada pihak FIK Unissula Semarang untuk diberikan kepada RA Tarbiyatul Athfal 37 Semarang
- b. Peneliti memberikan surat izin studi pendahuluan dan meminta izin kepada Kepala Sekolah RA Tarbiyatul Athfal 37 Semarang
- c. Peneliti menerima surat balasan guna penelitian dan pengambilan data dari pihak kepala RA Tarbiyatul Athfal 37 Semarang
- d. Peneliti menjelaskan maksud dari tujuan penelitian dan pengambilan data untuk penelitian kepada pihak sekolah RA Tarbiyatul Athfal 37.
- e. Peneliti memulai pengambilan data dan mengumpulkan anak-anak yang diwakilkan oleh orang tua di kelas RA Tarbiyatul Athfal 37 Semarang dan memberikan penjelasan terkait cara pengisian kuesioner.
- f. Peneliti meminta persetujuan (*informed consent*) atas kesediaan anak-anak RA Tarbiyatul Athfal 37 Semarang yang diwakilkan oleh orang tua untuk mengisi kuesioner.
- g. Peneliti membagikan kuesioner kepada anak-anak RA Tarbiyatul Athfal 37 Semarang yang diwakilkan oleh orang tua untuk diisi.
- h. Peneliti dibantu oleh asisten untuk membagikan dan mengumpulkan kuesioner serta mengamati keaktifan anak-anak RA Tarbiyatul Athfal 37 Semarang dan mendokumentasikan kegiatan setelah kuesioner selesai di isi dan di kumpulkan kembali ke peneliti.

3. Rencana Analisis Data

Analisa data akan dilakukan dengan menggunakan uji analisis statistic berbasis komputer yaitu menggunakan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS). Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini.

1. Analisis Univariat

Uji Univariat adalah analisis statistik yang digunakan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan masing-masing variabel penelitian secara tunggal tanpa melihat hubungan antarvariabel. Uji ini bertujuan untuk mengetahui distribusi data, seperti frekuensi, persentase, rata-rata, dan standar deviasi dari setiap variabel yang diteliti. Dalam konteks penelitian ini, uji univariat digunakan untuk mengetahui karakteristik responden, durasi penggunaan gadget, serta tingkat perkembangan emosional anak prasekolah. Hasil dari uji ini biasanya disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi atau diagram untuk memberikan gambaran umum mengenai data yang terkumpul.

2. Uji Bivariat

Uji Bivariat adalah jenis analisis statistik yang digunakan untuk mengetahui hubungan atau korelasi antara dua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen. Dalam penelitian ini, uji bivariat digunakan untuk menganalisis hubungan antara lama penggunaan gadget (sebagai variabel independen) dengan perkembangan

emosional anak usia prasekolah (sebagai variabel dependen). (Arifin et al., 2022). Pendekatan statistik yang digunakan adalah uji non-parametrik, khususnya untuk data berskala ordinal. Salah satu teknik yang diterapkan adalah uji korelasi Spearman Rank. Uji ini dilakukan dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan bertujuan untuk mengevaluasi sejauh mana hubungan monoton antara dua variabel dapat dijelaskan melalui koefisien korelasi Spearman, tanpa mensyaratkan distribusi data tertentu (Yasril & Fatma, 2021).

- a. Nilai P (P-value) $< 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan gadget dengan perkembangan emosional anak.
- b. Nilai P (P-value) $\geq 0,05$ maka tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut.

4. Etika Penelitian

Setelah mendapatkan persetujuan Etik peneliti akan melakukan penelitian dengan memperhatikan masalah etik sebagai berikut:

1. *Informed Consent* (lembar persetujuan menjadi responden)

Sebelum pelaksanaan pengambilan data, peneliti memberikan penjelasan secara lisan dan tertulis kepada orang tua atau wali anak mengenai maksud, tujuan, prosedur, manfaat, dan risiko minimal dari penelitian ini. Persetujuan partisipasi diperoleh melalui formulir informed consent yang ditandatangani oleh orang tua atau wali

sebagai bentuk kesediaan mereka untuk berpartisipasi secara sukarela dalam penelitian.

2. *Anonymity* (Tanpa Nama)

Seluruh identitas partisipan (anak maupun orang tua/wali) tidak akan dicantumkan dalam laporan hasil penelitian. Nama responden diganti dengan kode untuk menjaga anonimitas. Hal ini dilakukan agar data yang diperoleh tidak dapat dikaitkan kembali kepada individu tertentu.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

Data yang diperoleh dari kuesioner akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan analisis dalam penelitian ini. Data tidak akan disebarluaskan kepada pihak ketiga tanpa izin, dan hanya ditampilkan dalam bentuk agregat atau kelompok dalam laporan akhir.

4. *Non-Maleficence* (Tidak Merugikan)

Penelitian ini tidak melibatkan prosedur yang bersifat invasif atau membahayakan fisik maupun psikologis partisipan. Anak-anak tidak dikenai intervensi langsung, dan pengumpulan data hanya dilakukan melalui kuesioner yang diisi oleh orang tua/wali, sehingga tidak menimbulkan risiko terhadap anak.

