

Hubungan Screen Time Gadget Dengan Perkembangan Emosional Anak Usia Prasekolah Di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang

Warizatul Jannah¹, Lilla Maria^{*2}
^{1,2} STIKes Maharani Malang

Abstrak

Warizatul Jannah (2026). Hubungan Screen Time Gadget dengan Perkembangan Emosional Anak Usia Prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang, Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Maharani Malang. Pembimbing: Ns. Lilla Maria., M.Kep. Perkembangan teknologi digital yang pesat menyebabkan meningkatnya screen time gadget pada anak usia prasekolah sehingga berdampak pada bertambahnya durasi screen time gadget. Screen time gadget yang berlebihan diduga dapat memengaruhi perkembangan emosional anak, terutama dalam kemampuan mengendalikan emosi, bersosialisasi, serta berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara screen time gadget dengan perkembangan emosional anak usia prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang. Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh anak usia prasekolah di TK tersebut dengan sampel sebanyak 62 anak yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Variabel independen dalam penelitian ini adalah screen time gadget, sedangkan variabel dependen adalah perkembangan emosional anak. Pengumpulan data menggunakan kuesioner screen time gadget dan Kuesioner Masalah Perilaku dan Emosional (KMPE), dianalisis menggunakan uji korelasi Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki screen time gadget tinggi (50%) dan perkembangan emosional berada pada kategori mengalami gangguan perkembangan emosional (46,8%). Anak dengan screen time tinggi cenderung lebih mudah marah, sulit mengontrol emosi, kurang fokus, serta mengalami hambatan dalam interaksi sosial dibandingkan anak dengan screen time gadget rendah. Hasil uji Spearman Rank menunjukkan adanya hubungan signifikan antara screen time gadget dengan perkembangan emosional anak ($p = 0,000 < 0,05$) dengan koefisien korelasi $r = 0,480$ yang berarti kekuatan hubungan sedang dan bersifat positif. Semakin tinggi durasi screen time gadget, maka semakin besar risiko terjadinya gangguan perkembangan emosional pada anak usia prasekolah, sehingga diperlukan pengendalian durasi dan pendampingan orang tua yang optimal.

Kata kunci: Screen Time Gadget, Perkembangan Emosional, Anak Prasekolah

Abstract

Warizatul Jannah (2026). *The Relationship between Gadget Screen Time and Emotional Development of Preschool Children at TK Plus Darul Ilmi Bumiayu, Malang City, Bachelor of Nursing Study Program, STIKes Maharani Malang. Advisor: Ns. Lilla Maria., M.Kep. The rapid development of digital technology has increased gadget screen time among preschool children, resulting in longer durations of gadget use. Excessive gadget screen time is suspected to affect children's emotional development, particularly in their ability to control emotions, socialize, and interact with their surroundings. This study aimed to determine the relationship between gadget screen time and the emotional development of preschool children at TK Plus Darul Ilmi Bumiayu, Malang City. This study used a quantitative design with a cross-sectional approach. The population consisted of all preschool children at the school, with a sample of 62 children selected using purposive sampling. The independent variable was gadget screen time, while the dependent variable was children's emotional development. Data were collected using a gadget screen time questionnaire and the Behavioral and Emotional Problems Questionnaire (KMPE), analyzed using the Spearman Rank correlation test. The results showed that most children had high gadget screen time (50%) and emotional development in the emotional-disorder category (46.8%). Children with high screen time tended to be more easily irritated, had difficulty controlling emotions, lacked focus, and experienced barriers in social interaction compared to children with low gadget screen time. The Spearman Rank test showed a significant relationship between gadget screen time and children's emotional development ($p = 0.000 < 0.05$) with a correlation coefficient of $r = 0.480$, indicating a moderate, positive relationship. The higher the duration of gadget screen time, the greater the risk of emotional developmental disorders in preschool children, so control of screen-time duration and optimal parental accompaniment are needed.*

Keywords: Gadget Screen Time, Emotional Development, Preschool Children

1. PENDAHULUAN

Pada anak usia prasekolah, screen time merujuk pada jumlah waktu yang dihabiskan anak untuk menggunakan perangkat elektronik berlayar seperti televisi, telepon pintar, tablet, atau komputer, baik untuk menonton video, bermain gim, maupun mengakses aplikasi edukatif. Penggunaan yang berlebihan tanpa pengawasan berpotensi menghambat perkembangan kemampuan sosial dan regulasi emosi, sedangkan penggunaan yang terarah dan terbatas dapat dimanfaatkan sebagai sarana stimulasi belajar yang mendukung perkembangan anak [1]. Pertumbuhan teknologi di Indonesia yang sangat cepat seiring arus globalisasi turut mendorong perubahan pola perilaku anak usia dini, termasuk meningkatnya durasi screen time gadget [2].

