

TINGKAT KECEMASAN ORANG TUA TERHADAP PENGGUNAAN MEDIA GADGET PADA ANAK USIA DINI

Yeyen Layinatul Musyaropah¹, Maesaroh Lubis², Nandhini Hudha Anggarasari³

^{1,2,3}Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

yeyenlm2@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat kecemasan orang tua terhadap penggunaan media gadget pada anak usia dini. Penggunaan gadget oleh anak usia dini semakin meningkat seiring dengan perkembangan teknologi, namun hal ini juga menimbulkan kekhawatiran akan dampaknya terhadap perkembangan fisik, emosional, dan sosial anak. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan survei, melibatkan 226 orang tua murid sebagai responden. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang mengukur tingkat kecemasan berdasarkan aspek durasi penggunaan gadget, konten yang diakses, dan dampak kesehatan. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 226 orang tua ternyata 58 orang termasuk kedalam klasifikasi severe (memiliki kecemasan pada level tinggi), 160 orang termasuk kedalam klasifikasi moderate (memiliki kecemasan pada level sedang), 7 orang termasuk kedalam klasifikasi mild (memiliki kecemasan pada level rendah), dan 1 orang termasuk kedalam klasifikasi minimal (Tidak memiliki kecemasan). Faktor pendidikan orang tua, tingkat pemahaman tentang teknologi, dan pengawasan aktif terbukti memengaruhi tingkat kecemasan tersebut. Temuan ini menggaris bawahi pentingnya edukasi bagi orang tua terkait penggunaan gadget yang sehat serta pengembangan strategi untuk mendukung pengawasan yang efektif.

Kata Kunci: Kecemasan Orang Tua, Gadget, Anak Usia Dini, Pengawasan, Teknologi.

ABSTRACT

This study aims to identify the level of parental anxiety towards the use of gadget media in early childhood. The use of gadgets by early childhood is increasing along with the development of technology, but this also raises concerns about its impact on children's physical, emotional, and social development. This study uses a quantitative method with a survey approach, involving 226 parents of students as respondents. Data were collected through a questionnaire that measured the level of anxiety based on aspects of the duration of gadget use, content accessed, and health impacts. The results of the analysis showed that out of 226 parents, 58 people were classified as severe (having high levels of anxiety), 160 people were classified as moderate (having moderate levels of anxiety), 7 people were classified as mild (having low levels of anxiety), and 1 person was classified as minimal (having no anxiety). Parental education factors, level of understanding of technology, and active supervision have been shown to influence the level of anxiety. These findings underline the

importance of education for parents regarding healthy gadget use and the development of strategies to support effective supervision.

Keywords: *Parental Anxiety, Gadgets, Early Childhood, Supervision, Technology.*

A. PENDAHULUAN

Teknologi saat ini berkembang sangat pesat sehingga mempengaruhi semua aspek perkembangan manusia. Hampir semua orang tidak dapat terlepas dari teknologi *gadget* terutama dalam bidang pendidikan karena media *gadget* digunakan mulai dari kalangan dewasa sampai anak-anak. Untuk memajukan pendidikan masa kini tentunya *gadget* menjadi salah satu penunjang, seperti menjadi media pembelajaran bagi anak.

Indonesia dinobatkan sebagai Negara peringkat ke-4 terbesar dengan penggunaan media gadget di dunia sekitar (61,7%), setelah Tiongkok (66%), India (35,4%) dan Amerika Serikat (82,2%). Data penggunaan media gadget di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami peningkatan yang sangat drastis, yaitu dimulai dari 2019 tercatat data yang dipublikasikan oleh statistik sekitar 190 juta jiwa penggunaan media gadget, pada tahun 2020 penggunaan media gadget semakin bertambah yaitu sekitar 175,4 juta jiwa dari total penduduk 272,1 juta jiwa, dan pada tahun 2021 penggunaan gadget berkisar 89% dari total penduduk di Indonesia (Antu, 2024).

Selain hal tersebut, terdapat beberapa dampak positif dalam penggunaan gadget yaitu meningkatkan perkembangan kognitif, meningkatkan perkembangan bahasa, meningkatkan perkembangan motorik anak dan menjadi sarana hiburan anak. Namun faktanya, gadget dapat memberikan dampak negatif juga yaitu gangguan pemusatan, penglihatan dan pendengaran, anak menjadi acuh dengan lingkungan sekitar, terpapar radiasi, dan anak menjadi sulit diajak berkomunikasi dan salah satu dampak negatif gadget yang paling sering terjadi adalah kecemasan yang dirasakan oleh orang tua (Sri Rahayu, 2021).

