



<https://jurnal.unigal.ac.id/index.php/JKG/>

HUBUNGAN LAMA PENGGUNAAN GADGET DENGAN MASALAH MENTAL EMOSIONAL PADA ANAK USIA PRA SEKOLAH DI TK ABA KECAMATAN CIAMIS KABUPATEN CIAMIS TAHUN 2021

Karina Agustin¹, Dini Nirbaeti Zen², Daniel Akbar Wibowo³

^{1,2,3} Universitas Galuh, Indonesia

(Informasi artikel menerima Juni 2022, direvisi Juli 2022, Diterima Juli 2022)

ABSTRAK

Beberapa fenomena saat ini sedang menjadi issue hangat yang sering diperbincangkan yaitu tentang kecanduan gadget pada anak, dampak dari penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengakibatkan masalah pada perkembangan sosial serta emosional pada anak. Dilaporkan bahwa tidak sedikit anak mengalami gangguan kecemasan, mudah emosi, dan gangguan perilaku akibat kecanduan gadget. Penggunaan gadget pada anak harus sesuai dengan rekomendasi yang telah ditentukan. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan lama penggunaan gadget dengan masalah mental emosional pada anak usia prasekolah. Metode penelitian menggunakan analitik kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Sampel penelitian sebanyak 75 responden dengan teknik sampel *Total Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar anak menggunakan gadget dengan rentang waktu tidak normal sebanyak 42 orang (56,0%) dan sebagian besar anak ada masalah mental emosional yaitu sebanyak 40 orang (53,3%). Analisis bivariat menggunakan uji *Rank Spearman* dengan hasil nilai P Value $< \alpha$ ($0,002 < 0,05$). Maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Artinya ada hubungan antara lama penggunaan gadget dengan masalah mental emosional pada anak usia pra sekolah. Maka diharapkan kepada orang tua untuk lebih meningkatkan pemahaman tentang waktu penggunaan gadget pada anak usia prasekolah yaitu tidak lebih dari 1 jam setiap harinya, sehingga tidak mengganggu perkembangan emosional pada anak.

Kata Kunci : Gadget, Masalah Mental Emosional, Anak Usia Prasekolah

ABSTRACT

Several phenomena are currently being hot issues that are often discussed, namely about gadget addiction in children, the impact of excessive use of gadgets can cause problems in social and emotional development in children. It is reported that not a few children experience anxiety disorders, emotional irritability, and behavioral disorders due to gadget addiction. The use of gadgets in children must be in accordance with predetermined recommendations. The purpose of this study was to determine the relationship between long use of gadgets and mental emotional problems in preschoolers. The research method uses quantitative analysis with a *Cross Sectional*. The research sample was 75 respondents with the *total sampling*. The results showed that most of the children used gadgets with abnormal time spans as many as 42 people (56.0%) and most of the children had mental emotional problems as many as 40 people (53.3%). Bivariate analysis using *Spearman's Rank* with the results of P Value $< (0.002 < 0.05)$. So H_a is accepted and H_0 is rejected. This means that there is a relationship between the length of use of gadgets with mental emotional problems in pre-school age children. So it is expected for parents to further improve their understanding of the time of using gadgets in preschool age children, which is no more than 1 hour per day, so as not to interfere with emotional development in children.

Keywords: Gadgets, Mental Emotional Problems, Preschool Age Children

PENDAHULUAN

Saat ini perkembangan informasi khususnya dalam bidang teknologi mengalami kemajuan yang sangat pesat. Salah satunya ialah perkembangan gadget yang bertambah banyak, saat ini nyaris setiap orang mulai dari kanak-kanak sampai dewasa mempunyai *smartphone*. Dengan bertambahnya kebutuhan dalam bidang komunikasi serta informasi yang ditawarkan oleh berbagai macam jasa pelayanan gadget, sehingga sangat mudah sekali bagi anak-anak untuk cepat akrab dengannya. Penggunaan gadget pada anak dibawah umur 5 tahun boleh-boleh saja diberikan gadget, akan tetapi harus dalam pengawasan orang tua, serta harus selalu diperhatikan dalam durasi penggunaannya. (Triastutik, 2018).

