

Hubungan penggunaan *Gadget* terhadap Masalah Perilaku Emosional Anak Usia 4-6 Tahun di TK Negeri 1 Sanden

Baita Awiktamara Nisa^{1*}, Nidatul Khofiyah²

^{1,2}Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia

E-mail: baitaawiktamara2003@gmail.com¹, nidatulkhofiyah@unisayogya.ac.id²

*Penulis Korespondensi: baitaawiktamara2003@gmail.com

Abstract. *The social and emotional development of preschool children is influenced by environmental stimulation, including the increasing use of digital gadgets. Globally, approximately 5–25% of children aged 0–5 years experience developmental disorders, some of which are associated with excessive digital exposure. Uncontrolled gadget use may contribute to emotional behavioral problems, including irritability, loss of appetite, difficulty maintaining attention, reduced responsiveness, and social withdrawal. This study aimed to examine the relationship between gadget use and emotional behavioral problems among children aged 4–6 years at TK Negeri (State Kindergarten) 1 Sanden. This study employed a quantitative research design using a cross-sectional approach. The study population consisted of 93 children, with 79 participants selected through purposive sampling. Data were collected using a KMPE-Kuesioner Masalah Perilaku Emosional (Gadget Use Questionnaire and the Child Emotional Behavioral Problems) Questionnaire. Data were analyzed using the Spearman's rank correlation test in SPSS with a significance level of 0.05. The findings revealed variations in the intensity of gadget use among children. In addition, statistical analysis demonstrated a significant relationship between gadget use and emotional behavioral problems ($p = 0.001$; $r = 0.850$). Higher intensity of gadget use was associated with a greater risk of emotional behavioral problems among preschool children. These findings are expected to provide valuable insights for parents to consistently supervise their children's gadget use and ensure that the accessed content is age-appropriate. Furthermore, parents are encouraged to engage children in beneficial activities, such as active play, interpersonal communication, reading, and participation in social activities, to optimally support their social and emotional development.*

Keywords: *Preschool children; Gadget use; Emotional behavioral*

Abstrak. Perkembangan sosial dan emosional anak prasekolah dipengaruhi stimulasi lingkungan, termasuk meningkatnya penggunaan *gadget*. Secara global, 5–25% anak 0-5 tahun mengalami gangguan perkembangan, sebagian dipengaruhi paparan digital berlebih. Penggunaan *gadget* yang tidak terkontrol dapat memicu masalah perilaku emosional seperti mudah marah, hilang nafsu makan atau minum, sulit fokus, kurang responsif, dan penarikan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan penggunaan *gadget* terhadap masalah perilaku emosional pada anak usia 4–6 tahun di TK Negeri 1 Sanden. Penelitian menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi 93 anak dan sampel berjumlah 79 anak yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner penggunaan *gadget* dan Kuesioner Masalah Perilaku Emosional anak (KMPE). Analisis data menggunakan SPSS melalui uji *Spearman Rank* dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan variasi intensitas penggunaan *gadget* pada anak, dan uji statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara penggunaan *gadget* terhadap masalah perilaku emosional ($p = 0,001$; $r = 0,850$). Semakin tinggi intensitas penggunaan *gadget*, semakin besar risiko munculnya masalah perilaku emosional pada anak prasekolah. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi orang tua untuk selalu mendampingi anak saat menggunakan *gadget* dan memastikan konten yang diakses sesuai usia. Selain itu, orang tua perlu mengarahkan anak pada aktivitas yang bermanfaat, seperti bermain aktif, berkomunikasi, membaca, atau mengikuti kegiatan sosial, sehingga perkembangan sosial dan emosional anak tetap terstimulasi secara optimal.

Kata Kunci: Anak prasekolah; *Gadget*; Perilaku emosional.

1. PENDAHULUAN

Anak usia prasekolah (4–6 tahun) berada pada masa keemasan (*golden age*) di mana perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional berlangsung sangat pesat. Pada periode ini otak mencapai sekitar 80% ukuran dewasa, sehingga stimulasi melalui bermain, interaksi, dan komunikasi sangat berpengaruh terhadap perkembangan karakter dan kemampuan regulasi

emosi anak (Narulita, 2022). Perkembangan anak mencakup aspek motorik, kognitif, sosial-emosional, dan bahasa yang saling terkait dan memengaruhi kesiapan anak memasuki pendidikan dasar (Suratno, Ma'rifah, & Sa'diyah, 2025).

Pesatnya perkembangan teknologi membuat *gadget* menjadi bagian dari kehidupan anak. Penggunaan *gadget* yang tepat dapat mendukung pembelajaran bahasa, namun penggunaan berlebihan dapat memicu masalah emosi seperti mudah marah, sulit fokus, dan menarik diri (Sangadi, Hapsari, & Pudjiati, 2024). Selama pembelajaran jarak jauh, beberapa anak prasekolah menunjukkan gejala perilaku emosional seperti kesulitan mengendalikan emosi, perubahan perilaku, dan gangguan interaksi sosial berdasarkan hasil PSC-17 (Fachmi, Kustiwa, & Hani, 2022). Secara global, 5–25% anak 0-5 tahun mengalami gangguan perkembangan, sebagian dipengaruhi paparan digital berlebih (WHO, 2021). WHO (2021) juga melaporkan 3,9 miliar anak usia 3–6 tahun telah menggunakan *gadget*. Di Indonesia, 33,44% anak prasekolah telah menggunakan *gadget*, dan seperempatnya aktif berinternet.