Screen time gadget adalah istilah yang digunakan dalam kajian akademik untuk merujuk pada jumlah waktu yang dihabiskan seseorang menggunakan perangkat berlayar digital, baik untuk tujuan hiburan, belajar, maupun interaksi sosial, yang sering diukur dalam konteks durasi harian sebagai variabel yang dapat memengaruhi kesehatan atau perkembangan individu [3]. World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa screen time gadget adalah jumlah waktu yang dihabiskan untuk menonton media di layar sambil duduk atau berbaring, termasuk bermain gim berbasis layar aktif [4].

Berbagai organisasi kesehatan telah menetapkan pedoman penggunaan screen time pada anak usia dini. American Academy of Pediatrics (AAP) merekomendasikan anak usia 3–5 tahun membatasi durasi penggunaan layar maksimal satu jam per hari, sejalan dengan rekomendasi Canadian Paediatric Society, sedangkan WHO menegaskan durasi layar sebaiknya tidak melebihi satu jam per hari disertai aktivitas fisik minimal 180 menit setiap hari. Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan bahwa 24,96% anak usia dini di Indonesia telah memiliki akses internet dan 33,44% di antaranya menggunakan telepon seluler atau perangkat digital lain dalam aktivitas sehari-hari [5]. Kondisi ini memperkuat indikasi bahwa anak usia dini semakin terpapar teknologi digital sejak usia yang sangat dini; hal ini diperkuat oleh hasil penelitian di lingkungan daycare yang menunjukkan bahwa 45,3% anak pengguna gawai mengalami kondisi emosional yang kurang terkontrol [6].

Hasil survei Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mengungkapkan bahwa penggunaan layar pada anak tanpa tujuan pembelajaran masih tergolong tinggi, dengan 36,5% anak menggunakan layar 1–2 jam per hari, 34,8% selama 2–5 jam per hari, dan 25,4% anak terpapar layar lebih dari 5 jam setiap harinya [7]. Data tersebut menunjukkan bahwa tingginya durasi paparan layar berpotensi menjadi faktor risiko terhadap perkembangan emosional dan sosial anak.

Penggunaan gadget pada anak usia prasekolah perlu dibatasi dan diawasi untuk mencegah dampak negatif terhadap perkembangan emosional, dengan pembatasan durasi sesuai rekomendasi WHO dan AAP disertai peningkatan interaksi langsung melalui bermain dan komunikasi dua arah [8]. Lembaga TK juga berperan memberikan stimulasi emosional melalui kegiatan bermain peran, storytelling, dan permainan kelompok, sehingga penggunaan gadget tidak menggantikan interaksi sosial yang esensial bagi perkembangan anak [9].

Perkembangan emosional didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam merasakan, mengekspresikan, serta mengelola emosi sebagai bentuk adaptasi terhadap lingkungan sekitarnya [10]. Pada anak prasekolah, perkembangan emosional mengacu pada pertumbuhan dan kemampuan mereka dalam memahami serta mengelola emosi, membangun dan memelihara hubungan yang positif, serta terlibat dalam interaksi sosial yang sesuai di lingkungan sekolah maupun kehidupan sehari-hari [11]. Paparan layar yang berlebihan dapat memengaruhi kemampuan anak dalam mengelola emosi, menimbulkan kesulitan dalam pengendalian diri, serta berdampak pada kualitas interaksi sosial dengan keluarga dan teman sebaya [12].

Hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti kepada 5 orang tua siswa anak usia prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang menunjukkan bahwa 4 orang tua menyatakan anaknya menggunakan gadget setiap hari dengan durasi lebih dari 1 jam, umumnya untuk menonton video dan bermain gim, serta sebagai sarana hiburan ketika orang tua sedang bekerja atau melakukan aktivitas rumah tangga. Orang tua mengamati adanya perubahan perilaku emosional pada anak, seperti mudah marah, menangis berlebihan saat gadget diambil, sulit diatur, serta kurang tertarik bermain dengan teman sebaya. Sebaliknya, 1 orang tua menyatakan anaknya menggunakan gadget kurang dari 1 jam per hari dengan pendampingan dan tidak menunjukkan perubahan perilaku emosional yang berarti. Temuan awal ini mengindikasikan adanya kecenderungan hubungan antara screen time gadget dan perkembangan emosional anak usia prasekolah di lokasi tersebut, sehingga diperlukan pengendalian penggunaan gadget secara terarah dan proporsional [13] disertai peningkatan kualitas interaksi langsung melalui kegiatan bermain, komunikasi dua arah, dan aktivitas sosial yang melatih empati serta regulasi emosi [14].

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan screen time gadget dengan perkembangan emosional anak usia prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara screen time gadget dengan perkembangan emosional anak usia prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang, dengan tujuan khusus mengidentifikasi tingkat screen time gadget pada anak, mengidentifikasi tingkat perkembangan emosional anak, serta menganalisis hubungan antara kedua variabel tersebut. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional. Hipotesis penelitian (H_a) yang diajukan adalah terdapat hubungan antara screen time gadget dengan perkembangan emosional anak usia prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional yang bertujuan menentukan hubungan antara dua variabel, menggunakan pendekatan cross-sectional untuk menghubungkan screen time gadget dengan perkembangan emosional anak usia prasekolah dalam satu waktu pengukuran.