Beberapa fenomena saat ini *gadget* yang digunakan baik didalam maupun diluar negeri juga menjadi issue hangat yang sering diperbincangkan. Beberapa kasus tentang kecanduan *gadget* pada anak usia dini salah satunya adalah yang terjadi di Inggris terdapat seorang anak perempuan berusia 4 tahun yang harus menjalani perawatan dari psikiater karena kecanduan *Ipad*. Berdasarkan berita tersebut juga diketahui 50% orang tua di Inggris mengizinkan anaknya menggunakan gadget hingga 4 jam perharinya (Mutiara, 2020).

Dampak dari penggunaan gadget yang berlebihan dapat mengakibatkan masalah pada perkembangan sosial serta emosional pada anak. Dampak buruk dari penggunaan gadget yang berlebihan tersebut antara lain anak akan menjadi pribadi yang lebih tertutup, gangguan pada tidurnya, suka menyendiri, perilaku kekerasan, pudarnya kreativitas, serta ancaman *cyberbullying* (Iswidharmanjaya, 2014 dalam Mutiara, 2020).

Prevalensi gangguan mental emosional pada anak usia prasekolah cukup tinggi. *Nasional Institute of Mental Health* (NIMH) menyebutkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional pada anak usia prasekolah sekitar 10-15% di dunia (KMHO, 2019). Laporan Riskesdas Indonesia Tahun 2018 menyebutkan bahwa angka gangguan mental emosional di Indonesia sebesar 9,6%. Angka tersebut mengalami peningkatan dibandingkan hasil tahun 2013 yaitu sebesar 6,0%.

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

global dilaporkan anak yang mengalami gangguan berupa kecemasan sekitar 9%, mudah emosi 11-15%, gangguan perilaku 9-15% (Mutiara, 2020).

Tahun-tahun pertama pada anak sangat penting dan akan menentukan kualitasnya dimasa depan. Pada masa pra sekolah ini ada beberapa tugas perkembangan yang harus anak kuasai sebelum anak masuk kedalam tahapan selanjutnya, karena apabila terdapat hambatan dalam tugas perkembangan, maka akan menghambat pada tahap perkembangan selanjutnya. Dalam perkembangan seorang anak, apabila terdapat gangguan pada mental emosionalnya, dikhawatirkan anak akan mengalami kesulitan dalam penyesuaian dirinya, terutama dalam pembentukan karakter anak, tuntutan-tuntutan dalam sebuah kelompok, kemandirian anak dalam berfikir dan berperilaku, serta yang terpenting yaitu dalam pembentukan konsep diri dari seorang anak tersebut. Apabila faktor penentunya tidak segera di atasi, maka akan mengakibatkan bertambah dampak negatifnya (Mutiara, 2020).

Pengenalan anak terhadap gadget biasanya berawal dari cara pengalihan orang tua atau keluarga kepada anaknya dengan cara memberikan atau memperlihatkan suatu tontonan video menarik atau game yang ada dalam gadgetnya tersebut, dengan harap anal tidak rewel atau menangis. Berawal dari suatu pengalihan yang salah tersebut, secara tidak langsung telah mengenalkan anak dengan gadget yang dapat membuat rasa keingintahuan seorang anak yang berlebih terhadap gadget. Hal itu merupakan salah satu faktor pemicu yang dapat mempengaruhi emosional anak dalam kebiasaan bermain gadget (Novitasari dan Khotimah, 2016 dalam Mutiara, 2020).