Masalah sosial-emosional anak Indonesia juga cukup tinggi. Kemenkes RI (2021) menunjukkan capaian perkembangan sosial emosional anak baru 69,9%, lebih rendah dibanding negara Asia lain (>80%). Kemenkes RI (2021) juga mencatat peningkatan gangguan mental emosional pada anak prasekolah, dipengaruhi pola asuh, lingkungan, serta paparan media digital. Di Kabupaten Bantul, pemantauan status gizi melalui PSG menunjukkan prevalensi stunting meningkat dari 7,91% menjadi 9,05% pada tahun 2025, sementara wasting 4,9% (Luqman, 2025). Kondisi kekurangan gizi pada anak prasekolah dapat berhubungan dengan risiko keterlambatan perkembangan, termasuk regulasi emosi (Aziizah & Latifah, 2024).

Penelitian terkait *gadget* menunjukkan konsistensi temuan. Mursidah, Sari, & Bachri (2024) menemukan mayoritas anak prasekolah dengan durasi penggunaan *gadget* sedang dan lama memiliki perkembangan emosional yang terganggu, dengan hubungan signifikan pada skala kesulitan ($p = 0,000$) dan skala kekuatan ($p = 0,004$). Firinda et al. (2024) juga mencatat korelasi signifikan antara intensitas *gadget* dan masalah perilaku emosional ($r = 0,312$; $p = 0,001$), termasuk agresivitas dan penarikan diri. Pemerintah menanggapi kondisi ini melalui PP No. 17 Tahun 2025 tentang perlindungan anak dalam sistem elektronik serta penguatan skrining perilaku emosional (Noya, Longgupa, & Sitorus, 2022).

Di wilayah Sanden, penggunaan *gadget* pada anak usia dini masih cukup tinggi, sementara penerapan budaya jam belajar belum berjalan dengan optimal. Budaya jam belajar (18.00–21.00 WIB) belum sepenuhnya diikuti. Selain itu, karakteristik orang tua yang beragam, seperti tingkat pendidikan, pekerjaan, dan pola asuh, memberikan gambaran yang

menarik untuk melihat apakah ada hubungan antara penggunaan *gadget* dengan perilaku emosional anak. TK Negeri 1 Sanden dipilih sebagai lokasi penelitian karena sebelumnya telah menjadi tempat pelaksanaan berbagai penelitian terkait perkembangan anak usia dini ketika masih bernama TK Pembina Kecamatan Sanden. Berbagai penelitian tersebut membahas beberapa aspek perkembangan anak, antara lain pembentukan karakter, kemampuan bekerja sama, dan keterampilan motorik. Namun, pada lokasi ini belum terdapat penelitian yang mengkaji hubungan penggunaan *gadget* terhadap masalah perilaku emosional anak usia 4–6 tahun. Adanya penelitian terdahulu di lokasi ini menunjukkan bahwa karakteristik peserta didik di TK Negeri 1 Sanden relevan untuk dijadikan subjek penelitian mengenai perkembangan anak serta mendukung kelancaran pelaksanaan pengumpulan data.

Studi pendahuluan di TK Negeri 1 Sanden terhadap 4 anak menggunakan KMPE menunjukkan 1 anak mengalami masalah perilaku emosional dan 2 anak kategori meragukan, ditandai ketidakmampuan mempertahankan perhatian, reaksi negatif, dan aktivitas motorik berlebih. Wawancara menunjukkan sebagian besar anak sudah terbiasa memakai *gadget* untuk menonton video atau bermain *game* di rumah. Temuan tersebut mengindikasikan adanya perubahan perilaku dan emosi yang kemungkinan berkaitan dengan intensitas penggunaan *gadget*. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan penggunaan *gadget* dengan masalah perilaku emosional pada anak usia 4–6 tahun di TK Negeri 1 Sanden penting dilakukan untuk memberikan pemahaman tentang bagaimana penggunaan *gadget* memengaruhi kemampuan anak dalam mengenali dan mengelola emosi serta menjadi bahan pertimbangan bagi guru dan orang tua dalam memberikan pendampingan yang tepat.

2. METODE

Metode dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi berjumlah 93 anak dan jumlah sampel berjumlah 79 anak dengan rumus slovin. Teknik Sampling menggunakan *Purposive*. Adapun kriteria inklusinya adalah orang tua atau pengasuh utama yang paling sering mendampingi anak dalam aktivitas sehari-hari, anak dalam kondisi tubuh sehat saat pengambilan data atau tidak sakit berat yang mengganggu aktivitas sehari-hari, dan hadir di sekolah. Sementara itu, untuk kriteria eksklusi yaitu anak yang memiliki gangguan perkembangan berat atau kelainan bawaan yang dapat memengaruhi kemampuan emosional dan perilaku. Penelitian dilakukan pada bulan Januari 2026. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dengan kuesioner penggunaan *gadget* yang telah teruji validitas menunjukkan nilai dengan sig(2 tailed). 0,000 atau $<0,05$ dan teruji reabilitas dengan nilai *Cronbach's alpha* $>0,6$. Dan menggunakan Kuesioner Masalah Perilaku

Emosional (KMPE) yang terstandar nasional. Analisis data adalah analisis univariat dan bivariat. Analisis statistik dengan menggunakan Uji *Statistic Spearman Rank* dengan tingkat kesalahan (α) yang digunakan peneliti yaitu 0,05. *Ethical clearance* penelitian dengan nomor No.5128/KEP-UNISA/I/2026.

3. HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden.

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia Kehamilan	Prematur	20	25,3%
	Matur	57	74,7%
BB Lahir	BBLR	22	27,8%
	Normal	59	72,2%
Usia Anak	4 tahun	14	17,7%
	5 tahun	27	34,2%
	6 tahun	38	48,1%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	40	50,6%
	Perempuan	39	49,4%
Pendidikan Ibu	SMP	15	19,0%
	SMA	35	44,3%
	Perguruan Tinggi	29	36,7%
Pekerjaan Ibu	IRT	39	49,4%
	Guru	12	15,2%
	Karyawan Swasta	20	25,3%
	PNS	8	10,1%

Sumber data: Data Primer (2026)

Tabel 1 menunjukkan distribusi karakteristik 79 responden anak usia 4–6 tahun. Berdasarkan usia kehamilan ibu, mayoritas anak lahir cukup bulan (matur) (74,7%), sementara anak lahir belum cukup bulan (prematur) (25,3%). Sejalan dengan itu, berdasarkan berat badan lahir, terdapat 27,8% anak dengan berat badan lahir rendah (BBLR) dan 72,2% dengan berat badan lahir normal. Berdasarkan usia, sebagian besar anak berusia 6 tahun (48,1%), diikuti usia 5 tahun (34,2%), dan 4 tahun (17,7%). Distribusi jenis kelamin relatif seimbang, dengan laki-laki (50,6%) dan perempuan (49,4%). Karakteristik pendidikan ibu menunjukkan bahwa hampir setengah responden memiliki ibu dengan pendidikan SMA (44,3%), kemudian Perguruan Tinggi (36,7%), dan SMP (19,0%). Sementara itu, pekerjaan ibu didominasi oleh Ibu Rumah Tangga (IRT) sebesar 49,4%, diikuti karyawan swasta (25,3%), guru (15,2%), dan PNS (10,1%).

Tabel 2. Penggunaan Gadget

Karakteristik	Kategori	n	%
Kepemilikan Gadget	Gadget Pribadi	37	46,8%
	Gadget Orang Tua	42	53,2%
Pengetahuan Orang Tua tentang Gadget	Mengetahui pengaruh gadget	74	93,7%
	Tidak mengetahui	5	6,3%
Aplikasi yang Digunakan	Video	38	48,1%
	Belajar	7	8,9%
	Game	34	43,0%
Pendampingan Orang Tua dalam Penggunaan Gadget	Anak ditemani	51	64,6%
	Anak tidak ditemani	28	35,4%

Sumber data: Data Primer (2026)

Tabel 2 menunjukkan kebiasaan dalam penggunaan *gadget*. Berdasarkan pola penggunaan *gadget* pada anak menunjukkan kecenderungan bahwa sebagian besar anak masih bergantung pada *gadget* milik orang tua (53,2%), dibandingkan dengan anak yang memiliki *gadget* pribadi (46,8%). Di sisi lain, tingkat pengetahuan orang tua tergolong baik, dimana sebagian besar responden (93,7%) telah mengetahui pengaruh penggunaan *gadget*, sementara hanya sebagian kecil (6,3%) yang belum mengetahuinya. Lebih lanjut, jika dilihat dari jenis aplikasi yang digunakan, aktivitas yang paling dominan adalah menonton video (48,1%), bermain *game* (43,0%), diikuti belajar (8,9%). Dari aspek pendampingan, mayoritas anak menggunakan *gadget* dengan didampingi orang tua (64,6%), meskipun masih terdapat anak yang menggunakannya tanpa pendampingan (35,4%).

Tabel 3. Distribusi Intensitas Penggunaan *Gadget* Terhadap Perilaku Emosional Pada Anak Usia 4-6 Tahun.

Penggunaan Gadget	Normaln (%)	Meragukann (%)	Bermasalahn (%)	p-value
Rendah	40 (50,6%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	0,001
Sedang	8 (10,1%)	2 (2,5%)	9 (11,4%)	
Tinggi	0 (0,0%)	4 (5,1%)	16 (20,3%)	
Jumlah	48 (60,8%)	6 (7,6%)	25 (31,6%)	

Sumber data: Data Primer (2026)

Berdasarkan tabel 2, mayoritas anak dengan penggunaan *gadget* rendah memiliki perilaku emosional normal (50,6%). Sementara itu, pada penggunaan *gadget* sedang terdapat variasi kondisi perilaku emosional yaitu normal (10,1%), meragukan (2,5%) dan bermasalah (11,4%). Pada anak dengan penggunaan *gadget* tinggi mayoritas anak menunjukkan perilaku emosional bermasalah (20,3%), sedangkan kategori meragukan (5,1%). Secara keseluruhan, perilaku emosional yang paling dominan pada anak adalah kategori bermasalah, terutama pada anak yang menggunakan *gadget* dengan intensitas sedang hingga tinggi. Berdasarkan hasil uji

Spearman Rank menunjukkan $p\text{-value} = 0,001$ ($<0,05$), sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi penggunaan *gadget* dan perilaku emosional anak usia 4–6 tahun di TK Negeri 1 Sanden.

4. PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan usia kehamilan ibu, walaupun mayoritas anak riwayat lahir cukup bulan (matur) namun terdapat 25,3% anak lahir belum cukup bulan (prematur). Secara umum, usia kehamilan memiliki hubungan dengan perkembangan anak, termasuk perkembangan emosional. Bayi yang lahir cukup bulan disebut matur, yaitu bayi yang lahir pada usia kehamilan sekitar 37–42 minggu. Menurut *American College of Obstetricians and Gynecologists* (2022) menyatakan rentang usia kehamilan aterm dibagi secara lebih rinci menjadi beberapa kategori, yaitu *early aterm* pada usia kehamilan 37 minggu 0 hari hingga 38 minggu 6 hari, *full aterm* pada 39 minggu 0 hari hingga 40 minggu 6 hari, dan *late aterm* pada 41 minggu 0 hari hingga 41 minggu 6 hari. Sementara itu, kehamilan yang mencapai usia 42 minggu 0 hari atau lebih dikategorikan sebagai *postterm*. Bayi belum cukup bulan atau kelahiran prematur adalah kelahiran sebelum usia kehamilan 37 minggu, yang terbagi menjadi prematur akhir (34–36 minggu), prematur sedang (32–34 minggu), sangat prematur (<32 minggu), dan prematur ekstrem (<28 minggu). Hasil penelitian Khomariyah & Permata (2024) menyatakan bayi prematur cenderung mengalami hambatan perkembangan otak yang dapat berdampak pada berbagai aspek, seperti motorik, kognitif, bahasa, sosial, dan emosional. Selain itu, anak yang lahir prematur juga berisiko mengalami gangguan tumbuh kembang, termasuk masalah pendengaran, penglihatan, perilaku, serta kemampuan psikomotorik dan intelektual. Hal ini terjadi karena proses pematangan organ, terutama otak, belum berlangsung secara optimal di dalam kandungan. Akibatnya anak cenderung lebih sensitif seperti mudah marah dan sulit beradaptasi dengan lingkungan.

