

Peran Intensitas Penggunaan *Gadget* Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia Dini

[The Role of *Gadget* Usage Intensity in the Emotional Development of Early Childhood Children]

Ita Maria Biaf¹⁾, Irony Damianus Saefatu²⁾, Fredericksen Victoranto Amseke^{3)*}

Program Studi Pendidikan Kristen Anak Usia Dini, Institut Agama Kristen Negeri Kupang

dedyamseke@iaknkupang.ac.id (corresponding)

ABSTRAK

Perkembangan emosional anak usia dini merupakan proses berkembangnya kemampuan anak dalam mengenali, mengungkapkan, dan mengendalikan emosi. Pada era digital saat ini, penggunaan *gadget* menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari anak dan dapat memengaruhi perkembangan emosional anak usia dini. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengaruh antara intensitas penggunaan *gadget* terhadap perkembangan emosional pada anak usia 4-6 tahun di TK Kristen Betlehem Oesapa Barat. Metode dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian *ex post facto*. Teknik pengambilan sampel dengan cara *sampling purposive* pada anak usia 4-6 tahun. Responden penelitian ini berjumlah 72 anak. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner berupa skala intensitas penggunaan *gadget* dan skala perkembangan emosional anak usia dini. Teknik analisis data adalah regresi linear sederhana. Hasil temuan ini menemukan intensitas penggunaan *gadget* berpengaruh positif dan signifikan terhadap perkembangan emosional anak usia 4-6 tahun sebesar 39,5%. Diharapkan orang tua dan guru bijak dapat mendampingi anak dalam penggunaan *gadget* agar tidak berlebihan sehingga perkembangan sosial emosional dapat berkembang dengan baik.

Kata kunci: *gadget; perkembangan emosional; anak usia dini*

ABSTRACT

Early childhood emotional development is the process of developing a child's ability to recognize, express, and control emotions. In today's digital era, gadget use has become part of children's daily lives and can affect their emotional development. The purpose of this study was to determine the effect of gadget use intensity on emotional development in children aged 4-6 years at Bethlehem Oesapa Barat Christian Kindergarten. The method in this study was quantitative with an *ex post facto* research type. The sampling technique used was purposive sampling of children aged 4-6 years. The number of respondents in this study was 72 children. The data collection technique used a questionnaire in the form of a gadget use intensity scale and an early childhood emotional development scale. The data analysis technique was simple linear regression. The findings showed that gadget use intensity had a positive and significant effect on the emotional development of children aged 4-6 years by 39.5%. It is hoped that parents and teachers can wisely accompany children in using gadgets to prevent excessive use so that social and emotional development can develop well.

Keywords: *gadgets; emotional development; early childhood*

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini adalah pembinaan bagi anak usia dini yang dilakukan dengan memberikan rangsangan pendidikan untuk menunjang perkembangan jasmani dan rohaninya agar siap memasuki sekolah yang lebih tinggi. Anak-anak usia 0 hingga 6 tahun menjadi sasaran pendidikan anak usia dini yang merupakan jenjang pendidikan dasar dan upaya pembinaan (Jaoza,

2024). Pada usia ini, anak memiliki potensi luar biasa untuk berkembang secara fisik, kognitif, sosial, emosional, bahasa, serta dalam aspek agama dan norma (Amseke, dkk 2024).

Sebagai gambaran, anak sering murung, senang, bahagia, menangis, marah tanpa bisa dikontrol maupun takut tanpa ada penyebab yang pasti (Mahmud, 2021). Sesuai dengan usia perkembangan dan pertumbuhan anak, semua bidang perkembangan harus dikembangkan. Pendidikan anak usia dini merupakan pendidikan yang diberikan pada usia emas yang merupakan peletak dasar setiap kemampuan yang dikembangkan pada anak. Pada masa ini merupakan waktu yang paling tepat dalam melibatkan setiap potensi yang dimilikinya. Pada tahap ini, anak mulai mengenali, memahami, dan mengelola emosi dasar seperti senang, sedih, marah, dan takut. Ketika anak berinteraksi dengan teman-temannya, mereka sering menghadapi situasi dimana mereka harus mengenali dan memahami emosi teman-temannya (Safitri, dkk 2024).

Berdasarkan hasil survei Yulian ditemukan bahwa generasi saat ini banyak yang mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi dan membangun hubungan dengan orang lain. Generasi saat ini cenderung lebih kesepian, murung, mengalami kecemasan, gugup, impulsif dan agresif (Yuliana dalam Astuti, dkk 2024). Hal tersebut juga sesuai dengan hasil penelitian dari (Tajuddin, dkk 2022) yang mengatakan bahwa generasi sekarang lebih sering mengalami masalah emosi dibandingkan dengan generasi terdahulu.

