

## Dampak Pola Asuh Keluarga Terhadap Kecanduan *Gadget* dan Perkembangan Emosional Anak Usia Prasekolah

Lia Arian Apriani<sup>1)\*</sup>, Hafsa Ira Utari<sup>2)</sup>, Mustika Ayu Lestari<sup>3)</sup>, Reza Indra Wiguna<sup>4)</sup>

Email: arianlia020495@gmail.com

<sup>1,2)</sup> Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Indonesia

<sup>3)</sup> Program Studi Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu, Indonesia

<sup>4)</sup> Program Studi DIII Keperawatan, Jurusan Kesehatan, Politeknik Negeri Subang, Indonesia

### ABSTRAK

Tanpa pendampingan keluarga, penggunaan *gadget* oleh anak prasekolah dapat berdampak buruk pada perkembangan mereka. Menurut data WHO, 5–25% anak usia dini dikatakan memiliki masalah perkembangan. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis hubungan pola asuh keluarga dengan kecanduan *gadget* dan perkembangan emosional anak prasekolah. Desain penelitian ini menggunakan studi *cross-sectional* dan analisis korelasional. Pengambilan sampel menggunakan metode *total sampling*. Populasi dan sampel dalam penelitian ini sebanyak 63 orang yakni keluarga yang mempunyai anak usia prasekolah di PAUD Lestari Bintang 9 Desa Bagu. Instrumen dalam pengambilan data berupa kuesioner PSDQ, *Smartphone Addiction Test* (SAT), dan Kuesioner Masalah Mental Emosional (KMME), kemudian dianalisis menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pola asuh keluarga berhubungan signifikan dengan kecanduan *gadget* ( $p$  value = 0,041) serta perkembangan emosional anak ( $p$  value = 0,000). Penelitian ini menyimpulkan bahwa pola asuh keluarga yang tepat berperan penting dalam menurunkan risiko kecanduan *gadget* dan masalah emosional pada anak prasekolah. Oleh karena itu, orang tua perlu memperkuat pengawasan digital dan menerapkan pola asuh yang lebih responsif terhadap anak, sementara institusi PAUD dapat menyusun edukasi keluarga untuk mengurangi paparan *gadget* dan mendukung perkembangan emosional anak.

**Kata kunci:** *Gadget*; Perkembangan Emosional; Pola Asuh

### ABSTRACT

Without family supervision, the use of gadgets among preschool children can negatively affect their development. According to WHO data, 5–25% of young children are reported to have developmental problems. This study aimed to analyze the relationship between family parenting patterns, gadget addiction, and the emotional development of preschool children. This research employed a cross-sectional design with correlational analysis. The sampling technique used total sampling. The population and sample consisted of 63 families with preschool-aged children enrolled in PAUD Lestari Bintang 9, Bagu Village. Data were collected using the PSDQ, the Smartphone Addiction Test (SAT), and the Child Mental and Emotional Problems Questionnaire (KMME), and were analyzed using the chi-square test. The results showed that family parenting patterns were significantly associated with gadget addiction ( $p = 0.041$ ) and the emotional development of children ( $p = 0.000$ ). This study concludes that appropriate family parenting practices play a crucial role in reducing the risk of gadget addiction and emotional problems in preschool children. Therefore, parents need to strengthen digital supervision and apply more responsive parenting, while early childhood education institutions may develop family education programs to reduce gadget exposure and support children's emotional development.

**Keywords:** Gadget; Emotional Development; Parenting Patterns.

## 1. LATAR BELAKANG

Pada era kontemporer yang begitu pesat, kemajuan dalam bidang ilmu pengetahuan dan teknologi menuntut masyarakat untuk beradaptasi. Dampaknya dirasakan oleh semua lapisan usia, dan salah satu produk nyata dari kemajuan tersebut adalah gadget yang kini telah menjadi bagian akrab dalam kehidupan sehari-hari (Faticah & Madyawati, 2023).

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2022, hampir setengah dari anak usia dini di Indonesia sudah memanfaatkan perangkat digital. Sejumlah 25,5% anak usia 0–4 tahun (balita) telah menggunakan ponsel, dan 18,79% mengakses internet. Sementara, pada anak usia 5–6 tahun angkanya meningkat menjadi 52,76% untuk penggunaan ponsel dan 39,97% untuk akses internet (Santika, 2023). Statistik ini menunjukkan bahwa pemerintah Indonesia memberikan kebebasan kepada warganya, termasuk anak-anak usia prasekolah, untuk menggunakan perangkat teknologi seperti gadget. Penggunaan gadget pada anak prasekolah tanpa adanya pengawasan keluarga dapat memengaruhi proses perkembangan mereka. Oleh sebab itu, tanggung jawab orang tua menjadi krusial untuk membimbing aspek fisik maupun psikologis anak.