Orang tua merupakan orang terdekat anak yang lebih banyak menghabiskan waktu dengan anak-anak di rumah memiliki tugas untuk mengontrol dan mengawasi penggunaan gadget oleh anak-anak, memilih konten mana saja yang boleh dilihat anak dan mana yang tidak boleh dan memastikan bahwa konten yang dilihat sesuai dengan usia anak, tidak mengandung pornografi atau kekerasan juga penggunaannya tidak melebihi batas waktu yang diperbolehkan (Sri Rahayu, 2021). Akan tetapi dapat kita temukan dimasyarakat masih banyak dari kalangan

orang tua yang dengan mudahnya memberikan gadget pada anak-anak, mereka lebih memilih memberikan gadget kepada anaknya daripada melihat anaknya menangis atau juga sebagai pengganti pengasuh anaknya karena orang tua yang terlalu sibuk bekerja.

Berdasarkan hasil wawancara orang tua murid di Kecamatan Tawang pada tanggal 13 Mei 2024, penulis menemukan bahwa orang tua merasa cemas dengan anak yang terlalu sering bermain *gadget*, karena apabila anak sudah diberi izin untuk bermain *gadget* akan terus meminta kepada orang tuanya untuk terus menurus bermain *gadget*. Anak yang bermain *gadget* akan cenderung malas belajar karena lebih suka bermain *gadget*. Anak juga akan meniru perilaku yang dilihat pada *gadget* karena pada umumnya anak usia 4-6 tahun akan mudah menirukan apa yang mereka lihat dan orang tua pun menyampaikan bahwa anak sering menonton konten kekerasan yang tidak sesuai dengan anak.

Kecemasan adalah suatu perasaan yang menyakitkan dan tidak menyenangkan (Setiawan, 2024). Kecemasan ini karena terlalu memperdulikan suatu situasi. Sebagian besar orang tua mengalami kecemasan dan takut saat anak-anak mereka menghabiskan banyak waktu bermain *gadget*.

Kecemasan orang tua tentang anak pada saat ini timbul karena adanya perasaan terancam pada suatu hal yang belum jelas. Orang tua yang mengalami kecemasan disebabkan oleh kesenjangan antara apa yang diharapkan oleh orang tua dengan kenyataan yang terjadi pada orang tua terkait persoalan penggunaan *gadget* pada anaknya (Setiawan, 2024). Sebagai contoh orang tua juga seharusnya dapat mempunyai prioritas dalam manajemen waktunya.

Menurut Lilik Setiawan yang meneliti mengenai kecemasan orang tua dalam menghadapi anak kecanduan *gadget* menghasilkan penelitian 33% tidak mengalami kecemasan normal, 40% mengalami kecemasan ringan, 27% mengalami kecemasan sedang. Tingkat kecemasan orang tua ini di pengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan, faktor pendudukan, kecemasan dalam menghadapi anak kecanduan *gadget* dan sumber mendapatkan informasi (Setiawan, 2024). Adapun penelitian menurut Elfan Fanhas Khoemaeny, Erika Setyanti Kusumaputeri yang meneliti mengenai tingkat kecemasan dan transendensi orang tua siswa TK Aisyiyah Bustanul Athfal di era digital pasca pandemik covid-19 menghasilkan penelitian berada tingkat kecemasan sedang dan berat. Terdapat 63,08% tingkat kecemasan orang tua di Jawa Barat. Tuntutan zaman sangat diperlukan untuk meminimalisir kecemasan orang tua (Chandrawaty, 2022).

Dari sudut pandang anak, teori yang relevan dalam menjelaskan dampak penggunaan media *gadget* pada anak usia dini dapat dilihat melalui berbagai perspektif perkembangan anak, seperti Teori Perkembangan Kognitif. Piaget menyatakan bahwa perkembangan kognitif anak terjadi dalam empat tahapan yang berbeda yaitu sensorimotor, praoperasional, operasi konkret, dan operasi formal. Pada tahap usia dini (sekitar 2 hingga 7 tahun), anak berada pada tahap praoperasional, di mana mereka mulai mengembangkan kemampuan berpikir simbolis dan menggunakan bahasa. Pada tahap ini, kemampuan anak untuk memahami dunia masih terbatas pada persepsi langsung dan egosentris (Jadidah, 2024).