Emosi adalah perasaan yang ada dalam diri kita, dapat berupa perasaan senang atau tidak senang, perasaan baik atau buruk. *World book dictionary* menuliskan emosi didefinisikan sebagai berbagai perasaan yang kuat. Perasaan benci, takut, marah, cinta, senang, dan kesedihan. Macam-macam perasaan tersebut adalah gambaran dari emosi. Goleman mengatakan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan atau pikiran-pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak ((Tauhidah & Noorhasanah, 2022). Menurut Hurlock (dalam Mashar, 2015) Pola emosi yang umum pada awal masa kanak-kanak yaitu takut meliputi malu, canggung, khawatir cemas. Emosi juga dapat merujuk pada perasaan-perasaan spesifik, emosi dapat berupa perasaan marah, ketakutan, rasa gembira, cinta, kesedihan, kebahagiaan, dan perasaan jijik. Selain itu emosi dapat juga didefinisikan sebagai keadaan atau proses seseorang dalam merespon suatu kejadian. Seseorang dapat mengelola dan mengenali emosi agar tidak berdampak negatif pada diri sendiri dan orang lain maka perlu adanya perkembangan emosi.

Perbicara tentang perkembangan emosi yaitu bentuk kontrol yang dilakukan seseorang terhadap emosi yang dimilikinya. Goleman mengatakan bahwa perkembangan emosi mencerminkan kemampuan individu dalam mempengaruhi jenis emosi yang mereka rasakan, menentukan kapan emosi itu muncul, serta mengontrol cara mereka mengalami dan mengekspresikannya (Chintya & Sit, 2024). Perkembangan emosi merupakan proses aktif dimana individu secara sadar mengamati respons emosionalnya, mengevaluasi efektivitasnya, dan melakukan perbaikan diri guna mencapai tujuan yang diinginkan (Batubara, Agustini, & Lubis, 2023). Perkembangan emosi yang sehat mencakup kemampuan menerima berbagai emosi yang muncul, mengendalikan reaksi impulsif, serta menerapkan strategi pengaturan emosi secara fleksibel sesuai tuntutan situasi (Mashar 2015). Aspek-aspek yang digunakan untuk menentukan bentuk perkembangan emosi pada anak usia dini yaitu: pertama, Adanya rasa amarah; kedua, Adanya rasa takut atau gelisah; ketiga, Adanya rasa sedih; keempat, Adanya rasa malu; kelima, Adanya rasa cemburu; keenam, Adanya rasa kecewa; ketujuh, Rasa Peduli atau empati (Mashar, 2015).

Perkembangan emosi dipengaruhi dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Dengan adanya faktor eksternal khususnya dalam jalinan intensitas penggunaan *gadget*, seorang anak usia dini akan melakukan suatu upaya berupa interaksi konstan dengan perangkat digital untuk mencapai suatu tujuan yang berupa rasa ingin tahu. Orang tua, sebagai salah satu faktor eksternal dalam perkembangan emosi anak, memiliki peran yang sangat penting. Baik ayah maupun ibu sama-sama memberikan kontribusi yang signifikan terhadap perkembangan anak. Diharapkan, orang tua dapat memberikan pengalaman yang berarti bagi anak hingga mereka mencapai dewasa (Zubairi, 2022). Dalam konteks ini, peran orang tua dalam perkembangan emosi anak dapat mencakup: mulai dari memberikan kasih sayang dan dukungan, membantu anak mengelola emosi, hingga mengajarkan keterampilan sosial (Wahyuni, dkk 2024). Salah satu faktor yang mengurangi perkembangan emosi anak adalah intensitas penggunaan *gadget* yang berasal dari orang tua/wali.

Intensitas penggunaan *gadget* yang tepat dengan pengawasan dapat memberikan dukungan emosional bagi anak. Hubungan yang positif dapat membantu anak memahami dan mengekspresikan perasaan mereka. Intensitas penggunaan *gadget* yang terlalu lama atau berlebihan sebenarnya tidak baik untuk perkembangan emosi anak. Menurut Muawanah (2022), intensitas penggunaan *gadget* dapat menyebabkan anak mudah marah, cenderung lebih egois, bahkan sampai tantrum jika menyangkut tentang *gadget*. Dan Intensitas penggunaan *gadget* terhadap emosional anak, jika durasi penggunaan *gadget* lebih dari 1 jam perhari dan dilakukan secara terus menerus maka akan berakibat terhadap perkembangan emosional anak. Hal ini dilihat berdasarkan aspek-aspek intensitas penggunaan *gadget* yaitu perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi. Menurut Barrio (dalam Wahyuliarmy & Sari 2021) Intensitas penggunaan *gadget* dapat muncul dalam berbagai aspek seperti: (1) perhatian (2) penghayatan (3) durasi (4) Frekuensi. Pembatasan intensitas penggunaan *gadget* ini memiliki tujuan untuk mengurangi dampak negatif *gadget* terhadap perkembangan anak, termasuk perkembangan emosional.