Menurut hasil penelitian, kecanduan gadget pada anak ditandai dengan perilaku emosional seperti marah, berteriak, dan menangis ketika keinginannya tidak terpenuhi. Anak juga kerap rewel saat perjalanan ke sekolah, kurang mampu menerima nasihat, sulit memaafkan, dan sering berkonflik dengan saudara kandung terkait penggunaan teknologi (Santiya, 2020).

Permasalahan yang awalnya dialami oleh anak di usia prasekolah dapat berlangsung sampai nanti mereka beranjak usia remaja. Salah satu permasalahan

remaja yang sering kita temui pada era modern sekarang yaitu permasalahan mental (gangguan psikologis). Dalam hal ini orang tua maupun sekolah mengambil peran penting dengan strategi pendidikan yang sistematis dan efektif menjadi kunci dalam mengatasi permasalahan tersebut (Astika et al., 2025; Wiguna et al., 2025).

WHO menyatakan bahwa 5–25% anak usia dini mengalami kelainan perkembangan, termasuk keterlambatan bahasa, motorik, dan perilaku sosial, yang kini menjadi masalah umum. Di Indonesia, 13–18% anak menghadapi gangguan perkembangan, sementara estimasi Sulastri & Arini (2022) menunjukkan 9,5–14,2% anak prasekolah mengalami kesulitan sosial-emosional yang mempengaruhi proses tumbuh kembang dan kesiapan belajar mereka (Rahmadyanti & Jamilah, 2023).

Pengawasan orang tua memainkan peran esensial dalam membatasi paparan perangkat elektronik bagi anak, baik melalui seleksi konten edukatif, penerapan aplikasi ramah anak, pengaturan keamanan, pembatasan durasi, maupun pengawasan aspek kesehatan mata dan postur tubuh (Hidayah, 2020).

Hasil wawancara dengan 5 guru dan 8 orang tua di PAUD Lestari Bintang 9 mengungkapkan bahwa anak cenderung menggunakan gadget orang tua karena minimnya interaksi sosial di rumah, dan bahkan saat bersama teman tetap bermain gadget. Upaya stimulasi dan deteksi dini perkembangan anak juga terbukti penting untuk mencegah gangguan tumbuh kembang yang lebih lanjut, di mana penelitian oleh (Zubaeda et al., 2023) menunjukkan bahwa stimulasi yang diberikan orang tua secara rutin berkontribusi signifikan pada pencapaian perkembangan anak yang optimal.

Melihat tingginya fenomena ini serta dampaknya terhadap perkembangan anak

prasekolah, maka perlu adanya bukti empiris lainnya yang lebih spesifik mengenai peran pola asuh keluarga dalam masalah tersebut, terutama di Desa Bagu dengan karakteristik dan konteks sosial yang berbeda dari beberapa penelitian sebelumnya. Sehingga, berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk menganalisis hubungan antara pola asuh keluarga dengan kecanduan gadget dan perkembangan emosional anak prasekolah di PAUD Lestari Bintang 9 Desa Bagu.

## 2. METODE PENELITIAN

### 2.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini mengadopsi desain kuantitatif dan menggunakan studi *cross-sectional* guna mengeksplorasi keterkaitan pengasuhan keluarga dengan perkembangan emosional dan kecanduan *gadget* pada anak prasekolah (Sugiyono, 2021).

### 2.2 Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan di PAUD Lestari Bintang 9, Desa Bagu, Kecamatan Pringgarata, Lombok Tengah, Nusa Tenggara Barat, dengan waktu pengambilan data pada bulan Desember 2024.

### 2.3 Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah orang tua dari 63 anak usia prasekolah (usia 3–6 tahun) yang terdaftar di PAUD Lestari Bintang 9 Desa Bagu tahun ajaran 2024-2025. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling*, dimana jumlah seluruh populasi dijadikan sampel.

### 2.4 Pengumpulan Data

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Universitas Qamarul Huda Badaruddin dengan nomor *Ethical Clearance*: No. 025/KEPK/FKESUNIQHBA/XI/2024. Sebelum pengisian kuesioner, seluruh responden diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, risiko, dan kerahasiaan data

penelitian melalui lembar *informed consent*. Hanya responden yang menyatakan persetujuan tertulis yang diikutsertakan dalam penelitian ini.