Populasi penelitian adalah seluruh siswa di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang yang berjumlah 78 anak (kelas A1 20 anak, A2 20 anak, B1 20 anak, dan B2 18 anak). Penentuan sampel menggunakan kriteria inklusi, yaitu anak prasekolah usia 48–72 bulan (4–6 tahun) yang bermain gadget dan orang tua bersedia menjadi responden, serta kriteria eksklusi berupa anak dengan kebutuhan khusus dan orang tua yang tidak mengikuti prosedur penelitian hingga selesai. Besar sampel dihitung menggunakan rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 5% dari populasi terjangkau 73 anak, menghasilkan besar sampel 61,73 yang dibulatkan menjadi 62 anak. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah screen time gadget, sedangkan variabel dependen adalah perkembangan emosional anak. Definisi operasional kedua variabel disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala	Kategori
Screen Time Gadget	Lamanya waktu yang digunakan anak usia prasekolah dalam menggunakan perangkat elektronik berlayar (smartphone,	Kuesioner	Ordinal	Rendah, Sedang, Tinggi

	tablet, televisi) dalam kehidupan sehari-hari			
Perkembangan Emosional Anak Prasekolah	Kemampuan anak usia 4–6 tahun dalam mengenali, mengekspresikan, dan mengontrol emosi serta berinteraksi dengan orang lain di lingkungan sekitarnya	Kuesioner KMPE	Ordinal	Normal, Meragukan, Mengalami Gangguan

Instrumen penelitian yang digunakan berupa dua kuesioner, yaitu kuesioner screen time gadget yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori yang relevan menggunakan skala Likert 3 poin (1–2 = Jarang, 3–4 = Kadang-Kadang, 5–6 = Sering), dan kuesioner Kuesioner Masalah Perilaku dan Emosional (KMPE) yang terdiri atas 14 pernyataan dengan pilihan jawaban “Ya” dan “Tidak”, dengan interpretasi skor 0–1 = normal, 2–3 = kemungkinan mengalami gangguan (meragukan), dan lebih dari 3 = mengalami gangguan perilaku emosional. Uji validitas isi dilakukan oleh dosen keperawatan dan praktisi pendidikan anak usia dini yang menyatakan seluruh butir pernyataan relevan, kemudian dilanjutkan dengan uji coba (pilot test). Hasil uji validitas menggunakan korelasi Product Moment menunjukkan seluruh butir memiliki nilai r hitung $> 0,30$ ($p < 0,05$) sehingga dinyatakan valid. Hasil uji reliabilitas Cronbach's Alpha menunjukkan nilai $\alpha = 0,812$ untuk kuesioner screen time gadget dan $\alpha = 0,876$ untuk kuesioner perkembangan emosional anak, yang menandakan kedua instrumen memiliki reliabilitas tinggi dan layak digunakan.

Prosedur pengumpulan data diawali dengan tahap persiapan berupa pengurusan izin studi pendahuluan dari STIKes Maharani Malang kepada TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang dan penyusunan proposal penelitian. Pada tahap pelaksanaan, peneliti melakukan koordinasi dengan kepala sekolah dan guru setelah memperoleh izin etik, kemudian kuesioner dibagikan kepada siswa untuk dibawa pulang dan diisi secara mandiri oleh orang tua/wali di rumah berdasarkan lembar petunjuk pengisian yang disertakan. Kuesioner yang telah diisi dikembalikan ke sekolah melalui siswa pada hari berikutnya, kemudian diperiksa kelengkapan dan kejelasan jawabannya oleh peneliti sebelum dilakukan pengolahan data.

Analisis data terdiri atas analisis univariat yang mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel penelitian, dan analisis bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rank karena data berskala ordinal, dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Pengolahan data menggunakan program SPSS 26 for Windows. Penelitian ini telah dinyatakan layak etik oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Ngudia Husada Madura (UNHM) dengan nomor 3302/KEPK/UNIV-NHM/EC/IV/2026.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilaksanakan di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu, Kota Malang, Jawa Timur, yang memiliki 4 ruang kelas, satu ruang UKS, ruang guru, dan ruang kepala sekolah, dengan 5 tenaga pendidik. Sekolah ini belum memiliki program rutin pemeriksaan tumbuh kembang maupun media permainan khusus untuk mengelola emosi anak, meskipun tersedia permainan sederhana seperti puzzle yang membantu melatih kesabaran dan kemampuan berpikir anak. Hasil penelitian disajikan dalam bentuk karakteristik responden, gambaran screen time gadget, gambaran perkembangan emosional anak, dan analisis hubungan antara kedua variabel.