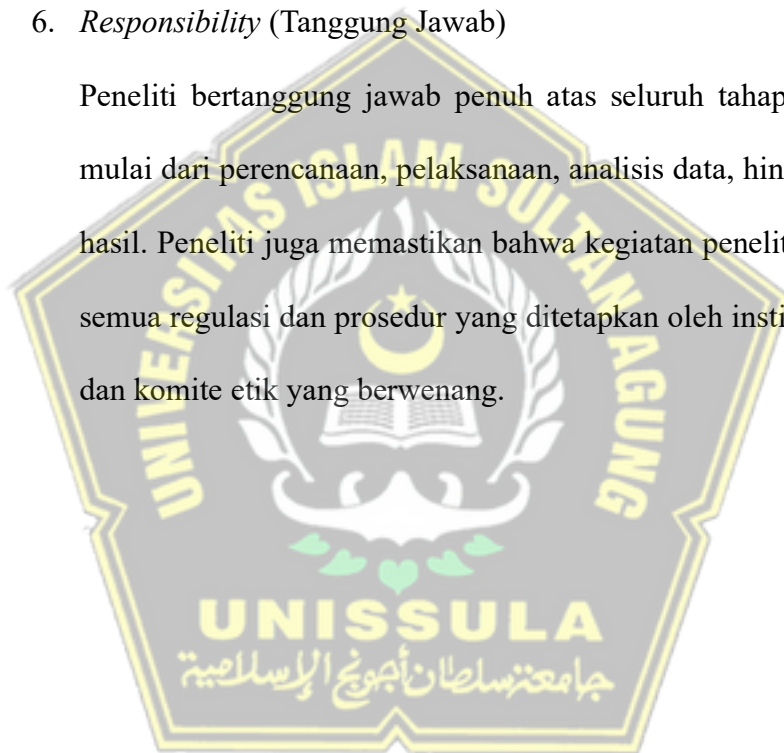
5. *Beneficence* (Menguntungkan)

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat baik secara ilmiah maupun praktis. Hasil penelitian dapat digunakan untuk

meningkatkan pemahaman orang tua, pendidik, dan tenaga kesehatan mengenai pengaruh lama penggunaan gadget terhadap perkembangan emosional anak usia prasekolah, serta sebagai dasar dalam membuat strategi pengasuhan yang lebih bijaksana dan mendukung tumbuh kembang anak.

6. *Responsibility* (Tanggung Jawab)

Peneliti bertanggung jawab penuh atas seluruh tahapan penelitian, mulai dari perencanaan, pelaksanaan, analisis data, hingga pelaporan hasil. Peneliti juga memastikan bahwa kegiatan penelitian mematuhi semua regulasi dan prosedur yang ditetapkan oleh institusi akademik dan komite etik yang berwenang.



BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Pengantar Bab

Pada BAB ini, akan diuraikan hasil penelitian tentang hubungan lama penggunaan gadget dengan perkembangan emosional pada anak usia prasekolah yang dilaksanakan di RA Tarbiyatul Athfal 37 Genuksari Semarang. Penelitian dilaksanakan pada bulan September - Oktober 2025 dengan jumlah responden sebanyak 100 anak. Pengukuran lama penggunaan gadget dan perkembangan emosional anak dilakukan menggunakan kuesioner yang diisi oleh orang tua. Analisis data dilakukan menggunakan uji statistik *Spearman Rank* untuk melihat hubungan antara lama penggunaan gadget dengan perkembangan emosional pada anak usia prasekolah.

B. Analisa Univariat

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur (n=100)

Indikator	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Umur		
4 Tahun	6	6.0
5 Tahun	78	78.0
6 Tahun	16	16.0
Jenis Kelamin		
Perempuan	49	49.0
Laki-laki	51	51.0
Lama Penggunaan Gadget		
Normal	44	44.0
Lama	56	56.0
Perkembangan Emosional		
Positif	69	69.0
Negatif	31	31.0

Tabel 4.1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 5 tahun yaitu sebanyak 78 responden atau 78,0 %. Responden juga didominasi oleh laki-laki sebanyak 51 responden atau 51,0 %. Pada aspek lama penggunaan gadget, mayoritas responden berada pada kategori penggunaan gadget yang lama yaitu 56 responden atau 56,0 %. Sementara itu, pada perkembangan emosional, sebagian besar responden menunjukkan perkembangan emosional positif yaitu 69 responden atau 69,0 %.

C. Analisa Bivariat

Tabel 4. 2 Hasil Uji Analisis *Spearman Rank* Hubungan Lama Penggunaan Gadget Dengan Perkembangan Emosional

Lama Penggunaan Gadget	Perkembangan Emosional		Total	<i>p value</i>	<i>r</i>
	Positif	Negatif			
Normal	44	0	44	0.001	0.591
Lama	25	31	56		
Total	69	31	100		

Tabel 4.5 menunjukan mayoritas anak dengan penggunaan gadget yang normal memiliki perkembangan emosional positif, yaitu sebanyak 44 anak. Sementara itu, pada kelompok anak dengan penggunaan gadget yang lama, terdapat 25 anak yang memiliki perkembangan emosional positif dan 31 anak yang memiliki perkembangan emosional negatif. Hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan nilai koefisien korelasi (*r*) sebesar 0,591 dengan nilai signifikansi ($p = 0,001$). Karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) maka H_a diterima dan H_o ditolak, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan sedang antara lama penggunaan gadget dengan perkembangan emosional, dengan arah korelasi positif yang berarti semakin baik penggunaan gadget, semakin positif perkembangan emosional anak.

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pengantar Bab

Bab ini peneliti menyajikan pembahasan hasil penelitian mengenai hubungan antara lama penggunaan gadget dengan perkembangan emosional pada anak usia prasekolah di RA Tarbiyatul Athfal 37 Genuksari Semarang. Pembahasan difokuskan pada interpretasi hasil temuan yang telah diperoleh dari analisis data, kemudian dikaitkan dengan teori serta hasil penelitian terdahulu yang relevan. Selain itu, dalam bab ini juga dibahas berbagai faktor yang dapat memengaruhi perkembangan emosional anak. Uraian dalam bab ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengaruh lama penggunaan gadget terhadap perkembangan emosional anak usia prasekolah, sehingga dapat menjadi acuan bagi orang tua dan pendidik dalam mendampingi anak dalam penggunaan gadget secara bijak.