Dampak dari terbukanya jaringan akses internet dalam gadget yang dapat memperlihatkan segala macam hal yang semestinya tidak boleh dilihat oleh anak-anak, sehingga banyak anak yang mulai kecanduan gadget dan lupa untuk berinteraksi dengan orang sekitarnya, hal itu dapat berdampak pada psikologis anak terutama pada status emosional, krisis percaya diri juga dapat mempengaruhi pada perkembangan fisik anak. Dengan begitu penggunaan gadget yang berlebihan pada anak akan berdampak negatif karena dapat menurunkan daya konsentrasi dan dapat mengakibatkan ketergantungan atau kecanduan pada anak untuk dapat melakukan suatu hal yang semestinya dapat mereka lakukan sendiri (Chusna, 2017 dalam Mutiara, 2020).

Penggunaan gadget pada anak usia prasekolah harus dipertimbangkan oleh orang tuanya perihal berapa banyak waktu yang diperbolehkan untuk anak bermain gadget, karena total lama penggunaan gadget dapat

mempengaruhi perkembangan pada anak. Penggunaan gadget yang berlebihan dapat berdampak pada intraksi sosial anak terhadap lingkungan maupun keluarga yang dapat membuat perilaku anak menjadi pasif dan ketergantungan pada gadget. Tidak jarang banyak ditemukan dilingkungan masyarakat ditemukan orang tua yang sengaja memberikna gadget pada anaknya untuk membuat anak diam, orang tua mengeluhkan bahwa anaknya menjadi ketergantungan pada gadget yang dalam penggunaannya tidak mengenal waktu, dan anak akan menjadi tantrum apabila tidak diberikan gadget (Istiqomah dan Liliswanti, 2017 dalam Mutiara, 2020).

Dimasa pandemi Covid-19 ini dorongan anak-anak untuk menggunakan gadget semakin meningkat. Sebanyak 29% anak usia dini di Indonesia menggunakan telepon seluler dalam tiga bulan terakhir. Rinciannya, bayi yang berusia kurang dari satu tahun sebesar 3,5%, anak balita 1-4 tahun sebesar 25,9%, dan anak prasekolah. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di TK ABA Kabupaten Ciamis kepada 10 orang tua yang memiliki anak usia prasekolah, didapatkan hasil 8 orang responden mengatakan bahwa anaknya sudah mengenal gadget dan bermain gadget selama rentang waktu lebih dari 1 jam dalam sehari. Hampir semua responden mengatakan bahwa anaknya menggunakan gadget untuk menonton youtube, bermain game, ataupun hanya membuka galeri foto dan menggunakan kamera, adapula anak-anak yang bermain sambil belajar melalui aplikasi yang ada di gadget nya tersebut.

Apabila anak sudah asik dalam bermain gadget, seringkali anak suka lupa waktu, dalam arti anak tidak memperdulikan atau mengabaikan perintah dari orang tua, dan anak kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain. Ketika anak tidak diberikan gadget ada beberapa anak yang mudah marah dan menangis, sehingga tidak bisa mengontrol emosinya ketika sedang menggunakan gadget. Sehingga orang tua harus meningkatkan pengawasan ketika anak-anak sedang menggunakan gadget, dan penggunaan gadget yang berlebihan 5-6 tahun sebesar 47,7%. Selain itu, sebanyak 12% anak-anak pada usia ini mengakses internet. Anak prasekolah memiliki proporsi paling besar, yakni 20,1%, dibandingkan anak balita yang sebesar 10,7% dan bayi 0,9%. Sedangkan, hanya 0-1% anak usia dini yang menggunakan komputer pada periode waktu yang sama. (BPS, 2020) bisa menyebabkan masalah mental emosional pada anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis pada bulan Maret-Juni 2021. Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian yang bersifat analitik kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*, yaitu pengambilan data yang dikumpulkan pada suatu waktu sama untuk lebih mengefektifkan waktu (Notoatmodjo, 2010).

Pada rancangan penelitian ini menggambarkan tentang hubungan lama penggunaan gadget dengan masalah mental emosional pada anak usia prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021.

Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah seluruh orang tua yang memiliki anak usia prasekolah di TK ABA yang berjumlah 75 orang.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan cara teknik *Total Sampling* karena populasi kurang dari 100 sehingga seluruh populasi dijadikan sampel sebanyak 75 orang.