Karakteristik Responden

Tabel 2. Karakteristik Responden Anak Prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang Tahun 2026

Karakteristik	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	26	41,9
	Perempuan	36	58,1
Usia	5 tahun	18	29,0
	6 tahun	44	71,0
Pendidikan Orang Tua	Tidak Sekolah	0	0,0
	SD	4	6,5
	SMP	12	19,4
	SMA/SMK/MA	28	45,2
Pekerjaan Orang Tua	Perguruan Tinggi	18	29,0
	PNS	4	6,5
	Wiraswasta	26	41,9
	Ibu Rumah Tangga (IRT)	32	51,6
Total		62	100,0

Berdasarkan Tabel 2, sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (58,1%) dan berusia 6 tahun (71,0%). Tingkat pendidikan orang tua paling banyak berada pada jenjang SMA/SMK/MA (45,2%), dan mayoritas pekerjaan orang tua adalah Ibu Rumah Tangga (51,6%). Karakteristik ini menunjukkan bahwa responden berada pada tahap akhir usia prasekolah, di mana anak seharusnya sudah mulai mampu bersosialisasi, bekerja sama, dan mengendalikan emosi dengan lebih baik.

Gambaran Screen Time Gadget pada Anak Prasekolah

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Screen Time Gadget pada Anak Prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang Tahun 2026

Screen Time Gadget	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	10	16,1
Sedang	21	33,9
Tinggi	31	50,0
Total	62	100,0

Berdasarkan Tabel 3, sebagian besar anak berada pada kategori screen time gadget tinggi, yaitu sebanyak 31 anak (50%). Pertimbangan orang tua terhadap durasi penggunaan layar pada anak prasekolah sangat penting karena berdampak pada pola perkembangan anak [15]. Anak usia di bawah 7 tahun idealnya hanya memiliki waktu penggunaan layar ≤ 1 jam per hari [16], sejalan dengan pedoman AAP yang membatasi screen time anak usia 3–5 tahun maksimal 1 jam per hari [17]. Screen time dikategorikan tinggi apabila durasi penggunaannya melebihi 120 menit per hari dan dilakukan secara terus-menerus, sehingga berisiko menimbulkan kecanduan pada anak [18]. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak telah melampaui batas rekomendasi tersebut, yang mengindikasikan kontrol screen time gadget yang masih kurang optimal.

Tingginya screen time gadget dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi regulasi diri, di mana anak dengan kontrol diri rendah mudah terdistraksi dan

terus menggunakan gadget meski durasinya sudah berlebihan [19]; kondisi emosi dan kebutuhan psikologis, di mana gadget kerap digunakan sebagai pelarian dari kebosanan atau kecemasan [20]; motivasi dan tujuan penggunaan yang didominasi hiburan sehingga durasinya cenderung lebih panjang [21]; serta kebiasaan dan pola otomatis yang terbentuk melalui pengulangan [22]. Faktor eksternal meliputi kondisi sosial ekonomi dan pola pengasuhan yang kurang optimal karena orang tua harus bekerja [23], serta lingkungan tempat tinggal, di mana anak di lingkungan perkotaan cenderung lebih banyak terpapar layar karena ketersediaan fasilitas elektronik yang lebih luas [24]. Fakta penelitian ini menunjukkan bahwa gadget sering diberikan kepada anak ketika orang tua sedang bekerja atau sibuk melakukan aktivitas rumah tangga, sehingga anak lebih banyak menghabiskan waktu bermain gadget dibandingkan bermain bersama teman sebaya. Kondisi ini sejalan dengan pola asuh yang menjadikan gadget sebagai alat untuk menenangkan anak atau mengalihkan perhatian ketika orang tua sedang sibuk [25], serta minimnya alternatif aktivitas seperti bermain di luar rumah dan interaksi dengan teman sebaya [26]. Menurut opini peneliti, tingginya screen time gadget pada anak prasekolah dalam penelitian ini tidak hanya disebabkan oleh faktor teknologi, tetapi juga oleh pola asuh dan kebiasaan keluarga yang menjadikan gadget sebagai media pengalih perhatian anak.

Gambaran Perkembangan Emosional Anak Prasekolah

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Perkembangan Emosional Anak Prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang Tahun 2026

Perkembangan Emosional	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	25	40,3
Kemungkinan Mengalami Gangguan (Meragukan)	8	12,9
Mengalami Gangguan	29	46,8
Total	62	100,0

Berdasarkan Tabel 4, proporsi terbesar anak berada pada kategori mengalami gangguan perkembangan emosional, yaitu 29 anak (46,8%), yang ditandai dengan perilaku mudah marah, sulit mengontrol emosi, kurang fokus, menangis berlebihan, sulit diarahkan, serta kurang aktif berinteraksi dengan teman sebaya. Secara teori, anak usia prasekolah berada pada tahap perkembangan psikososial Erik Erikson, yaitu tahap initiative vs guilt, di mana anak belajar mengambil inisiatif serta mengekspresikan dan mengendalikan emosi melalui interaksi dengan lingkungan seperti keluarga, teman sebaya, dan sekolah [27]. Emosi sendiri merupakan pengalaman afektif yang mencerminkan penyesuaian individu terhadap kondisi fisik dan mentalnya, yang tampak melalui berbagai bentuk perilaku [28].