Penggunaan media gadget seperti ponsel atau tablet yang memaparkan anak pada gambar, video, dan konten digital dapat mempengaruhi cara anak memahami dunia sekitarnya. Jika anak terlalu sering terpapar media gadget tanpa interaksi langsung dengan dunia nyata atau orang lain, ini bisa menghambat perkembangan kognitif mereka, misalnya dalam hal pemahaman ruang, waktu, dan hubungan sebab-akibat. Penelitian yang dilakukan oleh Irmayani, dari 34 anak berusia 3-6 tahun memiliki ketergantungan *smartphone*, 2 anak diantaranya memiliki perkembangan psikososial yang kurang baik dan sisanya sejumlah 32 anak yang ketergantungan *smartphone* memiliki perkembangan psikososial yang tetap baik (Irmayani et al., 2021).

Penggunaan gadget yang berlebihan, terutama pada usia dini, dapat mempengaruhi perkembangan otak anak, khususnya dalam hal perhatian, pengendalian impuls, dan pemrosesan informasi. Penelitian Tasya (2021) menunjukkan bahwa paparan media digital yang intens dapat mempengaruhi struktur dan fungsi otak, mengarah pada perubahan dalam cara anak memproses informasi atau dalam kemampuan mereka untuk berkonsentrasi. Meskipun teknologi memiliki potensi untuk menjadi alat bantu pembelajaran, penting bagi orang tua dan pendidik untuk mengawasi dan mengatur waktu serta cara penggunaan media gadget pada anak, agar tidak menghambat perkembangan mereka.

Orang tua yang cemas terhadap penggunaan gadget pada anak biasanya dipengaruhi oleh kesadaran akan dampak negatif yang bisa terjadi, seperti penurunan keterampilan sosial, gangguan tidur, atau penurunan kemampuan motorik. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk mengetahui kapan dan bagaimana memperkenalkan media digital kepada anak, agar mereka dapat memanfaatkan manfaat teknologi tanpa mengorbankan perkembangan anak secara keseluruhan (Jadidah, 2024).

Penelitian mengenai kecemasan orang tua ini harus dilakukan untuk mengetahui tingkat kecemasan orang tua di era digitalisasi saat ini dengan begitu banyak dampak negatif dari *gadget* terhadap anak, maka penelitian ini penting untuk dilakukan. Hal tersebut yang menjadi latar belakang penulis untuk melakukan penelitian mengenai **“Tingkat Kecemasan Orang Tua Terhadap Penggunaan Media Gadget pada Anak Usia Dini (Suatu penelitian pada orang tua murid yang mempunyai anak yang sudah terdaftar di sekolah PAUD Kelompok Bermain)”**.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang menghasilkan penemuan-penemuan yang dapat dicapai dengan menggunakan prosedur-prosedur statistik atau cara-cara lain dari kuantifikasi (pengukuran). Menurut Kasiron, penelitian kuantitatif adalah proses pencarian pengetahuan yang menggunakan data numerik sebagai alat untuk menganalisis informasi yang ingin diperoleh (Abdullah, 2022).

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei, metode ini sumber data dan informasi utama diperoleh dari responden berupa sampel penelitian dengan menggunakan kuesioner atau angket sebagai instrumen pengumpulan datanya (Sugiyono, 2021).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian yang dilakukan kepada orang tua yang mempunyai anak di Kelompok Bermain se-Kecamatan Tawang. Teknik pengumpulan data berupa angket yang sudah valid, kemudian angket ini disebar kepada seluruh orang tua yang mempunyai anak di Kelompok Bermain se-Kecamatan Tawang, dengan jumlah sampelnya yaitu sebanyak 226 orang.