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah 2 buah kuesioner. Kuesioner 1 tentang lama penggunaan gadget yang berjumlah 1 pertanyaan dan untuk kuesioner 2 tentang masalah mental emosional pada anak usia prasekolah yang berjumlah 14 pertanyaan. Kuesioner lama penggunaan gadget menggunakan uji validitas content, sedangkan untuk kuesioner masalah perilaku dan emosional (KMPE) menggunakan kuesioner yang telah baku menurut Kemenkes RI 2016.

Data di analisa menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa univariat bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran lama penggunaan gadget dan masalah mental emosional pada anak usia prasekolah. Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel yaitu variabel dependent dan variabel independent. Karena variabel dependent dan variabel independent berupa data kategorik, maka pada tahap ini dilakukan uji statistik *Spearman (rho)*.

HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

1. Lama Penggunaan Gadget

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Lama Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021

No.	Lama Penggunaan Gadget	Frekuensi	Presentase
1.	Normal	33	44,0 %
2.	Tidak Normal	42	56,0 %
	Jumlah	75	100 %

Sumber : Hasil Pengolahan Data Instrumen Penelitian Tahun 2021

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa Lama Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021, hampir sebagian anak menggunakan gadget dengan rentang waktu normal yaitu sebanyak 33orang (44,0%). Sedangkan sebagian besar anak menggunakan gadget dengan rentang waktu tidak normal yaitu sebanyak 42 orang (56,0%).

2. Masalah Mental Emosional Tabel 2 Distribusi

Tabel 2. Frekuensi Masalah Mental Emosional Pada Anak Usia Prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021

No.	Masalah Mental Emosional Pada Anak Usia Prasekolah	Frekuensi	Presentase
1.	Tidak Ada Masalah	35	46,7 %
2.	Ada Masalah	40	53,3 %
	Jumlah	75	100

Sumber : Hasil Pengolahan Data Instrumen Penelitian Tahun 2021

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa masalah mental emosional pada anak usia prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis tahun 2021, sebagian besar anak ada masalah mental emosional yaitu sebanyak 40 orang (53,3%), dan hampir sebagian anak tidak ada masalah mental emosional yaitu sebanyak 35 orang (46,7%).

Analisa Bivariat

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hubungan Lama Penggunaan Gadget dengan Masalah Mental Emosional pada Anak Usia Prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021

No. Lama penggunaan Masalah mental emosional anak usia prasekolah Total ρ value gadget Tidak Ada Masalah Ada Masalah

No.	Lama penggunaan gadget	Masalah mental emosional anak usia prasekolah				Total	ρ value
		Tidak Ada Masalah		Ada Masalah			
		F	%	F	%		
1	Normal (< 1 Jam)	19	25,3 %	14	18,7%	33	44,0 %
2	Tidak Normal (> 1 Jam)	16	21,3 %	26	34,7%	42	56,0%
	Jumlah	35	46,7 %	40	53,3%	75	100%

Sumber: Hasil Pengolahan Data Instrumen Penelitian Tahun 2021

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukkan bahwa dari 33 oranganak usia prasekolah dengan durasi penggunaan gadget normal hampir sebagian anak usia prasekolah yaitu sebanyak 19 orang (23,3%) anak tidak ada masalah mental emosional

dan sebagian kecil anak yaitu 14 orang (18,7%) anak ada masalah masalah mental emosional. Dan dari 42 orang anak usia prasekolah dengan durasi penggunaan gadget tidak normal sebagian kecil anak yaitu 16 orang (21,3%) anak tidak ada

masalah mental emosional, dan hampir sebagian anak yaitu 26 orang (34,7%) anak ada masalah mental emosional.

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji Spearman Rank menggambarkan ada hubungan yang bermakna antara lama penggunaan gadget dengan masalah mental emosional pada anak usia prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021. Dibuktikan dengan nilai probabilitas sebesar 0,002 lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$.