Paparan screen time gadget yang berlebihan dapat menimbulkan gangguan baik secara fisiologis maupun terhadap berbagai aspek perkembangan anak. Secara fisiologis, paparan cahaya biru dari layar dapat menyebabkan kelelahan mata, mata kering, serta mengganggu ritme sirkadian akibat tertekannya produksi hormon melatonin [29]. Screen time yang tinggi juga dikaitkan dengan meningkatnya risiko obesitas karena berkurangnya aktivitas fisik dan meningkatnya konsumsi camilan tinggi kalori saat menonton layar [30], serta gangguan kualitas tidur akibat terhambatnya produksi melatonin [31]. Pada aspek bahasa, durasi screen time yang melebihi batas rekomendasi berkaitan dengan peningkatan risiko keterlambatan bicara dan terbatasnya kosakata ekspresif anak [32], sementara pada aspek motorik, anak yang terlalu lama menatap layar cenderung kurang bergerak sehingga stimulasi fisik untuk perkembangan motorik kasar dan halus menjadi terbatas [33]. Pada aspek sosial-emosional, kebiasaan screen time berlebihan dapat menghambat proses sosialisasi anak sehingga kemampuannya mengenali dan

memahami emosi orang lain menjadi lebih rendah [34], serta meningkatkan risiko kecemasan dan gejala depresi karena anak belum mampu memilah konten yang sesuai dengan usianya [35].

Menurut opini peneliti, tingginya angka gangguan emosional dalam penelitian ini kemungkinan disebabkan oleh kombinasi antara durasi screen time gadget yang tinggi dan kurangnya pendampingan orang tua, sehingga gadget cenderung menjadi “pengganti pengasuhan” yang membuat anak kehilangan kesempatan untuk belajar mengelola emosi melalui interaksi langsung. Meski demikian, screen time gadget tidak selalu berdampak negatif; penggunaan yang terkontrol dan didampingi tetap dapat memberikan manfaat, seperti stimulasi kognitif dan kreativitas, apabila disertai pemilihan konten yang sesuai usia.

Hubungan Screen Time Gadget dengan Perkembangan Emosional Anak Prasekolah

Tabel 5. Tabulasi Silang Screen Time Gadget dengan Perkembangan Emosional Anak Prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang Tahun 2026

Screen Time Gadget	Normal (%)	Meragukan (%)	Mengalami Gangguan (%)	Total (%)
Tinggi	6 (19,4)	3 (9,7)	22 (71,0)	31 (100)
Sedang	12 (57,1)	3 (14,3)	6 (28,6)	21 (100)
Rendah	7 (70,0)	2 (20,0)	1 (10,0)	10 (100)
Total	25 (40,3)	8 (12,9)	29 (46,8)	62 (100)

Tabel 6. Hasil Analisis Korelasi Spearman Rank Screen Time Gadget dengan Perkembangan Emosional Anak Prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang Tahun 2026

Variabel Penelitian	n	Koefisien Korelasi (r)	P Value
Screen Time Gadget dengan Perkembangan Emosional Anak	62	0,480	0,000

Berdasarkan Tabel 5, terlihat variasi perkembangan emosional yang cukup jelas menurut tingkat screen time gadget: pada kelompok screen time tinggi, sebagian besar anak (71,0%) mengalami gangguan emosional, sedangkan pada kelompok screen time rendah sebagian besar anak (70,0%) memiliki perkembangan emosional normal. Hasil analisis pada Tabel 6 menggunakan uji korelasi Spearman Rank menunjukkan nilai koefisien korelasi $r = 0,480$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Nilai tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan, positif, dan berkekuatan sedang antara screen time gadget dengan perkembangan emosional anak: semakin tinggi durasi screen time gadget, semakin besar risiko anak mengalami gangguan perkembangan emosional.

Temuan ini sejalan dengan teori psikososial Erik Erikson yang menyatakan bahwa anak usia prasekolah berada pada tahap initiative vs guilt sehingga sangat membutuhkan stimulasi lingkungan yang tepat; screen time gadget yang berlebihan berpotensi mengganggu proses ini karena anak lebih banyak menerima stimulasi pasif dibandingkan pengalaman sosial langsung [36]. Hasil ini juga konsisten dengan penelitian yang menunjukkan bahwa interaksi orang tua dalam mengatur screen time berpengaruh terhadap kemampuan sosial emosional dan berbicara anak taman kanak-kanak [13], serta dengan penelitian pada anak usia toddler yang menemukan hubungan antara penggunaan gadget dengan perkembangan sosial dan emosional anak [37].