Usia kehamilan memiliki hubungan yang erat dengan berat badan lahir bayi. Berdasarkan hasil penelitian berat badan lahir anak, menunjukkan bahwa sebagian anak memiliki riwayat kondisi lahir yang berisiko yakni 27,8% anak riwayat Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Bayi yang lahir sebelum usia 37 minggu berisiko memiliki Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) namun berat badan lahir tidak hanya dipengaruhi oleh usia kehamilan, tetapi juga oleh faktor lain seperti kondisi kesehatan ibu, status gizi, dan fungsi plasenta (Wahyuhidaya, 2024).

Berdasarkan usia, sebagian besar anak berusia 6 tahun (48,1%). Pada usia ini, anak

prasekolah berada pada tahap perkembangan yang sangat aktif dalam mengeksplorasi lingkungan, termasuk penggunaan *gadget*. Menurut Firinda et al. (2024) bahwa anak prasekolah kebanyakan menggunakan *gadget* untuk bermain *game* dan menggunakan berbagai aplikasi media sosial seperti *youtube* dan *tiktok*. *Game* dan internet yang ditawarkan oleh *gadget* menjadi semakin menonjol memberikan efek pada individu khususnya anak yang mulai kehilangan kendali atas *game* mereka. Efek pada perilaku emosional, *game* dan internet yang berlebihan dapat mengakibatkan masalah terhadap kontrol impuls, penghambatan perilaku, perhatian, dan fungsi kognitif umum. Berdasarkan karakteristik jenis kelamin mayoritas responden adalah laki-laki (50,6%). Hal ini sejalan dengan penelitian Cindy et al. (2022) yang menyebutkan bahwa, mayoritas anak laki-laki lebih sering bermain diluar rumah dengan membawa *gadget* untuk bermain *game* bersama teman sebayanya. Aktivitas bermain di luar rumah tersebut membuat anak laki-laki cenderung lebih terikat pada penggunaan *gadget* untuk permainan yang bersifat kompetitif, terutama *game online*. Apabila lingkungan teman sebayanya kurang memberikan pengaruh yang baik dan memiliki kebiasaan bermain *game online* dalam waktu yang lama, hal tersebut dapat berdampak pada munculnya perilaku yang kurang baik.

Berdasarkan karakteristik pendidikan ibu menunjukkan bahwa hampir setengah responden memiliki ibu dengan pendidikan SMA (44,3%). Berdasarkan Penelitian Penelitian Fatah, Turahma, & Al-Ikhlās (2025) menunjukkan bahwa tingkat pendidikan orang tua berpengaruh terhadap luasnya akses informasi, sehingga orang tua dengan pendidikan lebih tinggi cenderung lebih memahami pentingnya pembatasan penggunaan *gadget*, pengawasan konten, serta pemberian stimulasi yang sesuai dengan tahap perkembangan anak. Sebaliknya, keterbatasan pendidikan dapat memengaruhi pemahaman dalam menerapkan pola asuh yang tepat. Kondisi ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan tidak hanya berkaitan dengan pengetahuan, tetapi juga memengaruhi cara orang tua dalam mengambil keputusan sehari-hari terkait penggunaan *gadget* dan pengasuhan anak. Dengan pemahaman yang lebih baik, orang tua diharapkan mampu mengarahkan penggunaan *gadget* secara bijak sehingga tetap mendukung perkembangan anak secara optimal.

Sementara itu, pekerjaan ibu didominasi oleh Ibu Rumah Tangga (IRT) sebesar 49,4%. Menurut Rachmaniah et al. (2023) bahwa orang tua yang disibukkan dengan aktivitas rumah tangga cenderung memberikan *gadget* kepada anak sebagai cara untuk mengalihkan perhatian. Saat anak memainkan *gadget*, mereka biasanya lebih tenang dan tidak rewel. Orang tua yang memiliki banyak kesibukan akhirnya lebih mudah memberikan *gadget* agar anak dapat tetap diam dan bermain sendiri. Namun demikian, ibu yang berstatus IRT tidak selalu mengalami

keterbatasan waktu, karena pada kondisi tertentu justru memiliki peluang lebih besar untuk memberikan perhatian, pendampingan, dan stimulasi perkembangan anak secara optimal. Hal ini didukung oleh penelitian Afwani et al. (2022) yang menunjukkan bahwa pengetahuan dan peran ibu sangat memengaruhi pola pengasuhan serta pemberian stimulasi, yang berkontribusi terhadap perkembangan anak secara menyeluruh. Dalam hal ini apabila dikaitkan dengan riwayat pendidikan, mayoritas orang tua yang berpendidikan SMA cenderung memiliki pengetahuan yang cukup mengenai manfaat dan risiko *gadget*, namun belum sepenuhnya mampu menjalankan pengawasan yang optimal. Kombinasi antara kesibukan sebagai ibu rumah tangga dan tingkat pendidikan menengah ini membuat orang tua lebih mudah memberikan *gadget* sebagai solusi praktis untuk mengatasi tantrum pada anak.