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

1. Lama Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021

Hasil penelitian menunjukkan bahwa lama penggunaan gadget pada anak usia prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021, sebagian besar anak menggunakan gadget dengan rentang waktu yang tidak normal yaitu 42 orang (56,0%). Sebagian besar anak memiliki kebiasaan dalam menggunakan gadget dengan rentang waktu lebih dari satu jam dalam setiap harinya, sehingga akan berdampak buruk bagi kesehatan anak khususnya pada kesehatan mental anak, karena apabila anak sedang asyik bermain gadget cenderung anak tidak mau diganggu, sehingga emosi anak akan lebih meningkat dan memberontak ketika anak diberhentikan secara tiba-tiba pada saat bermain gadget. Tidak sedikit anak ketika sedang bermain gadget konsentrasinya mudah teralihkan, dan anak malas untuk mengerjakan rutinitas sehari-harinya karena anak asyik dalam menggunakan gadget. Sehingga pengawasan orang tua harus lebih ditingkatkan lagi ketika anak sedang bermain gadget, karena takut akan hal-hal yang tidak diinginkan ketika anak sedang bermain gadget.

Hal ini disebabkan karena banyak beberapa faktor yang dapat mempengaruhi atau menyebabkan anak tertarik untuk bermain gadget, salah satunya yaitu dari bentuk pengalihan atau kurangnya perhatian dari orang tua, karena sebagian besar yaitu sekitar 53,4% ibu bekerja dan tidak memiliki waktu untuk bermain dengan anak, sehingga anak tidak terawasi setiap waktu dalam bermain gadget. Dan untuk usia responden sebagian besar yaitu sekitar 85,3% berada pada rentang usia >30 tahun artinya usia yang matang untuk memiliki anak, dimana orang tua akan memberikan segala aspek baik itu dari segi kasih sayang perhatian, dan mengasuh anak secara optimal.

Penggunaan gadget pada anak usia pra-

sekolah harus tetap memperhatikan durasi dalam penggunaannya, anak usia prasekolah boleh saja menggunakan gadget untuk bermain game, menonton video animasi atau yang lainnya, tetapi orang tua harus tetap mengawasi dan memperhatikan waktu yang digunakan anak untuk bermain gadget. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2019) yang mengemukakan bahwa menurut Asosisasi Dokter Anak, anak usia 0-2 tahun alangkah baiknya apabila tidak terpapar oleh gadget, sedangkan anak usia 3-5 tahun dapat diberikan dengan batasan durasi bermain gadget sekitar 1 jam perharinya, dan 2 jam perhari untuk anak usia 6-18 tahun.

Hasil penelitian didapatkan bahwa masih banyak anak-anak yang menggunakan gadget tidak sesuai dengan yang direkomendasikan. Padahal penggunaan gadget yang terlalu lama dapat berdampak pada kesehatan anak, selain radiasi dari sinar gadget, kesehatan mentalnya juga dapat terpengaruhi.

2. Masalah Mental Emosional Pada Anak Usia Prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021

Hasil penelitian menunjukkan bahwa masalah mental emosional di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis, sebagian besar anak ada masalah mental emosional yaitu sebanyak 40 orang (53,3%), dan hampir sebagian anak tidak ada masalah mental emosional yaitu sebanyak 35 orang (46,7%).

Berdasarkan analisis item kuesioner sebagian besar anak kemungkinan terdapat masalah mental emosional, dimana anak beraksi negatif, seperti marah dan menangis apabila tidak diberi izin untuk bermain gadget, anak akan marah apabila diganggu ketika bermain gadget, anak akan marah dan menangis apabila gadget yang sedang dimainkannya dimintai oleh orang tuanya. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa emosional yang paling banyak ditunjukkan oleh anak yaitu anak sering terlihat marah, rewel, tidak sabaran, dan menangis apabila kemauannya tidak terpenuhi contohnya ketika anak tidak diberikan gadget. Selain itu hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak sulit untuk berkonsentrasi saat belajar, dan perhatiannya mudah teralihkan (misal anak tidak bisa bertahan lama untuk bermain dengan satu permainan, dan mudah mengalihkan perhatiannya bila ada hal-hal yang menarik). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyantari (2019) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara penggunaan gadget lebih dari satu jam dalam satu hari yang dapat meningkatkan resiko penyimpangan mental emosional 10,8 kali

lipat.