Meski demikian, hasil penelitian ini juga menunjukkan fenomena yang tidak sepenuhnya sesuai dengan pola umum, yaitu terdapat 1 anak dengan screen time gadget rendah namun mengalami gangguan emosional, serta 6 anak dengan screen time gadget tinggi namun memiliki perkembangan emosional normal. Menurut opini peneliti, kondisi pertama dapat dijelaskan oleh faktor lain di luar screen time, seperti kurangnya interaksi emosional dengan

orang tua, pola asuh yang kurang responsif, temperamen anak yang secara alami lebih sensitif, atau kondisi keluarga yang kurang mendukung. Sebaliknya, keberadaan anak dengan screen time tinggi namun perkembangan emosional tetap normal menunjukkan adanya faktor protektif, seperti pendampingan orang tua yang konsisten, pemilihan konten yang sesuai usia, dan interaksi sosial yang tetap terjaga. Bahkan pada beberapa anak, screen time gadget yang terarah memberi dampak positif, seperti meningkatnya kreativitas, kemampuan motorik halus melalui menggambar, dan penguasaan kosakata bahasa Inggris dari tontonan edukatif. Temuan ini menegaskan bahwa hubungan antara screen time gadget dan perkembangan emosional anak bersifat multifaktorial, bukan hubungan sebab-akibat yang sederhana; screen time gadget merupakan faktor risiko yang meningkatkan kemungkinan gangguan emosional, tetapi bukan satu-satunya faktor penentu, sehingga diperlukan peran aktif orang tua dalam mengontrol durasi screen time serta memberikan pendampingan dan stimulasi yang tepat agar perkembangan emosional anak dapat berlangsung secara optimal.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu peneliti tidak dapat mengamati langsung orang tua saat mengisi kuesioner karena pengisian dilakukan secara mandiri di rumah, sehingga terdapat kemungkinan jawaban yang diberikan tidak sepenuhnya menggambarkan kondisi anak yang sebenarnya, misalnya akibat orang tua kurang memahami pertanyaan atau tidak mengingat secara tepat durasi penggunaan gadget anaknya.

4. KESIMPULAN

Sebagian besar anak usia prasekolah di TK Plus Darul Ilmi Bumiayu Kota Malang memiliki screen time gadget dalam kategori tinggi, dan sebagian besar dari mereka menunjukkan perkembangan emosional yang berada pada kategori mengalami gangguan. Hasil uji Spearman Rank membuktikan adanya hubungan yang signifikan antara screen time gadget dengan perkembangan emosional anak usia prasekolah, dengan kekuatan hubungan sedang dan arah yang positif, yang berarti semakin tinggi durasi screen time gadget maka semakin besar pula risiko terjadinya gangguan perkembangan emosional pada anak. Meskipun demikian, hubungan tersebut bersifat multifaktorial dan turut dipengaruhi oleh pola asuh, pendampingan orang tua, pemilihan konten, serta kualitas interaksi sosial anak, sehingga screen time gadget merupakan salah satu faktor risiko dan bukan satu-satunya penentu perkembangan emosional anak usia prasekolah. Temuan ini menegaskan pentingnya pengendalian durasi screen time gadget sesuai anjuran WHO dan AAP disertai pendampingan aktif orang tua, peningkatan interaksi sosial langsung, serta pemilihan konten digital yang sesuai dengan tahap perkembangan anak, agar perkembangan emosional anak usia prasekolah dapat berlangsung secara optimal. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan sampel yang lebih besar dan cakupan lokasi yang lebih luas, menambahkan variabel lain seperti pola asuh dan lingkungan keluarga, serta mempertimbangkan metode pengumpulan data yang lebih mendalam seperti observasi langsung atau desain longitudinal.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] H. N. Husna, T. Izfaddillah, G. A. Wardani, A. Pratama, A. A. Rahma, and M. Y. Micola, "Edukasi Screen Time pada Anak di Masyarakat Kota Tasikmalaya," *Nuansa Akademik: J. Pembangunan Masyarakat*, vol. 8, no. 2, pp. 475–484, 2023.
- [2] Lestyaningrum, Trisiana, Safitri, Supriyanti, Pratama, and Wahana, *Pendidikan Global Berbasis Teknologi Digital di Era Modern*. 2022.
- [3] H. Pratiwi, "Screen Time dalam Perilaku Pengasuhan Generasi Alpha pada Masa Tanggap Darurat Covid-19," *J. Obsesi: J. Pendidikan Anak Usia Dini*, vol. 5, no. 1,