Ada pula beberapa peneliti terdahulu yang meneliti tentang pengaruh intensitas penggunaan *gadget* terhadap perkembangan emosi anak yakni hasil penelitian Saekoko, Sibulo, Oematan dan Amseke (2025) menemukan dampak positif dan dampak negatif penggunaan *gadget* terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini. Penelitian Jayanti (2022) tentang penggunaan *Gadget* Terhadap Perkembangan Emosional Anak Sekolah Dasar Sampel penelitian ini terdiri dari 20 anak kelas tinggi di kelurahan Masmambang kecamatan Talo kabupaten Seluma dengan menggunakan metode kuantitatif inferensial. Penelitian Khomsah (2023) tentang pengaruh penggunaan *gadget* terhadap perkembangan emosional dan akhlak siswa. Penelitian Fitri (2022) menemukan bahwa intensitas penggunaan *gadget* berpengaruh signifikan terhadap perkembangan emosional anak kelompok A TK Masyithoh Karangmojo Bantul Yogyakarta, hal ini dibuktikan dengan hasil uji *kendall's tau* yang menunjukkan bahwa nilai $\text{sig.}(2.\text{tailed}) = 0,00 < 0,05$.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 orang guru yang ada di TK Kristen Betlehem Oesapa Barat, informan pertama yang peneliti dapat dari seorang guru yang berinisial YH (45), menyatakan bahwa ada beberapa anak di kelompok B1 TK Kristen Betlehem Oesapa Barat, seperti WB (6), ST (5), dan AS (5), telah terbiasa menggunakan *gadget* dalam keseharian mereka. Kebiasaan ini berdampak pada peningkatan emosi negatif, seperti mudah marah, murung, dan cemas. Guru mengamati bahwa anak-anak tersebut cenderung bereaksi berlebihan ketika menghadapi situasi yang tidak sesuai keinginan, misalnya saat bermain dengan teman atau saat *gadget* mereka diambil. Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan *gadget* yang tidak terkontrol dapat mengganggu perkembangan emosi anak sehingga diperlukan pendampingan dan pembatasan screen time serta pengalihan aktivitas ke permainan sosial yang lebih interaktif untuk membantu mereka mengelola emosi dengan lebih baik.

Informan yang kedua dari seorang guru berinisial CF (44), yang memiliki seorang siswa berinisial AL (6) salah satu siswa di kelompok B2, sering menunjukkan reaksi emosional seperti marah atau kesal ketika merasa terganggu oleh temannya. Guru mengamati bahwa kebiasaan AL menggunakan *gadget* mungkin menjadi salah satu faktor pemicu, karena anak yang terlalu sering terpapar layar cenderung lebih impulsif dan kurang mampu mengendalikan emosi saat berinteraksi. Hal ini mengindikasikan bahwa penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat mengurangi kesabaran dan toleransi anak dalam situasi sosial, sehingga diperlukan strategi seperti pembatasan waktu layar dan penguatan keterampilan komunikasi untuk membantu AL mengelola emosinya dengan lebih baik.

Selanjutnya, informan ketiga dari seorang guru berinisial AS (49), siswa kelompok B3 bernama PB (6) sering mengalami kesulitan dalam mengontrol emosinya, seperti mudah menangis, berteriak, merengek atau menghindari interaksi dengan orang lain. Hal ini diduga kuat berkaitan dengan kebiasaan PB yang sering menggunakan *gadget* sebagai pengisi waktu, karena orang tuanya sibuk bekerja dan kurang memberikan pendampingan emosional di rumah. Keterbatasan interaksi dengan orang tua membuat PB cenderung mencari pelarian melalui *gadget*, yang pada akhirnya mengurangi kemampuannya dalam mengelola frustrasi saat berinteraksi dengan teman-temannya. Kondisi ini memperlihatkan bahwa peran aktif orang tua dalam membangun kedekatan emosional dan membatasi screen time sangat penting agar anak dapat berkembang secara emosional dengan lebih baik. Guru pun berupaya memberikan pendekatan lebih intensif, seperti melatih PB untuk

mengekspresikan perasaan dengan kata-kata dan mengajaknya terlibat dalam aktivitas kelompok yang melibatkan kerja sama.

Berdasarkan uraian masalah di atas maka tertarik untuk meneliti tentang Pengaruh Intensitas Penggunaan *Gadget* Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia 4-6 Tahun di TK Kristen Betlehem Oesapa Barat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain penelitian *ex post facto*. Penelitian *ex post facto* bertujuan untuk mengungkapkan informasi mengenai intensitas penggunaan *gadget* terhadap perkembangan emosional anak usia 4-6 tahun. Responden dalam penelitian ini berjumlah 72 anak yang di TK Kristen Betlehem Oesapa Barat. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas (X) dalam penelitian ini yaitu intensitas penggunaan *gadget* dan variabel terikat (Y) adalah perkembangan emosional anak usia 4-6 tahun.