Analisa Bivariat

Hubungan lama penggunaan gadget dengan masalah mental emosional pada anak usia prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021 berdasarkan analisa data dengan uji Spearman Rank dengan nilai signifikan 0,05. Berdasarkan analisa di atas didapat *p value* sebesar 0,002 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan lama penggunaan gadget dengan masalah mental emosional pada anak usia prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis yang signifikan karena $p < 0,05$ artinya lama penggunaan gadget dapat mempengaruhi masalah mental emosional pada anak usia prasekolah. Berdasarkan paparan di atas dapat disimpulkan bahwa $p < 0,05$, berarti H_0 diterima H_0 ditolak. Artinya ada hubungan lama penggunaan gadget dengan masalah mental emosional pada anak usia prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dari 33 orang anak usia prasekolah dengan durasi penggunaan gadget normal hampir sebagian anak usia prasekolah yaitu sebanyak 19 orang (23,3%) anak tidak ada masalah mental emosional dan sebagian kecil anak yaitu 14 orang (18,7%) anak ada masalah masalah mental emosional. Dan dari 42 orang anak usia prasekolah dengan durasi penggunaan gadget tidak normal sebagian kecil anak yaitu 16 orang (21,3%) anak tidak ada masalah mental emosional, dan hampir sebagian anak yaitu 26 orang (34,7%) anak ada masalah mental emosional.

Pada penelitian ini sebagian besar responden menggunakan gadget lebih dari satu jam setiap harinya, hal ini tidak sesuai dengan rekomendasi AAP dimana untuk anak usia 2-5 tahun penggunaan gadget tidak boleh lebih dari satu jam dalam satu hari, sehingga tidak mengganggu waktu tidur, aktivitas fisik dan kebiasaan lainnya. Dan untuk aplikasi yang digunakan anak selama menggunakan gadget yang paling banyak digunakan yaitu Youtube, sebagian besar anak menggunakan youtube untuk menonton kartun anak, games online dan sesekali menonton video edukasi (bermain sambil belajar).

Pada penelitian ini seluruh butir kuesioner masalah mental emosional anak (KMPE) terisi semua, dan untuk soal nomor 1 dan nomor 5 merupakan butir soal yang paling banyak mendapat jawaban YA. Untuk interpretasi hasil KMPE tersebut didapatkan hasil sebanyak 40 anak (53,3%) ada masalah mental emosional, sehingga disarankan dilakukan evaluasi dalam 3 bulan. Pada soal nomor 1 pertanyaan mengarah pada perilaku

emosi anak, dimana anak mudah marah dan menangis ketika anak diberhentikan bermain gadget atau orang tua mengambil gadget ketika anak sedang asyik bermain, sehingga dapat memicu anak untuk mengamuk dan agresif. Untuk soal nomor 5 pertanyaan mengarah pada konsentrasi, dimana anak sulit berkonsentrasi ketika belajar dan mudah teralihkannya perhatiannya pada hal hal yang baru. Menurut teori, perilaku mengamuk atau marah dapat dipicu oleh beberapa keadaan, diantaranya kecemasan yang tidak dapat dikontrol, ketakutan, terlalu lelah, ekspektasi yang tidak konsisten, ataupun ketidaknyamanan fisik, serta sulitnya berkonsentrasi. Sehingga apabila orang tua tidak konsisten dalam memberikan batas penggunaan gadget dapat membuat ekspektasi anak tidak terpenuhi yang dapat memicu perilaku mengamuk atau marah (Mulyantari, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan bahwa sebagian besar anak ada masalah mental emosional yaitu anak yang cenderung memiliki kebiasaan dalam bermain gadget lebih dari satu jam setiap harinya. Penggunaan gadget yang berlebihan pada anak dapat berdampak buruk bagi kesehatannya, khususnya kesehatan mental anak, dimana penggunaan gadget yang terlalu lamabisa meningkatkan tingkat emosional dan tingkat keagresifan pada anak. Selain itu juga anak sulit untuk berkonsentrasi penuh terhadap apa yang ia sedang lakukan, dan anak akan sulit untuk berkomunikasi dan bersosialisasi dengan orang sekitar ataupun dengan keluarganya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan lama penggunaan gadget dengan masalah mental emosional pada anak usia prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021 pada 75 orang tua siswa yang memiliki anak usia prasekolah dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