Penggunaan *Gadget* Terhadap Perilaku Emosional Pada Anak Usia 4-6 Tahun

Pada hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas anak menggunakan *gadget* untuk menonton video (48,1%), diikuti bermain *game* (43,0%), dan hanya sebagian kecil yang memanfaatkannya untuk kegiatan pembelajaran (8,9%), sehingga menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* masih didominasi oleh aktivitas hiburan dibandingkan pembelajaran. Penggunaan *gadget* yang lebih banyak untuk hiburan berpotensi membuat anak kurang mampu mengelola emosi dengan baik. Penggunaan *gadget* yang didominasi untuk hiburan berpotensi memengaruhi kemampuan anak dalam mengelola emosi, seperti mudah marah dan kurang sabar (Nurbani & Mashudi, 2023). Sementara itu, rendahnya penggunaan untuk pembelajaran menunjukkan pemanfaatan teknologi belum optimal, padahal penggunaan yang tepat dapat meningkatkan minat dan kemampuan belajar anak (Nurafiah et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan sebanyak 6,3 % orang tua tidak mengetahui pengaruh dari *gadget*. Padahal, pengetahuan ibu menjadi dasar utama dalam pengambilan keputusan terkait pemberian dan penggunaan *gadget* pada anak. Penelitian Panggabean et al. (2024) menyatakan bahwa ibu yang memiliki pengetahuan baik cenderung mampu mengontrol durasi, memilih konten, dan melakukan pendampingan, sehingga dapat meminimalkan dampak negatif penggunaan *gadget*. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan penggunaan yang lebih bebas dan tidak terkontrol. Hal ini berisiko meningkatkan durasi penggunaan serta munculnya masalah perilaku pada anak. Semakin baik pemahaman ibu, maka semakin tepat cara dalam mengatur penggunaan *gadget*, sehingga anak tidak hanya terhindar dari dampak negatif, tetapi juga dapat memanfaatkan *gadget* secara lebih bijak dan sesuai dengan tahap perkembangannya.

Selain itu, hasil penelitian berdasarkan kepemilikan *gadget*, mayoritas anak 53,2% belum memiliki *gadget* pribadi. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun mayoritas anak belum

memiliki *gadget* pribadi, jumlah anak yang sudah diberi *gadget* di usia dini cukup besar. Kondisi ini dipengaruhi oleh peran orang tua, lingkungan, serta kebiasaan anak yang sudah terbiasa menggunakan *gadget*. Pemberian *gadget* pribadi sering dianggap lebih praktis karena anak dapat menggunakannya sendiri tanpa harus bergantian dengan orang tua, namun hal ini justru dapat meningkatkan frekuensi dan durasi penggunaan. Hal ini sejalan dengan penelitian Sero & Boro (2024) yang menyatakan bahwa orang tua sering memberikan *gadget* sebagai bentuk pengalihan agar anak tidak mengganggu aktivitas mereka serta karena keterbatasan waktu dalam melakukan pengawasan. Hal tersebut juga sejalan penelitian Sari et al. (2024) menjelaskan bahwa penggunaan *gadget* pada anak terus meningkat dan berkaitan dengan frekuensi serta durasi *screen time* yang tinggi.

Kondisi kepemilikan *gadget* berkaitan dengan pendampingan orang tua, hasil penelitian diperoleh sebesar 64,6% menggunakan *gadget* dengan pendampingan. Meskipun sebagian besar anak telah didampingi, masih ada cukup banyak anak yang menggunakan *gadget* tanpa pendampingan. Pendampingan umumnya dilakukan untuk mengontrol konten dan durasi, sementara kurangnya pendampingan disebabkan oleh kesibukan orang tua atau anggapan anak sudah mandiri. Dengan demikian, kepemilikan *gadget* memberikan akses yang lebih luas, sedangkan pendampingan berperan sebagai kontrol. Tanpa pengawasan atau pendampingan yang optimal, penggunaan *gadget* berisiko mempengaruhi perkembangan bicara dan bahasa anak (Septyani, Lestari, & Suryawan, 2021). Terlebih apabila tanpa adanya interaksi dengan orang tua.

Hasil penelitian menyebutkan bahwa mayoritas anak dengan penggunaan *gadget* rendah memiliki perilaku emosional normal (50,6%). Kategori penggunaan *gadget* rendah ditentukan berdasarkan frekuensi anak menggunakan *gadget* dalam perminggu dan dalam perhari serta lamanya waktu yang dihabiskan setiap kali penggunaan dalam perhari. Anak yang hanya mengakses *gadget* beberapa hari dalam perminggu dan beberapa kali dalam sehari dengan durasi yang pendek umumnya tidak mengalami tekanan berlebihan maupun *overstimulasi* dari paparan layar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* yang lebih terkontrol dan sesuai kebutuhan lebih banyak ditemukan pada anak dengan ibu yang memiliki tingkat pendidikan lebih tinggi (S1). Menurut penelitian Nuraini & Wardhani (2023) menyatakan bahwa orang tua dengan tingkat pendidikan yang lebih baik cenderung lebih mampu mengatur penggunaan *gadget* anak secara bijak. Pembatasan waktu penggunaan *gadget*, pendampingan saat anak menggunakan *gadget*, serta pemberian contoh yang baik dari orang tua merupakan langkah penting untuk meminimalisir dampak negatif *gadget*. *Gadget* seharusnya dimanfaatkan sebagai sarana edukatif, bukan sekadar hiburan semata.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa anak-anak yang berada pada kategori perilaku emosional normal umumnya menggunakan *gadget* secara wajar, terutama untuk menonton video edukatif di *YouTube* dengan durasi terkontrol kurang dari 30 menit perhari setiap kali penggunaan. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Utami & Hidayanto (2025) yang menjelaskan bahwa *YouTube* dapat memberikan manfaat edukatif apabila digunakan dengan pengawasan dan batasan yang jelas dari orang tua. Pembatasan durasi dan seleksi konten terbukti membantu meminimalkan dampak negatif seperti kecanduan, penurunan interaksi sosial, serta perubahan emosi seperti mudah marah atau kurang fokus. Dapat disimpulkan, *gadget* tidak selalu berdampak negatif bagi anak. Perangkat ini juga dapat dimanfaatkan sebagai media pembelajaran, membantu meningkatkan kemampuan berbahasa melalui beragam fitur bahasa, serta dapat menurunkan tingkat stres. Meskipun demikian, penggunaan *gadget* pada anak usia dini tetap memerlukan pengawasan khusus dari orang tua untuk mencegah terjadinya kecanduan. Orang tua perlu menetapkan batasan penggunaan *gadget* dan memastikan anak tidak mengabaikan aktivitas penting seperti mandi, makan, belajar, maupun bermain dengan teman sebaya agar kemampuan bersosialisasinya tetap berkembang dengan baik (Mujatahidin, Rachman, & Hardianti, 2026).