Ada dua instrumen dalam penelitian ini yaitu skala intensitas penggunaan *gadget* disusun berdasarkan konsep Wahyuliarmy & Sari (2021) yang menguraikan empat aspek yaitu 1) perhatian yaitu ketertarikan anak terhadap aktivitas yang sesuai dengan minatnya akan jauh lebih kuat dan intensif dibandingkan dengan aktivitas lain yang tidak menimbulkan minat tertentu. 2) penghayatan yaitu anak yang di mana mereka tidak hanya sekadar untuk memahami, menikmati, menghayati dan menyimpan sajian informasi maupun pengalaman yang didapat sebagai pengetahuan anak-anak. 3) durasi yaitu lamanya selang waktu, rentang waktu atau lamanya sesuatu yang berlangsung. Seringkali ketika menggunakan *gadget* anak-anak menjadi tidak sadar waktu karena terlalu menikmati dalam menggunakannya. 4) frekuensi yang dilakukan anak yang di mana mereka tidak hanya sekadar berapa lama anak menggunakan *gadget*, tetapi juga seberapa sering dalam sehari anak mengakses *gadget*. Dalam skala intensitas penggunaan *gadget* memiliki 23 item terbukti valid dengan menggunakan uji koefisien *corrected item total correlation*, nilai reliabilitas dengan teknik *alpha cronbach* sebesar 0,884.

Skala perkembangan emosional anak usia 4-6 tahun mengacu pada tujuh aspek yang disusun oleh Mashar (2015) meliputi tujuh aspek yaitu adanya rasa amarah, adanya rasa takut atau gelisah, adanya rasa sedih, adanya rasa malu, adanya rasa cemburu, adanya rasa kecewa, adanya rasa peduli atau empati yang memiliki 19 butir terbukti valid dengan menggunakan koefisien *corrected item total correlation*, nilai reliabilitas dengan teknik *alpha cronbach* sebesar 0,818. Setiap item yang tidak valid atau gugur tidak digunakan dalam menguji hipotesis dalam penelitian ini. Teknik analisis data adalah analisis regresi linear sederhana. Data diolah menggunakan program IBM SPSS 25 for windows.

Tabel 1. Kisi-kisi Instrumen Intensitas Penggunaan *Gadget*

Aspek	Indikator	Butir/Item		Total
		Favorabel	Unfavorabel	
Perhatian	Anak fokus pada <i>gadget</i> saat berinteraksi	1, 3, 5	2, 4, 21	6
Penghayatan	Eksresi emosi saat menggunakan <i>gadget</i>	7, 9, 10, 22	6, 8, 25	7
Durasi	Lama waktu penggunaan <i>gadget</i>	12, 14,	11, 13, 15, 23	6
Frekuensi	Keteraturan penggunaan <i>gadget</i>	16, 18, 20, 24	17, 19,	6
	Jumlah	13	12	25

Tabel 2. Kisi-kisi Instrumen Perkembangan Emosional

Aspek	Indikator	Butir/Item		Total
		Favorabel	Unfavorabel	
Rasa Amarah	Ledakan emosi, agresi fisik	1, 3, 15	2, 20	5
Rasa Takut/ gelisah	Menghindar, reaksi fisiologis	4		1
Rasa sedih	Menanggis, menarik diri	6, 16	5, 21	4
Rasa malu	Menghindari kontak sosial	7, 17	8, 22	4
Rasa cemburu	Protes, prosesif	9, 18	10, 23	4
Rasa kecewa	Mengeluh, menghentikan aktivitas	11, 24	12	3

Rasa peduli/ empati	Menolong, berbagi	14, 19, 25	13	4
	Jumlah	15	10	25

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun deskripsi statistik data intensitas penggunaan *gadget* dan perkembangan emosional anak usia 4-6 tahun dapat diuraikan sebagai berikut

Tabel 3. Hasil Kategori Intensitas Penggunaan *Gadget*

Kriteria	Interval	Frekuensi	Presentase
Tinggi	54-69	37	51%
Sedang	39-53	30	42%
Rendah	23-38	5	7%
Jumlah		72	100%

Berdasarkan hasil tabel 3 di atas, dapat diketahui intensitas penggunaan *gadget* yang termasuk dalam kategori tinggi sebanyak 37 responden (51%), kategori sedang sebanyak 30 responden (42%), dan kategori rendah sebanyak 5 responden (7%). Dengan demikian intensitas penggunaan *gadget* termasuk dalam kategori tinggi dengan presentase tertinggi (51%). Menurut Sitanggang, dkk (2024) intensitas penggunaan *gadget* merupakan tingkat penggunaan *gadget* pada manusia yang diduga dipengaruhi oleh beberapa karakteristik yaitu karakteristik yang berkaitan dengan diri sendiri dan lingkungan.