B. Interpretasi dan Diskusi Hasil

1. Karakteristik Responden

a. Umur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 5 tahun yaitu sebanyak 78 anak, sedangkan yang paling sedikit berusia 4 tahun yaitu sebanyak 6 anak. Hasil crosstab menunjukkan bahwa anak usia 5 tahun merupakan kelompok yang paling dominan pada seluruh variabel, di mana penggunaan gadget kategori lama paling banyak

ditemukan pada usia ini (42 anak) dan perkembangan emosional positif juga paling tinggi pada usia yang sama (60 anak).

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Liu et al., (2021) dalam jurnal *Pediatrics* yang menyatakan bahwa anak usia prasekolah, khususnya usia 4–6 tahun, memiliki tingkat ketertarikan yang tinggi terhadap perangkat digital sehingga berisiko mengalami durasi penggunaan gadget yang berlebihan. Selain itu, penelitian Kerai et al., (2022) menunjukkan bahwa usia 5 tahun merupakan tahap kritis perkembangan emosi, di mana anak sangat dipengaruhi oleh stimulasi lingkungan, pola asuh, serta aktivitas harian seperti penggunaan gadget. Kedua literatur tersebut mendukung bahwa tingginya paparan gadget pada usia 5 tahun dapat memberikan dampak bervariasi terhadap perkembangan emosional, baik positif maupun negatif, sebagaimana tampak pada hasil penelitian ini.

Masa prasekolah merupakan periode keemasan (*golden age*), di mana rangsangan dari lingkungan luar maupun dari dalam diri anak sangat berpengaruh terhadap proses tumbuh kembangnya. Pada tahap ini, sekitar 80% perkembangan kognitif anak terjadi, disertai dengan perkembangan signifikan dalam aspek motorik, sosial personal, dan bahasa (Heryanto et al., 2023). Peneliti berasumsi hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada tahap usia prasekolah akhir, yaitu 5 tahun, di mana anak mulai menunjukkan kemandirian dan kemampuan berinteraksi sosial. Pada masa ini, perkembangan kognitif, motorik, sosial, dan bahasa anak

berkembang pesat, sehingga stimulasi dari lingkungan sangat berpengaruh terhadap proses tumbuh kembangnya.

b. Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin laki-laki, yaitu sebanyak 51 anak, sedangkan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 49 anak. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Napitupulu et al., (2021) membuktikan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 14 orang (59,0%) dan perempuan sebanyak 10 orang (41,0%). Hasil serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan oleh Kusmiati et al., (2025) yang menunjukkan bahwa dari 30 anak yang diteliti, sebanyak 17 anak (56,6%) berjenis kelamin laki-laki dan 13 anak (43,3%) berjenis kelamin perempuan.

Hasil crosstab menunjukkan bahwa baik pada aspek lama penggunaan gadget maupun perkembangan emosional, responden laki-laki dan perempuan memiliki kecenderungan yang hampir seimbang. Pada lama penggunaan gadget, kategori penggunaan gadget yang lama paling banyak ditemukan pada kedua jenis kelamin, yaitu masing-masing 28 anak pada laki-laki maupun perempuan, yang menunjukkan bahwa durasi penggunaan gadget tidak hanya dipengaruhi oleh jenis kelamin. Pada perkembangan emosional, hasil juga terlihat seimbang, di mana perkembangan emosional positif paling banyak ditunjukkan oleh laki-laki sebanyak 33 anak dan perempuan sebanyak 36 anak.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Kerai et al., (2022) dalam *BMC Public Health* yang menyatakan bahwa perbedaan screen time antara anak laki-laki dan perempuan pada usia prasekolah relatif kecil dan tidak menunjukkan pola yang konsisten. Selain itu, meta-analisis oleh Maheux et al., (2024) dalam *Journal of Child Psychology and Psychiatry* menemukan bahwa pengaruh screen time terhadap perkembangan emosional anak tidak dipengaruhi secara signifikan oleh jenis kelamin, karena faktor lingkungan, pola asuh, dan kualitas interaksi sosial memiliki peran yang jauh lebih besar. Hal ini mendukung hasil penelitian bahwa baik anak laki-laki maupun perempuan sama-sama berpotensi mengalami dampak positif maupun negatif dari penggunaan gadget.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa walaupun sebagian besar responden dalam penelitian ini adalah laki-laki di RA Tarbiyatul Athfal 37 Genuksari Semarang, namun keterlibatan anak perempuan juga menunjukkan proporsi yang hampir seimbang. Sejalan dengan penelitian Sari et al., (2024) menunjukkan bahwa durasi penggunaan gadget pada anak usia prasekolah tidak selalu berbeda secara signifikan antara laki-laki dan perempuan, sehingga kelengkapan data anak perempuan memungkinkan analisis yang representatif terhadap dampak screen time pada perkembangan anak

2. Lama Penggunaan Gadget

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki penggunaan gadget yang lama, yaitu sebanyak 56 anak, sedangkan

responden dengan penggunaan gadget yang normal sebanyak 44 anak. Hal tersebut sejalan dengan yang diungkapkan oleh Rahmadani et al., (2022) bahwa anak-anak telah terpapar perangkat seluler sejak usia kurang dari satu tahun dan bahkan sudah memiliki perangkat sendiri sejak usia sekitar empat tahun. Hasil crosstab menunjukkan bahwa perkembangan emosional positif seluruhnya ditemukan pada anak dengan penggunaan gadget yang baik, yaitu sebanyak 44 anak, dan tidak ada yang menunjukkan perkembangan emosional negatif pada kelompok ini. Sebaliknya, pada anak dengan penggunaan gadget yang tidak baik, hanya 25 anak yang memiliki perkembangan emosional positif, sedangkan 31 anak menunjukkan perkembangan emosional negatif. Temuan ini mengindikasikan bahwa penggunaan gadget yang baik berhubungan kuat dengan perkembangan emosional yang lebih positif, sementara penggunaan gadget yang tidak baik cenderung berkaitan dengan munculnya perkembangan emosional negatif.