Sebagian besar anak menggunakan gadget dengan rentang waktu yang tidak normal yaitu sebanyak 42 orang (56,0%) dan hampir sebagian anak menggunakan gadget dengan rentang waktu yang normal yaitu sebanyak 33 orang (44,0%). Dan sebagian besar anak ada masalah mental emosional yaitu sebanyak 40 orang (53,3%) dan hampir sebagian besar anak tidak ada masalah mental emosional yaitu sebanyak 35 orang (46,7%).

Ada hubungan yang signifikan antara lama penggunaan gadget dengan masalah mental emosional pada anak usia prasekolah di TK ABA Kecamatan Ciamis Kabupaten Ciamis Tahun 2021, karena nilai *p value* $< 0,05$ yaitu $p = 0,002$, sehingga H_0 diterima dan H_0 ditolak.

SARAN

Beberapa saran yang dapat ditemukan oleh peneliti dengan hasil penelitian di atas adalah :

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan informasi kesehatan khususnya tentang hubungan lama penggunaan gadget dan masalah mental emosional pada anak usia prasekolah. Selain itu juga hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi dan pengembangan ilmu pengetahuan khususnya pada bidang keperawatan anak dan keperawatan jiwa, dengan memberikan suatu penyuluhan pendidikan kesehatan mengenai dampak dari penggunaan gadget pada kesehatan mental anak.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi tambahan dalam memberikan pelayanan kesehatan khususnya pada keperawatan anak dan keperawatan jiwa dengan cara memberikan pendekatan dan edukasi tentang penggunaan gadget yang direkomendasikan untuk anak usia prasekolah.

3. Bagi Orang Tua

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan untuk orang tua agar dapat memperhatikan dan mengawasi kegiatan anak dalam menggunakan gadget untuk menghindari hal-hal negatif dari penggunaan gadget. Penggunaan gadget pada anak usia prasekolah diharapkan agar sesuai dengan yang telah direkomendasikan, yaitu untuk lama penggunaan gadget pada anak usia 3-7 tahun dibatasi penggunaan gadgetnya tidak lebih dari 1 jam setiap harinya.

4. Bagi Peneliti

Selanjutnya Penelitian ini meneliti tentang hubungan lama penggunaan gadget dengan masalah mental emosional pada anak usia prasekolah, ada beberapa hal yang mungkin belum tergali dan terkaji secara menyeluruh. Oleh karena itu, bagi peneliti selanjutnya disarankan agar lebih menggali faktor-faktor lain yang berhubungan dengan penggunaan gadget pada anak usia prasekolah dengan metode yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

Al-Ayouby, M.H. 2017. *Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini*. Skripsi.FISIP. Lampung.

Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.

AAP Recommendations for Children's Media Use. Am Acad Pediatr. 2016. Tersedia dari: [https://www.aap.org/en-us/about-theaap/aap-press-room/pages/american-](https://www.aap.org/en-us/about-theaap/aap-press-room/pages/american-academy-of-pediatrics-announces-new-recommendations-for-childrens-media-use.aspx)

[academy-of-pediatrics-announces-new-recommendations-for-childrens-media-use.aspx](https://www.aap.org/en-us/about-theaap/aap-press-room/pages/american-academy-of-pediatrics-announces-new-recommendations-for-childrens-media-use.aspx).