Tabel 4. Hasil Kategori Perkembangan Emosional

Kriteria	Interval	Frekuensi	Presentase
Tinggi	44-57	34	47%
Sedang	32-34	32	44%
Rendah	19-31	6	8%
Jumlah		72	100%

Berdasarkan hasil tabel 4 di atas, dapat diketahui perkembangan emosional anak usia 4-6 tahun yang termasuk dalam kategori tinggi sebanyak 34 responden (47%), kategori sedang sebanyak 32 responden (44%), dan kategori rendah sebanyak 6 responden (8%). Dengan demikian dapat diketahui bahwa perkembangan emosional anak usia 4-6 tahun termasuk dalam kategori tinggi dengan presentase tertinggi yaitu (47%). Menurut Nuraeni (2023) menjelaskan perkembangan emosional anak sangat penting karena emosi adalah suatu keadaan yang kompleks, dapat berupa perasaan ataupun getaran jiwa yang ditandai oleh perubahan biologis yang muncul menyertai terjadinya suatu perilaku.

Tabel 5. Ringkasan Hasil Nilai Koefisien Determinasi (R Square)

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.628 ^a	.395	.386	6.202

Sumber: Output IBM SPSS statistics 25.0

Tabel 5 menjelaskan besarnya nilai korelasi atau hubungan R yaitu sebesar 0.628. Dari output tersebut diperoleh koefisien determinasi (R square) sebesar 0.395. Hal tersebut dapat diartikan bahwa 39,5% dari perkembangan emosional anak usia 4-6 tahun dapat dijelaskan oleh intensitas penggunaan *gadget* sehingga sisanya 60,5% dipengaruhi oleh faktor lain.

Tabel 6. Ringkasan Hasil Analisis Regresi Uji Parsial (Uji t)

Variabel	T hitung	T tabel	Sig.	Keterangan
Intensitas penggunaan <i>gadget</i> dengan perkembangan emosional	6,760	2,647	0.000	Hipotesis diterima

Sumber: Output IBM SPSS statistics 25.0

Berdasarkan hasil tabel 6 ringkasan hasil uji hipotesis secara parsial (t) yang menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan intensitas penggunaan *gadget* dengan perkembangan emosional diperoleh nilai $t_{hitung} = 6,760$ dengan $t_{tabel} = 2.647$ jadi intensitas penggunaan *gadget* memiliki kontribusi positif terhadap perkembangan emosional anak usia 4-6 tahun.

Tabel 7. Hasil Analisis Deskriptif Intensitas Penggunaan *Gadget*

		Statistics			
		Perhatian	Penghayatan	Durasi	Frekuensi
N	Valid	72	72	72	72
	Missing	0	0	0	0
Mean		13.86	12.99	13.18	13.13
Median		14.00	13.00	13.00	13.00
Mode		13	13	12	13 ^a
Std. Deviation		3.648	2.292	3.620	3.415
Range		17	11	18	15
Minimum		6	7	6	6
Maximum		23	18	24	21

Sumber: Output IBM SPSS statistics 25

Dari hasil analisis deskriptif intensitas penggunaan *gadget* maka diketahui nilai mean aspek perhatian sebesar 13.86, penghayatan sebesar 12.99, durasi sebesar 13.18, dan frekuensi sebesar 13.13.

Penelitian ini membuktikan hipotesis bahwa ada pengaruh positif dan signifikan intensitas penggunaan *gadget* terhadap perkembangan emosional anak usia 4-6 tahun dapat diterima. Hal ini diketahui pengaruh intensitas penggunaan *gadget* berkontribusi positif terhadap perkembangan emosional anak usia 4-6 tahun dengan nilai R^2 sebesar 0.395 atau 39,5%. Dengan demikian intensitas penggunaan *gadget* dipengaruhi oleh perkembangan emosional sebesar 39,5% dan sisanya 60,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dalam hasil penelitian ini menggambarkan bahwa intensitas penggunaan *gadget* memiliki pengaruh besar bagi perkembangan emosi anak sehingga perlu adanya perhatian penuh kepada anak untuk mengelola emosi negatif dengan mencari hiburan, melatih empati dengan menyimak cerita dari berbagai sudut pandang, dan membangun keterampilan emosional dalam berinteraksi dengan teman sebaya secara online. Simanjuntak, Tung, dan Amseke (2025) menuliskan bahwa ada dampak Penggunaan gadget terhadap perkembangan psikologis anak usia dini sehingga perlunya perhatian dari orang tua dan guru (2025) membutuhkan bahwa penggunaan gadget memberikan dampak yang positif dan negatif bagi perkembangan psikologis anak usia dini. Astuti (2025) menuliskan bahwa intensitas penggunaan *gadget* yang diarahkan dengan tepat dapat mendukung perkembangan emosional anak karena mereka dapat mengidentifikasi emosi, melatih empati melalui cerita dari berbagai budaya, dan menemukan komunitas online yang memberikan validasi.