Data penelitian dikumpulkan menggunakan kuesioner sebagai instrumen penelitian untuk mengukur fenomena sosial dan lingkungan. Terdapat tiga jenis kuesioner dalam penelitian ini, yakni: (1) pola asuh keluarga dengan 32 pertanyaan dan 4 pilihan jawaban (selalu, sering, kadang-kadang, jarang/tidak pernah); (2) kecanduan *gadget* dengan 20 pertanyaan pilihan ganda (ya/tidak); serta (3) Kuesioner Masalah Mental Emosional (KMME) dengan 12 pertanyaan pilihan ganda (ya/tidak). Kuesioner KMME merupakan kuesioner baku yang sudah ditetapkan oleh Departemen Kesehatan RI sehingga tidak perlu dilakukan uji validitas dan uji reliabilitas.

Instrumen untuk mengukur pola asuh keluarga menggunakan *Styles and Dimensions Questionnaire-Short Version (PSDQ)*. Instrumen ini pertama kali dirancang oleh Robinson dkk. (2017) dan telah terbukti valid. Instrumen ini menggunakan skala Likert yang mengelompokkan pola asuh menjadi tiga kategori, yaitu otoriter, permisif, dan demokratis. Adaptasi instrumen ini berasal dari penelitian Riyani et al. (2018), dalam versi Bahasa Indonesia dan telah diuji validitasnya melalui *Content Validity Index (CVI)* dengan melibatkan para ahli di bidangnya. Selain itu, uji reliabilitas dilakukan pada sampel penelitian yang terdiri dari 158 responden ( $n=158$ ), dengan hasil  $\alpha = 0,80$  dan  $r = 0,712$ .

**Tabel 1.** berikut ini menampilkan pembagian butir pertanyaan kuesioner PSDQ berdasarkan masing-masing domain pola asuh orang tua (Jauharoh, 2022; Wulandari, 2019).

**Tabel 1.**

*Distribusi Pertanyaan Kuesioner PSDQ*

No	Pola Asuh	No Pertanyaan	Jumlah
1	Demokratis	1, 3, 5, 7, 9, 11, 12, 14, 18, 21, 22, 25, 27, 29, 31	15
2	Otoriter	2, 4, 6, 10, 13, 16, 19, 23, 26, 28, 30, 32	12
3	Permisif	8, 15, 17, 20, 24	5
Total			32

Sedangkan, *Smartphone Addiction Test (SAT)* yang dirancang oleh *Pumpic Mobile Monitoring (2016)* digunakan untuk menilai kecanduan *gadget* pada anak. Kuesioner tersebut telah dimodifikasi menjadi 20 butir pertanyaan yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia. Instrumen ini menggunakan skala *Guttman*, di mana setiap pertanyaan memiliki dua kemungkinan jawaban: “Ya” diberi skor 1 dan “Tidak” diberi skor 0. Hasil uji validitas pada instrumen SAT versi Bahasa Indonesia dinyatakan valid dengan rentang skor 0,489 – 0,795 dan dinyatakan reliabel dengan nilai *Alpha Cronbach* = 0,921 (Adlina, 2021; Jauharoh, 2022).

## 2.5 Pengolahan dan Analisis Data

Tahapan pengolahan data dalam penelitian ini dilakukan secara sistematis untuk menjamin akurasi dan memfasilitasi analisis. Tahap awal dilaksanakan penyuntingan (*editing*), di mana kelengkapan dan kesesuaian data yang terkumpul diperiksa kembali sesuai dengan tujuan penelitian. Proses kedua dilanjutkan dengan pengkodean (*coding*), yaitu pemberian kode numerik pada data berdasarkan kategori variabel yang telah ditetapkan, seperti data umum menurut jenis kelamin, umur, pendidikan, pekerjaan dan data khusus menurut pola asuh keluarga, tingkat kecanduan *gadget* dan tingkat perkembangan emosional. Setelah pengkodean, dilakukan penskoran (*scoring*) dengan memberikan nilai pada masing-masing instrumen. Tahap

selanjutnya, *entry dan cleaning data* untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan siap dianalisis secara akurat dan valid.