Penggunaan gadget yang lama berdampak pada perkembangan emosional anak melalui mekanisme pelepasan dopamin yang membuat anak mencari gratifikasi instan (Lu & Li, 2024), meningkatkan gejala kecemasan dan agresivitas (Mallawaarachchi et al., 2024), serta meningkatkan risiko disregulasi emosi hingga 56% pada penggunaan >2 jam/hari (Vasconcellos et al., 2025). Penggunaan gadget sebelum tidur juga menurunkan kualitas tidur dan regulasi emosi (Domoff et al., 2022) Hasil penelitian menunjukkan seluruh anak dengan penggunaan gadget normal (<1 jam/hari) memiliki perkembangan emosional positif sesuai rekomendasi WHO dan Kemenkes RI

karena pendampingan orang tua mengoptimalkan manfaat edukatif (Mallawaarachchi et al., 2024). Sebaliknya, 55,4% anak dengan penggunaan lama menunjukkan perkembangan negatif, sejalan dengan temuan bahwa durasi ≥ 2 jam/hari memprediksi masalah perilaku lebih tinggi (Hadiyanto et al., 2023). Namun, 25 anak dengan penggunaan lama tetap menunjukkan perkembangan positif karena adanya *co-viewing* yang memberikan *modeling* regulasi emosi (Kobayashi & Alcantara, 2023) dan konten edukatif interaktif (Lu & Li, 2024). Dimana pola asuh demokratis berkorelasi positif dengan perkembangan emosional ($r = 0,71$) (Khasanah et al., 2024). Temuan ini sesuai teori ekologi Bronfenbrenner bahwa interaksi faktor lingkungan, temperamen, dan kualitas pengasuhan menentukan perkembangan emosional (Sluiter et al., 2025), sehingga diperlukan batasan waktu ≤ 1 jam/hari, konten berkualitas, pendampingan aktif, dan literasi digital orang tua (Novianti & Garzia, 2020).

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya. Penelitian Mutiara et al., (2020) menunjukkan bahwa dari 54 responden, terdapat 33 anak (61,1%) yang menggunakan gadget dengan durasi tidak normal. Selain itu, diperkuat oleh penelitian Napitupulu et al., (2021) di PAUD Naura Losung Batu Kota Padangsidempuan, yang menemukan 14 anak (58,3%) memiliki durasi penggunaan gadget berlebih. Sementara, penelitian Kusmiati et al., (2025) di TK Aisyah VII Desa Dukuhmaja Kecamatan Luragung juga menunjukkan bahwa dari 30 anak yang diteliti, sebanyak 15 anak (50,0%) termasuk dalam kategori penggunaan gadget tinggi. Hasil-hasil

tersebut menggambarkan bahwa penggunaan gadget berlebihan pada anak usia dini masih menjadi masalah yang cukup umum terjadi.

Sebagian besar anak memiliki kebiasaan menggunakan gadget lebih dari satu jam setiap hari, yang dapat menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan, terutama kesehatan mental. Saat anak terlalu asyik bermain gadget, mereka cenderung tidak ingin diganggu, sehingga emosinya mudah meningkat dan bisa memberontak ketika penggunaan gadget dihentikan secara tiba-tiba. Selain itu, banyak anak yang mudah kehilangan konsentrasi dan menjadi malas melakukan aktivitas sehari-hari karena terlalu fokus pada gadget (Agustin et al., 2022). Oleh karena itu, peran serta pengawasan orang tua sangat penting untuk mencegah terjadinya dampak negatif dan memastikan anak menggunakan gadget secara bijak dan aman.

Hal ini terjadi karena terdapat berbagai faktor yang dapat memengaruhi ketertarikan anak dalam bermain gadget, salah satunya adalah sebagai bentuk pelarian atau akibat kurangnya perhatian dari orang tua (Agustin et al., 2022). Penggunaan gadget pada anak usia prasekolah perlu diperhatikan dari segi durasi penggunaannya. Anak pada usia ini diperbolehkan menggunakan gadget untuk bermain game, menonton video animasi, atau kegiatan hiburan lainnya, namun orang tua harus tetap memberikan pengawasan serta membatasi waktu penggunaan gadget agar tidak berlebihan (Agustin et al., 2022).

Penggunaan gadget secara berlebihan dapat menimbulkan pengaruh negatif terhadap perkembangan sosial dan emosional anak. Beberapa dampak

yang mungkin terjadi antara lain anak menjadi kurang terbuka dalam berinteraksi, mengalami gangguan tidur, menyukai kesendirian, menunjukkan perilaku agresif, mengalami penurunan kreativitas, serta berisiko terpapar bahaya *cyberbullying* (Rahmadani et al., 2022). Beberapa hal yang direkomendasikan oleh Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) untuk dilakukan orang tua antara lain membatasi waktu penggunaan layar (*screen time*) pada anak, mengawasi penggunaan komputer dan gadget, serta memantau aktivitas anak di dunia maya. Selain itu, orang tua juga disarankan untuk mendiskusikan keamanan dan etika berinternet dengan anak, serta meningkatkan pengetahuan mengenai perkembangan teknologi, gadget, dan internet guna memberikan pendampingan yang lebih efektif (Mutiara et al., 2020).

Menurut peneliti, hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak menggunakan gadget secara berlebihan akibat kurangnya pengawasan orang tua. Kebiasaan ini dapat berdampak negatif pada perkembangan sosial dan emosional anak, sehingga diperlukan pengawasan dan pembatasan waktu penggunaan gadget secara bijak.