- p. 265, 2020, doi: 10.31004/obsesi.v5i1.544.
- [4] N. P. Purwanto and E. K. Kunta Adjie, "Korelasi Screen Time Terhadap Perkembangan Berbahasa Anak Usia 2-5 Tahun," *Ebers Papyrus*, vol. 27, no. 2, pp. 66–74, 2021, doi: 10.24912/ep.v27i2.16129.
- [5] Rahmahwidyaningrum, "Dampak Screen Time Berlebih Terhadap Perkembangan Bahasa Anak di Posyandu Balita Tunas Mekar Dusun Monggang," *ABDIMAS Madani*, vol. 5, no. 1, 2023, doi: 10.36569/abdimas.v5i1.133.
- [6] R. Alivia, R. Kasandra, and C. W. Widyasari, "Kreativitas Digital dalam Media Pembelajaran Sosial-Emosional Anak Dini," *Early Childhood Research J.*, vol. 7, no. 1, pp. 160–170, 2025, doi: 10.23917/ecrj.v7i1.8768.
- [7] R. Ainunida and E. Trismayanti, "Analisis dalam Penggunaan Screen Time terhadap Perkembangan Sosial dan Emosional pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK Tunas Mekar Cimerak," *J. Islamic Studies*, vol. 2, no. 2, pp. 506–518, 2025.
- [8] S. Wijono, C. R. Tulung, J. S. Desiree, and T. T. Manalu, "Screen Time pada Pembelajaran Daring untuk Anak Usia Dini: Sejauh Mana Dampaknya?," *J. Ketopong Pendidikan*, vol. 5, no. 1, pp. 13–24, 2025, doi: 10.19166/jkp.v1i1.7723.
- [9] N. Rahmadi and M. Sitorus, "Suplemen: Jurnal Ilmu Keolahragaan & Kesehatan Masyarakat," *J. Cendikia*, vol. 1, no. 1, pp. 24–28, 2025.
- [10] Fatimah and Nuryaningsih, *Buku Ajar Keperawatan Anak*. 2018.
- [11] S. Sudaryanti, P. Prayitno, N. Arifiyanti, and O. Maharani, "Pengembangan Kemampuan Motorik dan Sosial Emosional Anak Usia Dini Menggunakan Permainan Tradisional," *J. Pendidikan Anak*, vol. 13, no. 1, pp. 114–125, 2024, doi: 10.21831/jpa.v13i1.387.
- [12] R. Herdiyana, R. Lestari, and M. Bahrum, "Psikologi Perkembangan Sosial terhadap Emosional pada Anak Usia Dini," *Banun J. Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, vol. 1, no. 1, pp. 23–30, 2023.
- [13] T. A. P. Sari, N. Novitawati, and S. Sulaiman, "Pengaruh Interaksi Orang Tua: Screen Time terhadap Kemampuan Sosial Emosional dan Berbicara Anak Taman Kanak-Kanak," *J. Education Research*, vol. 5, no. 3, pp. 3525–3535, 2024, doi: 10.37985/jer.v5i3.1420.
- [14] K. Sary and H. Wulandari, "Pengaruh Screen Time untuk Anak Usia Dini bagi Perkembangan Emosi dan Bahasa," *J. Ilmiah Wahana Pendidikan*, vol. 10, no. 12, pp. 304–308, 2024.
- [15] A. F. A. Putri, M. Ulfa, and E. Rufaindah, "Hubungan Pola Asuh Orangtua dengan Tingkat Ketergantungan Gadget pada Anak Usia Prasekolah di Kecamatan Sumber Kabupaten Probolinggo," *JUKEJ: J. Kesehatan Jompa*, vol. 2, no. 2, pp. 69–78, 2023, doi: 10.57218/jkj.vol2.iss2.804.
- [16] A. Uswatun Qoyyimah, S. Wahyuni, L. Hartati, and P. Dynamurti Wintoro, "Pengaruh Lama Penggunaan Gadget dengan Perkembangan Anak di TK MDI I Plus," *INVOLUSI: J. Ilmu Kebidanan*, vol. 15, no. 1, pp. 7–11, 2025, doi: 10.61902/involusi.v15i1.1524.
- [17] A. R. Adwiah and R. R. Diana, "Strategi Orang Tua dalam Mengatasi Dampak Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial Anak Usia Dini," *J. Obsesi: J. Pendidikan Anak Usia Dini*, vol. 7, no. 2, pp. 2463–2473, 2023, doi: 10.31004/obsesi.v7i2.3700.
- [18] D. Rahmadi and K. T. Anjani, "Nusantara Hasana Journal," *Nusantara Hasana J.*, vol. 1, no. 7, pp. 132–137, 2024.
- [19] M. G. K. Wibowo, A. Hasanah, and B. Sidharta, "Hubungan Jenis Media