Dalam hasil analisis deskriptif pada tabel 7 diatas menemukan intensitas penggunaan *gadget* memiliki empat aspek yaitu perhatian, penghayatan, durasi, dan frekuensi. Aspek yang pertama yaitu perhatian dengan nilai mean 13.86, artinya bahwa berdasarkan analisis data, rata-rata nilai tertinggi menunjukkan bahwa anak-anak yang terbiasa dengan melakukan intensitas penggunaan *gadget* yang tinggi memiliki perkembangan emosi yang kurang optimal. Tingginya perhatian ketertarikan anak terhadap aktivitas yang sesuai dengan minatnya akan jauh lebih kuat dan intensif dibandingkan dengan aktivitas lain yang tidak menimbulkan minat tertentu. Seseorang memiliki perhatian khusus pada saat mengakses media sosial yang mereka gemari, sehingga orang tersebut dapat menikmati aktivitas saat mengakses (Wahyuliarmy & Sari, 2021). Hal ini dibuktikan dalam hasil wawancara kepada guru-guru TK Kristen Betlehem Oesapa Barat bahwa perhatian yang diterima anak dari gurunya dapat mengembangkan aspek perkembangan emosional pada anak. Ketika mereka diberi perhatian, mereka akan merasa lebih percaya diri dan aman secara psikologis. Rasa aman inilah yang memungkinkan anak untuk mengeksplorasi berbagai perasaan, mulai dari senang, sedih, marah, hingga kecewa, dengan bimbingan guru.

Selanjutnya aspek kedua yaitu penghayatan dengan nilai mean sebesar 12,99. Salah satu bentuk penghayatan anak yang di mana mereka tidak hanya sekadar untuk memahami, menikmati,

menghayati dan menyimpan sajian informasi maupun pengalaman yang didapat sebagai pengetahuan anak-anak (Wahyuliarmy & Sari, 2021). Apabila seorang anak telah mencapai tahap penghayatan ini, ia akan menunjukkan kemampuan untuk mentransformasikan konten yang dilihatnya di *gadget* ke dalam konteks kehidupan nyata. Di buktikan dalam hasil wawancara kepada guru-guru TK Kristen Betlehem Oesapa Barat menunjukkan kemampuan penghayatan mereka melalui video bermain dan berinteraksi dengan teman-teman.

Selain itu aspek ketiga yaitu durasi dengan nilai mean sebesar 13,18. Perhatian yaitu lamanya selang waktu, rentang waktu atau lamanya sesuatu yang berlangsung. Seringkali ketika menggunakan *gadget* anak-anak menjadi tidak sadar waktu karena terlalu menikmati dalam menggunakannya (Chusna, 2017). Durasi merujuk pada lamanya waktu penggunaan *gadget*. Anak-anak di TK Kristen Betlehem Oesapa Barat disarankan untuk memiliki durasi penggunaan *gadget* yang sangat terbatas dan selalu di bawah pengawasan orang tua atau guru. Hal ini penting karena pada usia tersebut, waktu mereka seharusnya lebih banyak diisi dengan aktivitas fisik, interaksi sosial langsung dengan teman sebaya, dan eksplorasi lingkungan nyata untuk merangsang perkembangan motorik, kognitif, serta keterampilan emosional yang optimal. Pembatasan ini juga bertujuan untuk melindungi kesehatan mata dan pola tidur anak, serta mencegah ketergantungan pada perangkat digital sejak dini.

Aspek keempat adalah frekuensi dengan nilai mean sebesar 13,13. Frekuensi yang dilakukan anak yang di mana mereka tidak hanya sekadar “berapa lama” anak menggunakan *gadget*, tetapi juga “seberapa sering” dalam sehari anak mengakses *gadget* (Wahyuliarmy & Sari, 2021). Anak-anak TK Kristen Betlehem Oesapa Barat merasa bahwa *gadget* telah menjadi bagian yang hampir tak terpisahkan dari rutinitas harian mereka, di mana frekuensi penggunaannya terbagi dalam beberapa momen kunci. Mereka seringkali mengaksesnya di sela-sela waktu belajar atau bermain, baik sebagai hiburan di kala istirahat, pelengkap saat makan, maupun sebagai aktivitas pertama yang dicari sepulang sekolah. Kebiasaan ini menunjukkan bahwa *gadget* tidak lagi digunakan dalam satu durasi panjang, melainkan dalam segmen-segmen singkat yang berulang kali sepanjang hari, sehingga paparan mereka terhadap layar menjadi lebih sering meskipun mungkin total durasinya tidak selalu lama.