3. Perkembangan Emosional

Perkembangan anak pada masa-masa awal kehidupan merupakan periode yang sangat penting karena akan mempengaruhi kualitas kehidupannya di masa depan. Pada usia prasekolah, anak memiliki berbagai tugas perkembangan yang perlu dikuasai sebelum melangkah ke tahap berikutnya. Jika terjadi hambatan dalam pencapaian tugas-tugas

perkembangan tersebut, maka hal itu dapat mengganggu dan memperlambat proses perkembangan anak selanjutnya (Mutiara et al., 2020). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki perkembangan emosional positif, yaitu sebanyak 69 anak, sedangkan responden dengan perkembangan emosional negatif sebanyak 31 anak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmadani et al., (2022) yang menunjukkan bahwa dari 63 responden, terdapat lebih dari setengahnya yaitu 39 responden atau 61,9% memiliki perkembangan emosional normal pada anak usia prasekolah. Temuan ini juga didukung oleh penelitian Mutiara et al., (2020) yang mengungkapkan bahwa anak prasekolah sebanyak 32 responden (59,3%) dengan kondisi mental emosional yang normal. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia prasekolah cenderung memiliki perkembangan emosional yang baik apabila mendapatkan dukungan dan bimbingan yang tepat dari lingkungan sekitarnya.

Proporsi 31% anak dengan perkembangan emosional negatif dalam penelitian ini tergolong tinggi dan memerlukan perhatian serius (Mallawaarachchi et al., 2024). Kondisi tersebut diperkuat oleh hasil crosstab yang menunjukkan bahwa dari 56 anak dengan durasi penggunaan gadget lama, sebanyak 55,4% mengalami perkembangan emosional negatif (Vasconcellos et al., 2025). Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget berlebihan tanpa pendampingan orang tua berkontribusi terhadap meningkatnya risiko masalah emosional pada anak (Mallawaarachchi et al.,

2024). Paparan konten digital yang berubah cepat membuat anak terbiasa dengan kepuasan instan sehingga menurunkan kemampuan mengendalikan emosi dan meningkatkan kecenderungan mudah marah (Lu & Li, 2024). Selain itu, kebiasaan menggunakan gadget sebelum tidur dapat meningkatkan stres anak dan memicu perilaku tantrum pada keesokan harinya (Domoff et al., 2022).

Gangguan perkembangan emosional yang dialami anak berpotensi menimbulkan kesulitan dalam penyesuaian sosial serta menghambat pembentukan konsep diri yang sehat (Mutiara et al., 2020). Dampak tersebut sering kali tampak dalam bentuk perilaku agresif, menentang aturan, dan kesulitan mengendalikan diri dalam interaksi sosial (Rahmadani et al., 2022). Kondisi ini semakin diperberat oleh pola asuh orang tua yang kurang tepat serta minimnya pengawasan terhadap penggunaan gadget anak (Ganie et al., 2023). Selain itu, gangguan tidur akibat penggunaan gadget di malam hari berperan dalam menurunkan kemampuan anak mengatur emosinya (Parker et al., 2024). Oleh karena itu, pembatasan durasi penggunaan gadget disertai pendampingan aktif orang tua menjadi langkah penting untuk menjaga keseimbangan perkembangan emosional anak usia prasekolah sesuai rekomendasi WHO.

Apabila seorang anak mengalami gangguan dalam perkembangan emosionalnya, maka dikhawatirkan anak tersebut akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri, terutama terhadap tuntutan sosial dari kelompok sebayanya, serta dalam hal kemandirian berpikir dan berperilaku. Yang lebih

serius lagi, kondisi ini dapat menghambat pembentukan konsep diri anak. Dampak tersebut dapat semakin memburuk apabila faktor-faktor penyebabnya tidak segera ditangani dengan tepat (Mutiara et al., 2020).

Gangguan emosional pada anak dapat ditunjukkan melalui perilaku mengganggu atau mengacau, yang termasuk dalam kategori perilaku negatif. Anak dengan perilaku seperti ini cenderung menimbulkan konflik atau permusuhan, serta menentang aturan tanpa memperhatikan teguran orang lain maupun norma sosial. Bentuk perilaku tersebut antara lain memukul, berkelahi, mengejek, atau menolak permintaan orang lain. Selain itu, anak yang sulit diatur umumnya tidak dapat diam, kurang memperhatikan orang di sekitarnya, dan bersikap semaunya sendiri. Anak dengan kondisi demikian biasanya tidak bisa duduk tenang, tampak gelisah, serta memiliki dorongan kuat untuk terus bergerak secara aktif (Rahmadani et al., 2022).

Menurut peneliti, hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki perkembangan emosional yang baik berkat dukungan dan bimbingan dari lingkungan. Anak yang mendapat stimulasi tepat cenderung lebih mampu mengendalikan emosi dan beradaptasi, sedangkan kurangnya perhatian dapat memicu perilaku negatif dan gangguan penyesuaian diri.

4. Hubungan Lama Penggunaan Gadget dengan Perkembangan Emosional Anak

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan kekuatan sedang antara lama penggunaan gadget dengan perkembangan emosional anak, dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar

0,591 dan nilai signifikansi ($p = 0,001$). Karena nilai p lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$), maka H_a diterima dan H_o ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin baik penggunaan gadget, semakin positif pula perkembangan emosional anak, begitu juga sebaliknya, semakin tidak terkontrol penggunaan gadget, maka perkembangan emosional anak akan cenderung menurun.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmadani et al., (2022) yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penggunaan gadget dengan perkembangan emosional anak usia prasekolah di wilayah kerja Puskesmas Bentiring, Bengkulu (p value = 0,003). Penelitian Agustin et al., (2022) juga mendukung hasil ini, di mana melalui uji Spearman Rank diperoleh nilai probabilitas sebesar 0,002 ($< 0,05$), menandakan adanya hubungan yang signifikan antara lama penggunaan gadget dan masalah mental emosional anak prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis. Selanjutnya, penelitian Heryanto et al., (2023) di RA Binaul Ummah, Kuningan, memperkuat hasil tersebut dengan nilai P value = 0,004 dan koefisien $\rho = 0,275$, yang berarti terdapat hubungan antara lama penggunaan gadget dengan perkembangan anak prasekolah.