Tabel. 1.1

Hasil Penelitian Tingkat Kecemasan Orang tua kecamatan Tawang

No	Nama Kelurahan	Jumlah Orang Tua
1	Tawangsari	10
2	Empangsari	48
3	Kahuripan	59
4	Cikalang	59

5	Lengkongsari	50
Jumlah		226

Angket pada tingkat kecemasan sebanyak 18 item dengan alternatif jawaban SL= Selalu (4), S= Sering (3), K = Kadang-Kadang (2), TP =Tidak Pernah (1).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di peroleh data, selanjutnya diolah dan dianalisis secara deskriptif terlebih dahulu dengan melakukan pengujian rata-rata melalui spss statistik 24 *for window*. Penetapan opsi jawaban menggunakan model skala liker yang di sebarakan olehh peneliti melalui sebaran *googleform*. Jenis penelitian ini yaitu penelitian deskriptif kuantitatif untuk melihat tingkat kecemasan orang tua terhadap penggunaan media gadget pada anak usia dini.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September yang diawali dengan penyebaran instrument penelitian berupa angket untuk di uji validitas dan reabilitasnya kepada orang tua yang memiliki anak di Kelompok Bermain yang berada diluar kecamatan Tawang. Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu melakukan uji coba instrumen, sampel yang diambil sebanyak 30 orang. Adapun jumlah butir uji coba instrumen pada penelitian ini ada 18 butir soal. Setelah mendapatkan hasil dari uji validitas dan reabilitasnya, maka dilaksanakan penyebaran kembali instrument (yang sudah melalui tes uji coba instrumen) lalu diberikan kepada orang tua yang memiliki anak di Kelompok Bermain kecamatan Tawang dengan jumla sampel yang telah di tentukan yakni sebanyak 226 responden.

Penelitian ini menggunakan menggunakan teknik *probability random sampling*. Penelitian ini dilakukan kepada orang tua yang memiliki anak di Kelompok Bermain kecamatan Tawang.

Tabel. 1.2

Hasil penelitian tingkat kecemasan orang tua

Jumlah orang tua	Klasifikasi skor	% Skor
58	Severe	25,7%
160	Moderate	70,8%
7	Mild	3,1%
1	Minimal	0,4%

Dapat kita simpulkan bahwa dari 226 orang tua ternyata 25,7% orang termasuk kedalam klasifikasi severe (memiliki kecemasan pada level tinggi), 70,8% orang termasuk kedalam klasifikasi moderate (memiliki kecemasan pada level sedang), 3,1% orang termasuk kedalam klasifikasi mild (memiliki kecemasan pada level rendah), dan 0,4% orang termasuk kedalam klasifikasi minimal (Tidak memiliki kecemasan).

D. KESIMPULAN

Berdasarkan data yang telah di peroleh dari hasil analisis yang dilakukan maka dapat di tarik kesimpulan bahwa dari 226 orang tua ternyata 58 orang termasuk kedalam klasifikasi severe (memiliki kecemasan pada level tinggi), 160 orang termasuk kedalam klasifikasi moderate (memiliki kecemasan pada level sedang), 7 orang termasuk kedalam klasifikasi mild (memiliki kecemasan pada level rendah), dan 1 orang termasuk kedalam klasifikasi minimal (Tidak memiliki kecemasan).

DAFTAR PUSTAKA

- Antu, M. S., Ayun, N., Yusuf, R., Liputo, G. P., & Ali, F. (2023). Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget dengan tingkat Kecemasan Orang Tua yang memiliki Anak Usia 3-6 tahun The relationship between intensity of gadget use and the level anxiety of parents with children 3-6 years old. In *An Idea Health Journal*.
- Chandrawaty, E. F. F. K. (2022). *Tingkat Kecemasana dan Transendensi Orang Tua Siswa TK Aisyiyah Bustanul Athfal di Era Digital Pasca Pandemi Covid-19*.
- Diliana, E., & Cahyaningtyas, D. K. (2022). Factors Affecting the Level of Anxiety in the Use of Contraception in the 2020 Covid-19 Pandemic Era At the Srandakan Community Health Center, Bantul. In *Research of Service Administration Health and Sains Healthys* (Vol. 2, Issue 2).
- Firda Amelia. (2022). *Kecemasan Dalam Perspektif Rational Emotive Behaviour Therapy Albert Ellis*.
- Hanifatun Nadira, D., Yunariyah, B., Jannah, R., Studi, P. D., & Tuban Poltekkes Kemenkes Surabaya, K. (2023). Tingkat Kecemasan Orang Tua Dalam PEMBERLAKUAN Pembelajaran Tatap Muka (PMT) di Masa Pandemi Covid-19 di SDN Keonsari III. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 229(2963–2900). <https://jmi.rivierapublishing.id/index.php/rp>
- Hidayatullah Nim, A. (2020). *Perbedaan Kecenderungan Perilaku Nomophobia di Tinjau Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Mahasiswa UIN Ar-Raniry Banda Aceh*.