Sementara itu, pada kelompok anak dengan penggunaan *gadget* kategori sedang dan tinggi, mayoritas menunjukkan perilaku emosional yang bermasalah, masing-masing sebanyak 11,4% pada penggunaan sedang dan 20,3% anak pada penggunaan tinggi. Kondisi ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi frekuensi dan durasi penggunaan *gadget*, semakin besar pula risiko anak mengalami gangguan dalam regulasi emosi. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Mujatahidin et al. (2026) bahwa anak usia prasekolah memiliki karakteristik rasa ingin tahu yang sangat tinggi, sehingga akan berpengaruh pada meningkatnya sifat konsumtif terhadap *gadget*. Dengan demikian, meningkatnya intensitas anak prasekolah dalam pemakaian *gadget* maka anak semakin lama menjadi ketergantungan. Sejalan dengan ini, penggunaan *gadget* yang dilakukan tanpa pengawasan serta tanpa adanya batasan waktu yang jelas dapat memengaruhi perilaku dan karakter anak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak yang menghabiskan waktu lama bermain *gadget* setiap hari cenderung mengalami penurunan frekuensi berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Mereka lebih memilih bermain sendiri dan berfokus pada layar dibandingkan berkomunikasi atau bermain dengan teman sebayanya. Kondisi ini dapat memicu terbentuknya perilaku yang lebih individualis, berkurangnya kepedulian terhadap lingkungan sosial, serta menurunnya kemampuan komunikasi interpersonal (Sauri et al., 2022).

Berdasarkan durasi penggunaan, sebagian besar anak yang berada pada kategori

perilaku emosional sedang maupun tinggi terbiasa dengan waktu penggunaan *gadget* yang melebihi 60 menit. Namun pada kategori tinggi diketahui anak lebih dominan menggunakan *gadget* lebih dari empat kali dalam sehari. Kondisi ini menunjukkan bahwa anak cenderung menggunakan *gadget* tanpa pengawasan memadai dari orang tua serta tanpa adanya pembatasan waktu yang jelas selama bermain *gadget*. Menurut Rachmaniah et al. (2023) durasi penggunaan *gadget* yang tinggi pada anak prasekolah, yakni lebih dari 60 menit per hari, merupakan faktor yang dapat meningkatkan risiko ketergantungan terhadap *gadget*. Anak yang menggunakan *gadget* lebih dari satu jam setiap hari memiliki kemungkinan lebih besar mengalami gangguan dalam perkembangan emosinya. Bahkan risiko tersebut meningkat hingga 10,8 kali lebih tinggi dibandingkan anak yang durasi penggunaan *gadget* kurang dari satu jam per hari. Berdasarkan hasil penelitian, anak dengan tingkat penggunaan *gadget* yang tinggi cenderung menunjukkan respons yang kurang optimal, seperti tidak menoleh ketika dipanggil, diam saat diajak berbicara, suka menyendiri, marah ketika diganggu, malas makan dan minum, jarang bermain dengan teman sebaya, dan tidak peduli dengan lingkungan sekitar. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian (Ardyansah, 2026) bahwa masalah emosional yang muncul akibat penggunaan *gadget* di rumah terlihat dari perilaku anak yang menjadi sulit diajak berkomunikasi, tampak acuh, serta kurang memberikan respons ketika orang tua mencoba berbicara dengan mereka.

Berdasarkan hasil uji *Spearman Rank* menunjukkan $p\text{-value} = 0,001 (<0,05)$, sehingga terdapat hubungan yang signifikan pada penggunaan *gadget* terhadap masalah perilaku emosional anak usia 4–6 tahun di TK Negeri 1 Sanden. Hal ini menunjukkan bahwa responden yang menggunakan *gadget* akan mempengaruhi perkembangan anak. Penggunaan *gadget* membuat anak kehilangan kesempatan untuk belajar berkomunikasi dan bersosialisasi secara alami. Akibatnya, anak menjadi kurang mampu merespons rangsangan di sekitarnya, baik secara emosional maupun verbal. Minimnya respons tersebut dapat menghambat perkembangan kemampuan anak dalam berinteraksi dan menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Sejalan dengan penelitian oleh Firmawati & Biahomo (2021) menjelaskan bahwa anak yang terlalu lama bermain *gadget* cenderung malas bergerak dan lebih memilih berinteraksi dengan perangkat tersebut daripada dengan teman sebaya. Hal ini juga berdampak pada kemampuan anak untuk bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya. Dalam konteks perkembangan anak prasekolah, penting untuk memahami bagaimana mereka beradaptasi dengan lingkungan yang semakin dipengaruhi oleh teknologi. Teori Adaptasi dari *Sister Callista Roy* menjelaskan bahwa setiap individu, termasuk anak, selalu berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekitarnya. Proses penyesuaian ini terjadi melalui

berbagai mekanisme, termasuk bagaimana anak merespons rangsangan dari luar, seperti penggunaan *gadget* (Suwondo, 2023). Teori Stimulasi Berlebihan (*Overstimulation Theory*) menjelaskan bahwa *gadget* seperti *smartphone*, tablet, atau televisi memberikan rangsangan visual, auditori, dan kognitif secara intens. Paparan yang terlalu tinggi terutama jika durasi dan frekuensi penggunaan *gadget* meningkat dapat melebihi kapasitas anak untuk memproses informasi, sehingga kemampuan mereka dalam mengatur emosi menurun, yang berpotensi menimbulkan perilaku seperti marah, cemas, atau frustrasi (Lestari, Zikrinawati, & Ikhrom, 2025).