Kekuatan hubungan yang berada pada kategori sedang ($r = 0,591$) menunjukkan bahwa lama penggunaan gadget bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi perkembangan emosional anak. Hal ini sejalan dengan pandangan ekologi Bronfenbrenner dalam Sluiter et al., (2025) yang menyatakan bahwa perkembangan emosional anak merupakan produk

interaksi faktor biologis, keluarga, sekolah, dan program edukatif. Meta analisis 10 studi oleh Khasanah et al., (2024) menunjukkan korelasi rata-rata $r = 0,71$ antara kualitas interaksi keluarga dan perilaku sosial emosional anak, yang nilainya lebih tinggi dibandingkan dengan korelasi lama penggunaan gadget dalam penelitian ini ($r = 0,591$), menunjukkan bahwa pola asuh dan kualitas hubungan orang tua-anak memiliki pengaruh yang lebih dominan. Heeman et al., (2024) juga menemukan bahwa sensitivitas ibu dan attachment aman dapat memprediksi peningkatan regulasi emosi balita, sementara Fanny et al., (2023) melaporkan bahwa pola asuh otoriter berkorelasi signifikan dengan perkembangan emosional yang menyimpang ($\rho = 0,43$). Faktor kualitas konten dan pendampingan orang tua (*co-viewing*) juga memiliki peran yang sangat penting, dimana dalam meta analisis JAMA Pediatrics memperlihatkan bahwa konteks jenis konten dan co-use lebih menentukan daripada durasi semata. Lu & Li (2024) melaporkan bahwa aplikasi edukatif interaktif berasosiasi dengan peningkatan ekspresi emosi positif, sedangkan video cepat berpindah berkorelasi dengan impulsivitas, sementara Kobayashi & Alcantara (2023) menemukan bahwa co-viewing dapat mengurangi perilaku agresif karena orang tua memberi konteks dan modeling regulasi emosi. Dalam penelitian ini, variabel jenis konten yang diakses anak dan intensitas pendampingan orang tua tidak diukur secara spesifik, sehingga hal ini dapat menjelaskan mengapa kekuatan hubungan hanya berada pada kategori sedang dan mengapa masih terdapat 25 anak yang memiliki perkembangan emosional positif meskipun menggunakan gadget dalam

durasi yang lama, kemungkinan karena mereka mendapat pola asuh yang responsif, menonton konten edukatif, dan mendapat pendampingan yang baik dari orang tua.

Pada anak usia prasekolah, perkembangan emosional merupakan aspek yang sangat penting karena kemampuan anak dalam mengenali dan mengelola emosi menjadi dasar saat mereka mulai berinteraksi dengan lingkungan sekitar yang dapat memengaruhi perilakunya. Emosi pada anak dapat berupa rasa senang, takut, marah, dan sebagainya. Pada masa ini, anak mulai menunjukkan emosi evaluatif seperti rasa bangga, malu, dan bersalah, yang menandakan bahwa mereka telah mulai memahami serta menilai perilaku diri sendiri (Napitupulu et al., 2021).

Salah satu faktor yang dapat memengaruhi perkembangan emosional anak adalah kebiasaan anak dalam menggunakan gadget. Biasanya, pengenalan gadget dimulai dari upaya orang tua atau anggota keluarga untuk menenangkan anak, misalnya dengan memperlihatkan game atau video di gadge-t agar anak tidak rewel atau menangis. Namun, cara pengalihan seperti ini justru secara tidak langsung memperkenalkan anak pada penggunaan gadget sejak dini, yang kemudian dapat menumbuhkan rasa ingin tahu dan ketertarikan berlebih terhadap gadget (Mutiara et al., 2020).

Dalam penelitian ini, sebagian besar responden menggunakan gadget lebih dari satu jam per hari, yang tidak sesuai dengan rekomendasi dari *American Academy of Pediatrics* (AAP). Menurut AAP, anak usia 2–5 tahun sebaiknya tidak menggunakan gadget lebih dari satu jam setiap hari, agar

tidak mengganggu waktu tidur, aktivitas fisik, maupun kebiasaan sehari-hari lainnya. Adapun aplikasi yang paling sering digunakan anak adalah YouTube, di mana sebagian besar anak menonton kartun, bermain game online, dan sesekali menonton video edukatif sebagai sarana bermain sambil belajar (Agustin et al., 2022).

Menariknya, meskipun sebagian anak menggunakan gadget dalam durasi yang cukup lama, perkembangan emosionalnya tetap tergolong positif. Hal ini menunjukkan bahwa durasi penggunaan gadget bukan satu-satunya faktor penentu, melainkan juga kualitas dan pendampingan selama anak menggunakan gadget. Ketika anak menggunakan gadget untuk menonton konten edukatif, berinteraksi melalui permainan yang melatih empati, atau belajar mengenali ekspresi emosi melalui video animasi yang positif, hal tersebut justru dapat mendukung perkembangan emosionalnya. Selain itu, kehadiran orang tua dalam mendampingi anak saat bermain gadget berperan penting dalam mengajarkan cara mengenali perasaan, mengontrol emosi, serta memahami perilaku sosial yang baik.

Sebaliknya, anak yang menggunakan gadget tanpa pengawasan cenderung mudah marah, sulit fokus, dan kurang responsif terhadap lingkungan sosialnya. Hasil observasi Kurniawati dalam Heryanto et al., (2023) menunjukkan bahwa anak yang terlalu lama menggunakan gadget menjadi lebih sulit diajak berkomunikasi, kurang peduli terhadap orang di sekitarnya, dan sering kali menunjukkan respons emosional yang rendah terhadap stimulasi sosial.