PENUTUP

Simpulan

Simpulan dalam penelitian ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan anantara intensitas penggunaan *gadget* terhadap perkembangan emosional anak usia 4 -6 tahun di TK Betlehem Oesapa Barat, Kota Kupang dengan nilai $R^2 = 0.395$ yang artinya sumbangan efektif intensitas penggunaan *gadget* terhadap perkembangan emosional anak usia 4 -6 tahun sebesar 39,5% dan sisanya 60,5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Saran

Diharapkan orang tua dapat membatasi dan mengawasi intensitas penggunaan *gadget* pada anak usia 4-6 tahun. Penting bagi orang tua untuk mendampingi anak selama menggunakan *gadget* serta menyeimbangkannya dengan aktivitas fisik dan interaksi sosial langsung. Hal ini bertujuan untuk meminimalisir dampak negatif, seperti keterlambatan dalam mengenali emosi dan kesulitan berinteraksi, sekaligus memastikan bahwa penggunaan *gadget* bersifat edukatif dan terkontrol. Selain itu, pendidik juga dapat merancang kegiatan belajar yang merangsang perkembangan emosional anak, guna mengimbangi tingginya intensitas penggunaan *gadget* di rumah. Guru dapat memperbanyak permainan kooperatif, *role-play*, dan kegiatan yang melatih pengenalan dan ekspresi emosi. Sosialisasi kepada orang tua mengenai pentingnya membatasi screen time dan dampaknya bagi kesehatan emosional anak juga sangat diperlukan. Peneliti selanjutnya dapat dilakukan dengan variabel bebas lainnya, sehingga variabel yang mempengaruhi perkembangan emosional anak seperti jenis konten, pola pengasuhan agar dapat diidentifikasi lebih banyak lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amseke, F. V., Lelo, K., Seran, E., & Sakan, C. H. (2024). Pengaruh Kelekatan Orang Tua dan Kecakapan Emosi Terhadap Kemandirian Anak Usia Dini. *Jurnal Riset Golden Age PAUD UHO*, 7(1), 1-10. <https://rgap.uho.ac.id/index.php/journal>.
- Anggraini, E. (2019). *Mengatasi Kecanduan Gadget Pada Anak*. Serayu Publishing.
- Astuti, R. F., Yani, D. A., Rambe, Br. M. S., Lubis, Haya. F.A., Tanjung, Aminah. S. N., & Luthfi. (2024). Psikologi Agama Sebagai Alat Intervensi Dalam Mengatasi Emosional Pada Peserta Didik. *Modeling: Jurnal Program Studi Pgmi* 11(4):337–58. <https://doi.org/10.69896/modeling.v11i4.2679>
- Astuti, Luluk Widi. (2025). Dampak Penggunaan *Gadget* Terhadap Perkembangan Emosional Anak. 4(2):152–59. DOI : <https://doi.org/10.58355/attaqwa.v4i2.162>.
- Batubara, L. F., R. Agustini, And J. N. & Lubis. (2023). Meningkatkan Perkembangan Sosial Emosional Anak Melalui Metode Cerita. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 7(5):5961–72. Doi:10.31004/Obsesi.V7i5.5336.
- Chintya, R., & Sit, M. (2024). Analisis Teori Daniel Goleman Dalam Perkembangan Kecerdasan Emosi Anak Usia Dini. *Absorbent Mind Journal Of sPsychology And Child Development* 4(1):159–68. Doi: 10.37680/Absorbent.
- Chusna, P. A. (2017). Pengaruh Media *Gadget* Pada Perkembangan Karakter Anak. *Dinamika Penelitian: Media Komunikasi Penelitian Sosial Keagamaan* 17(2):315–30.
- Fitri, N. A. (2022). Pengaruh Intensitas Penggunaan *Gadget* Terhadap Perkembangan Emosional Anak Kelompok A TK Masyithoh Karangmojo Bantul Yogyakarta Skripsi.
- Idrus, S.F. I. A., Damayanti, P.S., & Ermayani. (2020). Pengembangan Kecerdasan Emosional Peserta Didik Di Sekolah Dasar Melalui Pendidikan Karakter. *Pendasi: Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia* 4(1):137–46. <https://digilib.unimed.ac.id/id/eprint/27543/>.
- Jaoza, S. (2024). Pentingnya Pendidikan Anak Usia Dini Bagi Tumbuh Kembang Anak. *Glory (Global Leadership Organizational Research In Management)* 2(2):01–09. <https://journal.uir.ac.id/index.php/althariqah/article/download/8036/3742>.
- Jayanti, R. (2022). Pengaruh Penggunaan *Gadget* Terhadap Perkembangan Emosional Anak Sekolah Dasar Di Kelurahan Masmambang Kecamatan Talo Kabupaten Seluma. *Skripsi*.
- Khomsah, B. (2023). Pengaruh Penggunaan *Gadget* Terhadap Perkembangan Emosional Dan Akhlak Siswa Mi Ma ' Arif Nu Kedungrandu Kabupaten Banyumas. *Skripsi*.
- Mahmud. (2021). Strategi Pengendalian Emosi Pada Anak Usia Sekolah Dasar Untuk Mendukung Kecerdasannya. *Jurnal Kajian Dan Pengembangan Umat* 4(1):44–54. <https://doi.org/10.31869/jkpu.v4i1.2479>.
- Mashar, Riana. (2015). *Emosi Anak Usia Dini Strategi Perkembangannya*. Edisi Pertama. Jakarta: Kencana.
- Muawanah, R. A., Nihwan., Umam, A. K., & Fitri, R. A. (2022). Dampak Penggunaan *Gadget* Terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia 4-6 Tahun Di Paud Pgri 15 A Iringmulyo Kota Metro. *Indonesian Journal Of Islamic Golden Age Education (Ijigaed)* 2(2). <https://doi.org/10.32332/ijigaed.v2i2.4744>. <http://dx.doi.org/10.22373/bunayya.v3i1.2042>.
- Nuraeni, E., Jannah, M., Enjang. (2023). “Perkembangan Emosional Anak Usia Dini 0-6 Tahun Dalam Pengasuhan Orang Tua Yang Menikah.” 9(3):1101–13. Doi: <https://Doi.Org/10.33024/Mahesa.V4i11.15373>.
- Prasetyo, B., & Lestari, D. (2020). *Peran Gadget Dalam Kehidupan Modern*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Puspita, S. M. (2019). Kemampuan Mengelola Emosi Sebagai Dasar Kesehatan Mental Anak Usia Dini. *Seling: Jurnal Program Studi Pgri* 5(1):85–92. <https://doi.org/10.29062/seling.v5i1.434>.
- Saekoko, S, Sibulo, D, Oematan, T.T & Amseke, F.V. (2025). The Impact of Gadget the social emotional development of early children. *Interdisciplinary Journal of Global and Multidisciplinary*, 1(2), 205-213. <https://jurnal-ijgam.or.id/index.php/IJGAM/article/view/23>