Badan Pusat Statistik (BPS). 2020. Pandemi Cobid-19 dorong anak-anak aktif menggunakan ponsel. (online). (<https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2020/12/16/pan-demi-covid-19-dorong-anak-anak-aktif-menggunakan-ponsel>) (diakses tanggal 23Maret 2021)

Dwiawati, N. 2016. *Hubungan asi eksklusif dengan perkembangan emosi pada anak usia 48-60 bulan di puskesmas borobudur kabupaten magelang tahun 2016*. skripsi. Kebidanan. Poltekkes Kemenkes.

Efendi, R. U. N., Arifah, S., & Kp, S. (2016). *Perbedaan Perkembangan Motorik Halus Anak Prasekolah Antara Yang Mengikuti Paud Dan Tidak Mengikuti Paud Di Desa Kalikotes Kecamatan Kalikotes Klaten* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).

Hanifah, L., & Ningrum, M. P. (2017). *Gambaran Hasil Deteksi Dini Masalah Mental Emosional Pada Anak Prasekolah Usia 36 Sampai 72 Bulan Di Playgroup Dan Tk Cherry Kids Club Islamic School Grogol Sukoharjo Tahun 2012*. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 4(2).

Imron, R. (2018). *Hubungan penggunaan gadget dengan perkembangan sosial dan emosional anak prasekolah di Kabupaten Lampung Selatan*. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 13(2), 148-154.

Isturdiyana, R. (2019). *Gambaran Kemampuan Perkembangan Psikososial Anak Prasekolah Di Taman Kanak-Kanak Among Siwi Sleman* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).

IDAI (2017) *Update in child neurology: Everything you should know about motor and movement problems in children*.

Kemenkes RI. 2016. *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi Deteksi Dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Dasar*. Jakarta. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

Khotimah, A.P. 2019. *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dalam Penggunaan Gadget Dengan Perkembangan Sosial Emosional Anak Prasekolah (3-6 Tahun) Di Tk Al-Hidayah Plus Madiun*. Skripsi. Keperawatan. Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.

Mutiara, V. S., dkk. 2019. *Hubungan Durasi Penggunaan Gadget Dengan Mental Emosional Anak Usia Prasekolah*. In *CALL*

FOR PAPER SEMINAR NASIONAL
KEBIDANAN (Vol. 1, No. 1, pp. 77-83).

- Mulyantari, A. I., & Ramadhona, N. (2019). Hubungan Kebiasaan Penggunaan Gadget dengan Status Mental Emosional pada Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains (JKS) Vol, 1*, 10-15.
- Oktavianti, V. 2019. *Gambaran Durasi Penggunaan Gadget Smartphone Pada Anak Prasekolah Di Tk Ade Irma Kelurahan Ciamis Kabupaten Ciamis*. Skripsi. Fikes. Ciamis.
- Putri, D.A. 2019. *Pengaruh Lama Penggunaan Gadget Terhadap Pencapaian Perkembangan Sosial Anak Prasekolah Di Tk Dan Paud Jogodayuh Kecamatan Geger Kabupaten Madiun*. Skripsi. Keperawatan. Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Subekti, N., & Nurrahima, A. (2020). Gambaran Keadaan Mental Emosional Anak Usia Prasekolah Di Daerah Pesisir. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 3(2), 10-15.
- Sari, T. P., & Mitsalia, A. A. (2016). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Personal Sosial Anak Usia Pra Sekolah Di TKIT Al Mukmin. *Profesi (Profesional Islam): Media Publikasi Penelitian*, 13(2).
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung : aspeknya. Jakarta: Kencana prenada media group.
- Triastutik, Y. 2018. *Hubungan Bermain Gadget Dengan Tingkat Perkembangan Anak Usia 4-6 Tahun (Studi Kasus Di Taman Kanak-Kanak Bina Insani Desa Candimulyo Kabupaten Jombang*. Skripsi. Keperawatan. Jombang.
- Utami, S. 2020. *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Anak Usia Prasekolah Di Desa Kawali Mukti Kabupaten Ciamis*. Skripsi. Fikes. Ciamis.