Oleh karena itu, pengaturan durasi penggunaan gadget serta pendampingan aktif dari orang tua merupakan langkah penting dalam menjaga keseimbangan perkembangan emosional anak. Penerapan batas waktu penggunaan, pengaktifan mode anak (*Kids Mode*), dan pemantauan konten secara berkala dapat menjadi strategi efektif untuk mengurangi dampak negatif gadget. Selain itu, melibatkan anak dalam aktivitas fisik, permainan tradisional, atau kegiatan sosial di luar rumah akan membantu anak belajar mengelola emosi secara alami, sekaligus menumbuhkan kreativitas dan rasa percaya diri (Heryanto et al., 2023).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penggunaan gadget dalam batas yang wajar dan dengan pendampingan yang tepat tidak selalu berdampak buruk terhadap perkembangan emosional anak. Justru, gadget dapat menjadi sarana positif dalam mendukung pembelajaran emosional apabila digunakan dengan bijak dan seimbang antara dunia digital dan interaksi sosial nyata.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, penelitian hanya dilakukan pada anak usia prasekolah di RA Tarbiyatul Athfal 37 Genuksari Semarang, sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan pada lembaga pendidikan anak usia dini lainnya yang memiliki karakteristik dan lingkungan yang berbeda. Kedua, proses pengumpulan data memerlukan keterlibatan orang tua untuk memberikan informasi mengenai kebiasaan penggunaan gadget dan perkembangan emosional anak. Ketiga, metode

pengumpulan data yang menggunakan kuesioner juga memungkinkan adanya bias respon, karena jawaban yang diberikan dapat dipengaruhi oleh persepsi pribadi atau keinginan orang tua untuk menampilkan citra diri yang baik dalam pengasuhan anak. Penelitian ini juga belum meneliti faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi perkembangan emosional anak, seperti pola komunikasi keluarga, jenis konten yang diakses anak, serta durasi pendampingan orang tua selama anak menggunakan gadget.

D. Implikasi Keperawatan

Implikasi keperawatan dari hasil penelitian ini adalah pentingnya peran perawat, terutama perawat anak dan perawat keluarga dalam memberikan edukasi kepada orang tua mengenai penggunaan gadget yang bijak pada anak usia dini. Perawat dapat berperan sebagai edukator dalam menyampaikan informasi tentang dampak penggunaan gadget yang berlebihan terhadap aspek emosional anak serta pentingnya pendampingan orang tua selama anak menggunakan gadget. Selain itu, perawat juga diharapkan dapat bekerja sama dengan pihak sekolah dan masyarakat untuk mengembangkan program promosi kesehatan yang menekankan pada pengaturan waktu penggunaan gadget, peningkatan interaksi sosial anak, serta stimulasi aktivitas bermain yang mendukung perkembangan emosional. Temuan ini juga dapat menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya untuk meninjau faktor-faktor lain yang turut memengaruhi perkembangan emosional anak, seperti pola asuh, lingkungan keluarga, dan jenis konten yang diakses anak saat menggunakan gadget.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Lama Penggunaan Gadget dengan Perkembangan Emosional Anak Usia Prasekolah di RA Tarbiyatul Athfal 37 Genuksari Semarang, dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut:

1. Mayoritas responden berada pada kelompok usia 5 tahun, yang termasuk dalam tahap perkembangan prasekolah, di mana anak mulai aktif mengeksplorasi lingkungan sekitar dan membentuk kemampuan sosial-emosional dasar. Berdasarkan jenis kelamin, jumlah responden laki-laki sedikit lebih banyak dibandingkan perempuan.
2. Sebagian besar anak memiliki pola penggunaan gadget yang tidak baik, menandakan bahwa durasi dan intensitas penggunaan gadget masih perlu dikendalikan. Meskipun demikian, sebagian besar anak menunjukkan perkembangan emosional yang positif, yang mencerminkan kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri dan mengelola emosi secara baik.
3. Hasil uji *statistik Spearman Rank* menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara lama penggunaan gadget dengan perkembangan emosional anak ($p = 0,000$; $r = 0,591$). Nilai korelasi tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada tingkat sedang dan bersifat positif, yang berarti semakin baik penggunaan gadget oleh anak, maka semakin positif pula perkembangan emosional yang dimilikinya.

B. Saran

1. Bagi Orang Tua

Penelitian ini dapat memberikan wawasan kepada orang tua mengenai dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan emosional anak. Orang tua akan mendapatkan informasi yang lebih jelas mengenai batasan waktu yang tepat untuk penggunaan gadget anak-anak serta cara-cara mengatur penggunaan gadget agar tidak mengganggu perkembangan emosional. Penelitian ini juga dapat membantu orang tua dalam mengidentifikasi dampak negatif penggunaan gadget dan bagaimana cara mengatasinya.