- Safitri, L., Pramanik, N. D., & Nurhayati S. (2024). Peran Orangtua Dan Guru Dalam Interaksi Sosial Anak Usia Dini 5-6 Tahun Dengan Teman Sebaya. 60–73. <https://jurnal.iailm.ac.id/index.php/waladuna/article/view/1123>.
- Simanjuntak, P. A. B., Tung, C., & Amseke, F. V. (2025). Sosialisasi Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Psikologi Anak Usia Dini: Socialization of the Impact of Using Gadgets on Early Childhood Psychological Development. *Al-Amal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 8–16. <https://doi.org/10.59896/amal.v3i1.293>
- Sitanggang, Y. B., Nasution, S. S., Daulay, W. (2024). “Intensitas Penggunaan *Gadget* Pada Siswa Smp Swasta Di Lubuk Pakam.” 4(11):4783–91. Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v4i11.15373>.
- Susanto Ahmad. (2014). *Perkembangan Anak Usia Dini: Pengantar Dalam Berbagai Aspeknya*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group.
- Tauhidah, N. I., & Noorhasanah, E. (2022). Perkembangan Emosional Anak Pra Sekolah Pengguna *Gadget*. *Al-Ulum: Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora* 8(1). <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/ALSH/article/viewFile/6835/3728>.
- Wahyuliarmy, A. I., & Sari, C. A. K. (2021). Intensitas Penggunaan *Gadget* Dengan Interaksi Sosial. *Idea: Jurnal Psikologi* 5(2):100–114. <https://doi.org/10.32492/idea.v5i2.5204>
- Wahyuni, D., Aulia, R., Rahman, M. F., Triana, D., Dwi, N., Safitri., Febiyani, R., & Amanda, D. (2024). Peran Orang Tua Dalam Perkembangan Emosional Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai* 8(2):24074–82. doi: <http://dx.doi.org/10.23916/08413011>.
- Yusuf, Syamsu. (2017). *Psikologi Perkembangan Anak Remaja*. Bandung: Pt Remaja Rosda Karya.
- Zubairi. (2022). Peran Orang Tua Terhadap Pendidikan Islam Anak Usia Dini. *Scaffolding: Jurnal Pendidikan Islam Dan Multikulturalisme* 4(1):342–53. <https://doi.org/10.37680/scaffolding.v4i1.1354>.
- Zaini, M., & Soenarto, S. (2019). Persepsi Orangtua Terhadap Hadirnya Era Teknologi Digital Di Kalangan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 3(1):254. doi: 10.31004/obsesi.v6i1.1170.