Analisis data univariat dilakukan untuk menggambarkan distribusi frekuensi dari setiap variabel, termasuk karakteristik responden menurut jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan, tipe pola asuh keluarga, tingkat kecanduan *gadget*, dan tingkat perkembangan emosional anak. Selanjutnya, analisis bivariat menggunakan uji *Chi-square* untuk membuktikan hubungan antara variabel independen dan dependen penelitian. Hasil uji *Chi-square* menunjukkan nilai signifikansi 0,041 ( $p$  value < 0,05) antara pola asuh keluarga dan kecanduan *gadget* pada anak, serta nilai signifikansi 0,000 ( $p$  value < 0,05) antara pola asuh keluarga dan perkembangan emosional anak. Berdasarkan hasil analisa di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh keluarga dengan tingkat kecanduan *gadget* dan perkembangan emosional anak prasekolah di PAUD Lestari Bintang 9 Desa Bagu pada tahun 2024.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1 Hasil

**Tabel 2.** memperlihatkan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 56 orang (89%). Kelompok usia terbanyak adalah 31–40 tahun dengan 29 responden (46%). Dari segi pendidikan, mayoritas responden merupakan lulusan SMA sebanyak 35 orang (56%), sedangkan pekerjaan didominasi oleh ibu rumah tangga (IRT) yaitu 41 responden (65%).

Gaya pengasuhan keluarga yang lebih dominan diterapkan responden yaitu pola asuh demokratis sebanyak 48 orang (76%), diikuti oleh pola asuh permisif dengan 11 orang (18%), dan pola asuh otoriter dengan 4 orang (6%). Selain itu, sebagian besar keluarga memiliki anak dengan tingkat

ketergantungan ringan terhadap anaknya mengalami masalah emosional penggunaan *gadget*, yaitu sebanyak 32 berjumlah 35 responden (56%). responden (51%). Adapun keluarga yang

**Tabel 2.**

*Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Pola Asuh Keluarga, Kecanduan Gadget dan Perkembangan Emosional*

Karateristik Responden	f	%
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki—laki	7	11 %
Perempuan	56	89 %
<b>Usia</b>		
Usia 20 tahun - 30 tahun	20	32 %
Usia 31 tahun - 41 tahun	29	46 %
Usia 41 tahun - 50 tahun	14	22 %
>50 tahun	0	0 %
<b>Pendidikan</b>		
SD	6	10 %
SMP	10	16 %
SMA	35	56 %
Diploma	2	3 %
S1	10	16 %
<b>Pekerjaan</b>		
PNS	0	0 %
Pegawai swasta	6	9 %
Wiraswasta	5	8 %
TNI/POLRI	0	0 %
Petani	8	13 %
IRT	41	65 %
Lain-lain	3	5 %
<b>Pola Asuh Keluarga</b>		
Demokratis	48	76 %
Otoriter	4	6 %
Permisif	11	18 %
<b>Kecanduan Gadget</b>		
Tidak Ketergantungan	23	37 %
Ketergantungan Ringan	32	51 %
Ketergantungan Sedang	6	9 %
Ketergantungan atau Kecanduan	2	3 %
<b>Perkembangan Emosional</b>		
Tidak Memiliki Masalah Emosional	35	56 %
Mengalami Masalah Emosional	28	44 %

Sumber: Data Primer, 2024

**Tabel 3.** menunjukkan hasil analisis bivariat hubungan antara gaya pengasuhan keluarga dengan tingkat kecanduan *gadget* pada anak prasekolah. Sebanyak 23 (36,5%) dari 48 responden yang menggunakan pola asuh demokratis melaporkan bahwa mayoritas anak-anak mereka tidak bergantung pada *gadget*.

Selain itu, 4 (6,3%) responden yang menggunakan pola asuh otoriter memiliki anak-anak yang termasuk dalam kategori ketergantungan sedang pada *gadget*. Sementara itu, mayoritas anak dari 11 responden (14,3%) yang menggunakan pola asuh permisif hanya sedikit bergantung pada *gadget*. Hasil analisis

statistik menunjukkan nilai *p value* sebesar 0,041 ( $p < 0,05$ ), hal ini mengindikasikan adanya hubungan bermakna antara pola asuh keluarga terhadap tingkat kecanduan

*gadget* pada anak prasekolah di PAUD Lestari Bintang 9 Desa Bagu.

**Tabel 3.**  
*Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Asuh Keluarga dengan Kecanduan Gadget*

Pola Asuh Keluarga	Kecanduan Gadget									
	Tidak Ketergantungan		Ketergantungan Ringan		Ketergantungan Sedang		Ketergantungan Atau Kecanduan		Total	P value
	F	%	F	%	F	%	F	%		
Demokratis	23	36,5	20	31,7	4	6,3	1	1,6	48	0,041
Otoriter	0	0,0	3	4,8	1	1,6	0	0,0	4	
Permisif	0	0,0	9	14,3	1	1,6	1	1,6	11	
<b>Total</b>	<b>23</b>	<b>36,5</b>	<b>32</b>	<b>50,8</b>	<b>6</b>	<b>9,5</b>	<b>2</b>	<b>3,2</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer, 2024