- Iun, O., Simamora, R., & Akbari, D. M. (2022). Tingkat Kecemasan Orang Tua Terhadap Anak Dalam Mengikuti Olahraga Beladiri di Club Taekondo Kota Langsa. In *Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra (JORS): Jurnal Ilmu Olahraga* (Vol. 5, Issue 2). <https://ejurnalunsam.id/index.php/jors>
- Jadidah, M. (2024). Dampak Penggunaan Smartpone Terhadap Perilaku sosial Anak Usia 5-6 Tahun di Taman Kanak-Kanak Permatahati Cilodong. *Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(1), 13550.
- Kartika, T., Mutiudin, A. I., Marlina, L., Keperawatan, M. F., Bhakti, U., Tasikmalaya, K., Keperawatan, D. F., Fakultas, D., & Kesehatan, I. (2022). Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Perkembangan Sosial Pada Anak Usia Dini (4-6 Tahun). *Jurnal Perawat Indonesia*, 6(2).
- Kecemasan, G., Mahasiswa, K., Akhir, T., Masa, D., Covid-19 Firyal, P., Jannah¹, N., Cahyawulan², W., Artikel, I., Karier, K., & Akhir, M. T. (2023). Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application. *IJGC*, 12(1). <https://doi.org/10.15294/ijgc.v12i1.55332>
- Lesbatta, M., Souhaly, F., Neite, E., Pattisnay, F., & Belyanan, F. (2022). *Analisis Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini*.
- Mustika Mirani, M., Marni, E., Studi Keperawatan STIKes Hang Tuah Pekanbaru Corresponding Author, P., & Hang Tuah Pekanbaru, Stik. (2021a). *Gambaran Tingkat Kecemasan pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Payung sekaki*. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Mustika Mirani, M., Marni, E., Studi Keperawatan STIKes Hang Tuah Pekanbaru Corresponding Author, P., & Hang Tuah Pekanbaru, Stik. (2021b). *Gambaran Tingkat Kecemasan pada Lansia di Wilayah Kerjapuskemas Payung Sekaki*. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Oktamarina, L., Kurniati, F., Sholekhah, M., Nurjanah, S., Wahyuni Oktaria, S., & Apriyani, T. (2022). *Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini*.
- Setiawan, L., D3, P., Stikes, K., & Kediri, K. H. (2023). *Kecemasan OrangTua Dalam Menghadapi Anak Kecanduan Gadget*. <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc>
- Setiawan, L., D3, P., Stikes, K., & Kediri, K. H. (2024). *Kecemasan Orang Tua Dalam Menghhadapi Anak Kecanduan Gadget*. <https://journal-mandiracendikia.com/jikmc>

- Slamet dan, R., & Wahyuningsih, S. (2022). *Validitas dan Reliabilitas Terhadap Instrumen Kepuasan Kerja*.
- Sri Rahayu, N., Mulyadi, S., & Studi PGPAUD UPI Kampus Tasikmalaya, P. (2021). Analisis Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini. In *Desember* (Vol. 5, Issue 2).
- Taluke, D., Lakat, R. S. M., & Sembel, A. (2019). Analisis Preferensi Masyarakat Dalam Pengelolaan Ekosistem Mangrove di Pesisir Pantai Kecamatan Loloda Kabupaten Halmahera Barat. *Jurnal Spasial*, 6(2).
- Ulya, Z. A., Fanhas, E., & Khomaeny, F. (2022a). *under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International TINGKAT KECEMASAN GURU TAMAN KANAK-KANAK DALAM PEMBELAJARAN JARAK JAUH DI KOTA TASIKMALAYA*. 7(1), 1–12.
- Ulya, Z. A., Fanhas, E., & Khomaeny, F. (2022b). *under a Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International Tingkat Kecemasan Guru Taman Kanak-Kanak Dalam Pembelajaran Jarak Jauh di Kota Tasikmalaya*. 7(1), 1–12.
- Wulandari¹, D., & Lestari², T. (2021). Pengaruh Gadget Terhadap Perkembangan Emosi Anak. *Pendidikan Tambusai*, 5.
- Yumarni, V., & Ma'arif Jambi, S. (2022). *Pengaruh Gadget Terhadap Anak Usia Dini* (Vol. 8). www.kompas.com