Dalam hal ini, *gadget* dapat menjadi salah satu rangsangan utama yang memengaruhi cara anak beradaptasi. Respon yang muncul bisa bersifat positif apabila anak mampu menggunakannya secara seimbang, namun bisa juga kurang efektif jika penggunaan *gadget* tidak terkontrol. Dengan kata lain, bagaimana anak menanggapi dan menggunakan *gadget* akan menentukan apakah proses adaptasinya berjalan dengan baik atau tidak (Firmawati et al., 2021). Namun, ada berbagai faktor lain yang kemungkinan memengaruhi cara adaptasi atau perilaku dan emosional anak, seperti pola asuh, lingkungan sosial dan keluarga, kualitas tidur anak, pengalaman stres atau trauma, urutan kelahiran, pengetahuan orang tua, serta status ekonomi keluarga.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan penggunaan *gadget* terhadap masalah perilaku emosional pada anak usia 4–6 tahun di TK Negeri 1 Sanden, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara penggunaan *gadget* terhadap masalah perilaku emosional anak, dibuktikan dengan nilai *p-value* 0,001 ($<0,05$) dan $r = 0,850$ (tingkat hubungan sangat kuat). Semakin tinggi frekuensi dan durasi penggunaan *gadget*, semakin besar risiko anak mengalami perilaku emosional bermasalah, seperti, hilang nafsu makan, sulit fokus, sakit kepala, suka membantah, sulit tidur, rewel, mudah cemas dan marah, serta menarik diri dari lingkungan sosial.

Saran dalam penelitian ini ditujukan kepada orang tua agar melakukan pendampingan saat anak menggunakan *gadget*, dengan membatasi durasi penggunaan maksimal 1 jam per hari serta memastikan konten yang diakses sesuai usia dan bersifat edukatif, seperti video pembelajaran atau aplikasi interaktif yang mendukung perkembangan anak. Penggunaan *gadget* juga perlu diatur agar tidak mengganggu waktu belajar dan tidur serta tidak digunakan secara berlebihan untuk hiburan semata. Selain itu, orang tua diharapkan mengarahkan anak pada aktivitas yang lebih bermanfaat, seperti bermain aktif, berkomunikasi, membaca buku,

dan mengikuti kegiatan sosial, serta menjaga keseimbangan antara waktu layar dan aktivitas sehari-hari agar perkembangan sosial dan emosional anak tetap optimal.

Bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan, disarankan untuk meningkatkan peran edukasi kepada orang tua mengenai penggunaan *gadget* dan stimulasi tumbuh kembang pada anak melalui penyuluhan atau konseling di fasilitas pelayanan kesehatan, serta melakukan deteksi dini perkembangan emosional anak menggunakan Kuesioner Masalah Perilaku Emosional (KMPE).

DAFTAR PUSTAKA

- Afwani, D. N., Lestari, I. M., Pawestri, P. M., Plilasari, N. A., Putri, D. A., & Widiastuti, A. (2022). Karakteristik ibu terhadap stimulasi perkembangan anak prasekolah umur 4–6 tahun. *Jurnal Sains Kebidanan*, 4(1), 36–43. <https://doi.org/10.31983/jsk.v4i1.8441>
- American College of Obstetricians and Gynecologists. (2022). *Definition of term pregnancy* (Committee Opinion No. 579). *Obstetrics & Gynecology*, 122(5), 1139–1140. <https://doi.org/10.1097/01.AOG.0000437385.88715.4A>
- Ardyansah, R. B. (2026). Hubungan antara durasi penggunaan gadget pada anak dengan sosial emosional anak usia dini (4–5 tahun). *Jurnal Abdi Kesehatan dan Kedokteran*, 5(1), 371–383. <https://doi.org/10.55018/jakk.v5i1.176>
- Aziizah, N. F. N., & Latifah, M. (2024). The influence of parenting style and stimulation on social-emotional development: Study of stunting and not stunting toddlers in Bogor Regency. *Journal of Family Sciences*, 9(1), 100–118. <https://doi.org/10.29244/jfs.v9i1.52508>
- Cindy, A. P. S., Faridah, F., Yoga, K., & Nur, C. (2022). Hubungan lingkungan teman sebaya dan game online dengan perilaku agresif anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 6559–6568. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.1946>
- Fachmi, T., Kustiwa, D. R., & Hani, N. U. (2022). Preschool children's behavioral and emotional problems using Pediatric Symptom Checklist (PSC-17) during distance learning. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 10(2), 239–244. <https://doi.org/10.23887/paud.v10i2.49307>
- Fatah, Y., Turahma, A., & Al-Ikhlash, M. A. K. (2025). Penggunaan gadget terhadap perilaku tantrum pada anak usia prasekolah. *CARING: Jurnal Keperawatan Al-Ikhlash*, 2(1), 51–59. <https://doi.org/10.70800/jckk.v2i2.150>
- Firinda, S., Suryawan, A., Dewanti, L., & Ningrum, A. G. (2024). Hubungan intensitas penggunaan gadget dengan risiko masalah perilaku emosional anak. *Malahayati Nursing Journal*, 6(9), 3723–3733. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i9.13509>
- Firmawati, I. N. U., & Biahomo. (2021). Penggunaan gadget terhadap perkembangan psikososial anak. *Jurnal Zaitun Universitas Muhammadiyah Gorontalo*, 7(2). <https://doi.org/10.31314/zijk.v7i2.1151>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2021*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. <https://repository.kemkes.go.id/book/1323>