2. Bagi Pendidik

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada pendidik mengenai pengaruh penggunaan gadget terhadap perilaku emosional anak di lingkungan sekolah. Pendidik dapat memanfaatkan hasil penelitian ini untuk mengedukasi orang tua mengenai pentingnya pengelolaan waktu penggunaan gadget dan memberikan pembelajaran yang mendukung perkembangan emosional anak-anak di sekolah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini akan menambah literatur mengenai hubungan antara penggunaan teknologi, khususnya gadget, dengan perkembangan emosional anak usia prasekolah. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang membahas dampak teknologi terhadap perkembangan anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggeriyane, A., Widyaningrum, R., & Nuraini, L. (2024). Program skrining perkembangan sosial emosional anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Azwira, R., Hidayat, T., & Widodo, S. (2024). Efektivitas intervensi PAUD terhadap perkembangan sosial emosional. *Jurnal Psikologi Anak*.
- Badan Pusat Statistik (BPS). (2022). *Penggunaan Teknologi Informasi pada Anak Usia Dini di Indonesia*. Jakarta: BPS.
- Damayani, A. (2023). Kompetensi guru dalam stimulasi emosi anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*.
- de Oliveira, J., et al. (2023). Sleep and emotional regulation in toddlers. *BMC Public Health*.
- Domoff, S. E., et al. (2022). Bedtime screen use and heart rate variability in preschoolers. *Journal of Child Psychology*.
- Ernst, J., & Stelley, M. (2024). Nature-based learning and emotional regulation. *Journal of Early Childhood*.
- Fatmasari, N., & Lestari, P. (2022). Pengaruh penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial emosional anak prasekolah. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*.
- Fanny, R., Nadhiroh, H., & Taufiqoh, A. (2023). Pola asuh dan perkembangan emosional anak di Surabaya. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*.
- Ganie, S., et al. (2023). Parental stress during lockdown and child behavior. *Jurnal Psikologi Keluarga*.
- Gunawan, I. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Hadiyanto, A., Dewi, M., & Sari, N. (2023). Hubungan screen time dengan perilaku anak prasekolah. *Jurnal Keperawatan Indonesia*.
- Heeman, E., Plantin Ewe, A., et al. (2024). Maternal sensitivity and child emotion regulation. *Child Development Research*.

- Hinkley, T., et al. (2019). Screen time and child behavioral outcomes. *JAMA Pediatrics*.
- Kemendes RI. (2018). Pedoman penggunaan gadget pada anak. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Khasanah, N., et al. (2024). Meta-analisis pola asuh dan perkembangan emosi anak Asia. *Jurnal Psikologi Perkembangan*.
- Kobayashi, C., & Alcantara, D. (2023). Co-viewing reduces aggression in preschool children. *International Journal of Behavioral Development*.
- Li, Z., et al. (2022). Genetic and environmental influences on infant temperament. *Developmental Psychology*.
- Liu, Y., et al. (2023). Home learning environment and child emotional skills. *Child Indicators Research*.
- Lu, C., & Li, M. (2024). Neuropsychological effects of screen time in early childhood. *Child Neuropsychology*
- Mahfudloh, S. (2024). Literature review: Pola asuh demokratis dan kemandirian emosi anak. *Jurnal Psikologi Islam*.
- Mallawaarachchi, B., et al. (2024). Screen media and child socioemotional development: A meta-analysis. *JAMA Pediatrics*.
- Nilfyr, C., & Plantin Ewe, A. (2025). Regulasi emosi sebagai indikator kesiapan sekolah. *Scandinavian Journal of Child Research*.
- Nobre, A., et al. (2022). Mindfulness-based apps and emotional regulation in preschoolers. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Novianti, D., & Garzia, M. (2020). Pengaruh gadget terhadap perilaku sosial anak usia dini. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak*.
- Nurhayati, N., & Ramadhani, I. (2021). Gadget dan perilaku agresif pada anak prasekolah. *Jurnal Keperawatan Anak*.
- Nuraini, T., & Wardhani, R. (2023). Dampak pola asuh terhadap durasi penggunaan gadget anak. *Jurnal Keperawatan Keluarga*.
- Parker, E., et al. (2024). Screen time at night, sleep, and child emotion regulation. *Pediatrics and Child Health Journal*.

- Prayitno, S., Rusdianah, & Yuliana, M. (2024). Screen time dan keterlambatan emosi anak TK. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Prino, L. E., et al. (2023). Parental burnout dan emosi anak pasca pandemi. *European Journal of Developmental Psychology*.
- Rizki, D. A., & Amalia, R. (2020). Penggunaan gadget dan empati anak prasekolah. *Jurnal Ilmu Keperawatan*.
- Samsinar, R., et al. (2021). Laporan nasional gangguan perkembangan anak Indonesia. *Jurnal Kesehatan Anak Nasional*.
- Simanjuntak, D. R., et al. (2022). Tingkat perkembangan sosial emosional anak prasekolah di Riau. *Jurnal Ilmiah Anak Usia Dini*.
- Situmorang, R., et al. (2021). Pengaruh gadget terhadap perkembangan anak. *Jurnal Psikologi Perkembangan*.
- Sluiter, M., Fukkink, R., & Fekkes, M. (2025). Quality of early childhood education and long-term emotional outcomes. *Early Education Research Journal*.
- Sofyan, A., & Mujiyanti, R. (2023). Durasi gawai dan perkembangan sosial anak di TK Pelita 2. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Sukmawardani, L. (2024). Dukungan sosial dan well-being emosional anak prasekolah. *Jurnal Ilmu Psikologi*.
- Vasconcellos, D., et al. (2025). Cumulative screen exposure and emotional dysregulation. *Child Development Review*.
- Wlodarczyk, A., et al. (2022). Infant behavioral inhibition and later anxiety symptoms. *Journal of Child Psychology*.
- Mallawaarachchi, B., dkk. (2024). Media layar dan perkembangan sosioemosional anak: Sebuah meta-analisis. *JAMA Pediatrics*.
- Novianti, D., & Garzia, M. (2020). Pengaruh gadget terhadap perilaku sosial anak usia dini. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Anak*.
- Yasril, A. I., & Fatma, F. (2021). Penerapan Uji Korelasi Spearman Untuk Mengkaji Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Diabetes Melitus Di Puskesmas Sicincin Kabupaten Padang Pariaman. *Human Care Journal*, 6(3), 527. <https://doi.org/10.32883/Hcj.V6i3.1444>

Ksanjaya, R., & Rahayu, E. T. (2022). Motivasi Siswa Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Futsal Di Sma Negeri 1 Blanakan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(5), 1707–1715.