- Screentime Terhadap Aspek Perkembangan Bahasa pada Balita di Puskesmas Kendalkerep Kota Malang," *World Health Digital J.*, vol. 1, no. 2, pp. 66–73, 2025.
- [20] Mazdalifah, Y. Sitepu Sabarina, and Moulita, "Bijak Mengelola Screen Time pada Anak Usia Dini," *J. Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, vol. 6, no. 4, pp. 4771–4779, 2025.
- [21] Faisal Riza Rahman, Yuliati, and Panca Wahyuningsih, "Akselerasi Peningkatan Budaya Membaca sebagai Upaya Mengurangi Screen Time pada Anak PAUD Melati RW 05," *J. Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, vol. 4, no. 2, pp. 11115–11124, 2025, doi: 10.31004/jerkin.v4i2.3373.
- [22] M. A. Eva Manfaatin, "Peran Screen Time dan Gadget Terhadap Kemampuan Berbahasa pada Anak Usia Dini," *J. Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, vol. 1, no. 1, p. 18, 2024.
- [23] S. Lee, S. Kim, S. Suh, H. Han, J. Jung, S. Yang, and Y. Shin, "Relationship between screen time among children and lower economic status during elementary school closures due to the coronavirus disease 2019 pandemic," *BMC Public Health*, vol. 22, no. 1, pp. 1–10, 2022, doi: 10.1186/s12889-022-12559-5.
- [24] R. Macniven et al., "Parent wellbeing, family screen time and socioeconomic status during early childhood predict physical activity of Aboriginal and Torres Strait Islander children at ages 8–13," *J. Sci. Med. Sport*, vol. 25, no. 11, pp. 896–902, 2022, doi: 10.1016/j.jsams.2022.09.166.
- [25] E. Haryanto and M. Sarah, "Pola Asuh Orang Tua dalam Penggunaan Gadget pada Anak Usia Prasekolah di TK Angkasa 1 Husein Sastranegara Kota Bandung," vol. 12, no. 1, pp. 110–114, 2023.
- [26] A. U. Dini, "Pola Asuh Orangtua Menyikapi Penggunaan Smartphone pada Anak Usia Dini: Konteks Pendidikan Keluarga," vol. 8, no. 1, pp. 22–31, 2023.
- [27] M. Mutmainnah, "Aplikasi Teori Psikososial Erik Erikson dalam Pembelajaran di PAUD," *Early Childhood J.*, vol. 6, no. 1, pp. 10–21, 2025, doi: 10.30872/ecj.v6i1.4911.
- [28] S. Sukatin, N. Chofifah, T. Turiyana, M. R. Paradise, M. Azkia, and S. N. Ummah, "Analisis Perkembangan Emosi Anak Usia Dini," *Golden Age: J. Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini*, vol. 5, no. 2, pp. 77–90, 2020, doi: 10.14421/jga.2020.52-05.
- [29] A. Pristianto et al., "Edukasi Pengaruh Screen-Time Terhadap Postur pada Anak dan Orang Tua di MI Muhammadiyah Gonilan," *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat*, vol. 1, 2023, doi: 10.61142/psnpm.v1.50.
- [30] H. Jang, Y. Cho, and H. Oh, "Recreational screen time and obesity risk in Korean children: a 3-year prospective cohort study," *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.*, vol. 21, no. 1, pp. 1–9, 2024, doi: 10.1186/s12966-024-01660-0.
- [31] E. Faradianti, "Dampak Durasi Screen Time Terhadap Kualitas Tidur pada Anak Sekolah Dasar: Studi Kasus di Gorontalo," *J. Med. Health*, vol. 2, no. 1, pp. 1–11, 2025.
- [32] V. Massaroni, V. Delle Donne, C. Marra, V. Arcangeli, and D. P. R. Chieffo, "The Relationship between Language and Technology: How Screen Time Affects Language Development in Early Life—A Systematic Review," *Brain Sci.*, vol. 14, no. 1, 2024, doi: 10.3390/brainsci14010027.
- [33] D. Elka Fitri, M. Dwi Sagita, and F. Wahyuni, "Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Anak Usia Pra Sekolah," *J. Pustaka Keperawatan*, vol. 1, no. 2, pp. 67–72, 2022, doi: 10.55382/jurnalpustakakeperawatan.v1i2.337.

- [34] D. Medicina, D. Hacettepe, D. S. Infantil, M. De Salud, D. Hacettepe, and E. Sehit, "El uso excesivo de pantallas está asociado con labilidad emocional en niños preescolares," vol. 119, no. 2, pp. 106–113, 2021.
- [35] L. Ishariani, "Penggunaan Gadget dan Sedentary Behaviour pada Anak Usia Prasekolah di Taman Kanak-Kanak Aisyah Bustanul Athfal III Pare," *J. Ilmiah Pamenang*, vol. 2, no. 1, pp. 36–40, 2020, doi: 10.53599/jip.v2i1.62.
- [36] E. Rahmadani, M. Sutrisna, and R. Ramlis, "Dampak Penggunaan Gadget dengan Perkembangan Emosional pada Anak Usia Prasekolah," vol. 1, no. 4, pp. 448–454, 2022, doi: 10.54259/sehatrakyat.v1i4.1182.
- [37] Ahmad, N. Jannah, Muhtar, and Wahidah, "Hubungan Penggunaan Gadget dengan Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Usia Todler di Wilayah Kerja Puskesmas Woha," *Bima Nursing J.*, vol. 5, no. 1, pp. 77–83, 2023.