- Khomariyah, S., & Permata, R. D. (2024). Observasi perkembangan kognitif dalam pemecahan masalah anak usia 5–6 tahun dengan kondisi terlahir prematur di TK Dharma Wanita Sidomulyo. *Prosiding New SNASPPM*, 9(1), 276–279.
- Lestari, C. A., Zikrinawati, K., & Ikhrom, I. (2025). Dampak overstimulasi konten digital terhadap pemusatan perhatian anak. *Paedagogy: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 5(1), 198–205. <https://doi.org/10.51878/paedagogy.v5i1.4941>
- Luqman, K. (2025). Dinkes Bantul catat penurunan stunting dan gizi buruk 2025. *Harian Jogja*. Diakses 1 Mei 2026, dari <https://jogjapolitan.harianjogja.com/r-1233941/dinkes-bantul-catat-penurunan-stunting-dan-gizi-buruk-2025>
- Mujatahidin, S., Rachman, S. A., & Hardianti, F. (2026). Penguatan peran orang tua dalam mengontrol penggunaan gadget untuk meningkatkan perkembangan sosial emosional anak usia dini. *Insanta: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 146–152.
- Mursidah, U., Sari, Y. P., & Bachri, Y. (2024). Hubungan durasi penggunaan gadget terhadap emosional anak usia sekolah di TK Harapan Bundo. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan*, 9(2), 179–187. <https://doi.org/10.51143/jksi.v9i2.729>
- Narullita, D. (2022). Hubungan penggunaan gadget dengan perkembangan personal sosial anak prasekolah di Kabupaten Bungo. *Jurnal Pustaka Keperawatan*, 1(1), 27–33. <https://doi.org/10.55382/jurnalpustakakeperawatan.v1i1.172>
- Noya, F., Longgupa, L. W., & Sitorus, S. B. M. (2022). Skrining penyimpangan perilaku emosional anak umur 36–72 bulan menggunakan kuesioner masalah perilaku emosional. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(4), 3201–3209. <https://doi.org/10.31764/jmm.v6i4.9493>
- Nurafiah, S., Rokmanah, S., & Syachruraji, S. (2023). Pengaruh penggunaan gadget terhadap hasil belajar anak sekolah dasar. *Jurnal IKA PGSD (Ikatan Alumni PGSD) UNARS*, 14(2), 13–20. <https://doi.org/10.36841/pgsdunars.v14i2.3900>
- Nuraini, F., & Wardhani, J. D. (2023). Hubungan durasi bermain gadget dengan perkembangan sosial emosional anak. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2245–2256. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.4198>
- Nurbani, R. R., & Mashudi, E. A. (2023). Ketergantungan gadget terhadap perkembangan sosial emosional anak usia 5–6 tahun. *Indonesian Journal of Islamic Early Childhood Education*, 8(2), 100–105. <https://doi.org/10.51529/ijiece.v8i2.503>
- Panggabean, R. C. A., Pasaribu, S. P., Gea, D., Tampubolon, D. H., Sembiring, V. E. B., & Nababan, T. (2024). Pengetahuan dan sikap ibu tentang dampak penggunaan gadget pada bayi usia 6–24 bulan di Kelurahan Pulo Brayan. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 4(8), 3250–3262. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i8.14989>
- Rachmaniah, R. A., Adiningsih, B. S. U., & Putri, T. H. (2023). Hubungan gadget addiction dengan mental emosional anak usia prasekolah selama masa pandemi COVID-19 di wilayah kerja Puskesmas Perumnas II Pontianak. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(3), 662–678. <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i3.9909>
- Sangadi, K. S., Hapsari, I., & Pudjiati, S. R. R. (2024). Scoping review: The relationship between screen time and behavioral problems in preschool-age children. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 12(2), 158–164. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v12i2.14356>

- Sari, W., Dewi, R., Pamungkas, R. A., & Novardian, N. (2024). Korelasi durasi dan frekuensi screen time terhadap status perkembangan anak usia prasekolah. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 7304–7309. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i3.38338>
- Sauri, S., Sulastri, A., Hakim, A. R., & Sururuddin, M. (2022). Dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan karakter siswa sekolah dasar. *Jurnal Educatio*, 8(3), 1167–1173. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i3.3326>
- Septyani, R. A., Lestari, P., & Suryawan, A. (2021). Penggunaan gadget pada anak: Hubungan pengawasan dan interaksi orang tua terhadap perkembangan bicara dan bahasa anak. *Golden Age: Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, 6(3), 121–130. <https://doi.org/10.14421/jga.2021.63-02>
- Sero, C. C., & Boro, I. M. (2024). Peran orang tua dalam mengawasi penggunaan gadget pada anak usia dini. *Kumaracitta: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1), 1–7. <https://doi.org/10.63577/kum.v2i01.25>
- Suratno, P. P. R., Ma'rifah, A., & Sa'diyah, L. K. (2025). *Hubungan kualitas tidur dengan masalah perilaku emosional anak usia prasekolah 4–6 tahun di RA Fatma Desa Pugeran Kabupaten Mojokerto* (Doctoral dissertation). Perpustakaan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
- Suwondo, P. E. (2023). Penggunaan teori keperawatan adaptasi Roy terhadap pasien penyakit jantung. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 15(1), 267–276. <https://doi.org/10.36729/bi.v15i1.1080>
- Utami, F. A., & Hidayanto, S. (2025). Tanggapan orang tua mengenai dampak penggunaan YouTube pada perkembangan sosial emosional anak (Studi pada orang tua siswa sekolah dasar di Kabupaten Bekasi). *Jurnal Sosial Politik, Pemerintahan dan Hukum*, 4(2). <https://doi.org/10.59818/jps.v4i2.1725>
- Wahyuhidaya, P. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian berat badan lahir rendah (BBLR). *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 7(2), 19–25. <https://doi.org/10.36984/jkm.v7i2.518>
- World Health Organization. (2021). *Improving early childhood development: WHO guideline*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/97892400039>