Temuan studi bivariat tentang hubungan antara perkembangan emosi anak prasekolah dan pola asuh keluarga ditampilkan dalam Tabel 4. Mayoritas anak dari 48 responden yang menggunakan pola asuh demokratis, sebanyak 28 anak (44,4%) menderita masalah emosional. Sebaliknya, semua anak dari 4 responden yang menerapkan pola pengasuhan otoriter tidak menderita masalah emosional. Tidak

ada satu pun dari 11 anak responden yang mengalami kesulitan emosi, meskipun mereka menggunakan teknik pengasuhan permisif. Berdasarkan tabel tersebut, uji statistik menghasilkan nilai *p* sebesar 0,000. Perkembangan emosional anak prasekolah di PAUD Lestari Bintang 9 Desa Bagu, ditemukan berkorelasi dengan pola pengasuhan keluarga.

**Tabel 4.**  
*Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Asuh Keluarga dengan Perkembangan Emosional*

Pola Asuh Keluarga	Perkembangan Emosional						P value
	Memiliki Masalah Emosional		Tidak Memiliki Masalah Emosional		Total		
	F	%	F	%	F	%	
Demokratis	28	44,4	20	31,7	48	76,2	0,000

---

Otoriter	0	0,0	4	6,3	4	6,3
Permisif	0	0,0	11	17,5	11	17,5
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>44,4</b>	<b>35</b>	<b>55,6</b>	<b>63</b>	<b>100</b>

---

Sumber: Data Primer, 2024

### 3.2 Pembahasan

Hasil penelitian ini menampilkan bahwa variabel gaya pengasuhan keluarga akan berdampak terhadap kecanduan pemakaian *gadget* pada anak prasekolah. Pengaruh ini disebabkan oleh berbagai faktor dimana salah satunya faktor keluarga. Peran keluarga tentunya sangat dibutuhkan dalam pendampingan penggunaan *gadget* khususnya pada anak prasekolah, karena seperti yang kita ketahui pada umur ini anak-anak tidak terlalu mengerti tentang bagaimana cara mengatur dan membagi waktu baik untuk bermain, belajar maupun berinteraksi dengan anak seusianya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa pola asuh berperan penting dalam kecanduan *gadget* pada anak prasekolah. Pamungkas et al. (2023) melaporkan hubungan korelasi yang kuat antara gaya pengasuhan dan tingkat kecanduan *gadget*, dengan nilai  $p = 0,000$ . Penelitian Suherman dan Ummah (2019) juga mengonfirmasi bahwa sikap dan pola pengawasan orang tua terhadap penggunaan *gadget* berpengaruh terhadap tingkat kecanduan anak, terutama ketika durasi penggunaan tidak dikendalikan. Temuan bahwa pola asuh demokratis tetap dapat ditemukan pada keluarga yang anaknya mengalami masalah emosional menunjukkan bahwa faktor lain seperti intensitas penggunaan *gadget* dan kualitas interaksi keluarga turut memainkan peran. Hal ini menjadi temuan unik yang memperluas pemahaman tentang dinamika pengasuhan digital pada anak prasekolah. (Pamungkas, Akhmad, Yanuar et al., 2023; Suherman & Ummah, 2019).

Penelitian Ardiyani et al. (2021) menunjukkan bahwa pengelolaan penggunaan *gadget* sangat dipengaruhi oleh kualitas interaksi di dalam keluarga, termasuk pola asuh, hubungan emosional, dan ikatan orang tua dengan anak. Menurut teori pembelajaran sosial, di mana anak meniru perilaku digital yang ditampilkan orang tua. Ketika orang tua menyediakan batasan yang jelas, alternatif aktivitas yang sesuai usia, serta lingkungan emosional yang hangat, anak belajar mengatur dorongan dan tidak bergantung pada *gadget* sebagai sumber hiburan atau pengalih emosi (Ardiyani et al., 2021; Kretchmar, 2024).

Karena itu, penguatan peran keluarga dalam memberikan bimbingan, struktur, dan aktivitas alternatif menjadi krusial. Penggunaan *gadget* yang tidak sesuai dapat mengganggu proses perkembangan anak, terutama ketika orang tua tidak menyediakan regulasi emosi melalui komunikasi responsif atau arahan yang konsisten. Masfufah et al. (2023) juga menegaskan bahwa ketergantungan pada *gadget* pada anak usia dini berdampak pada aspek fisik, mental, dan sosial, sehingga keterlibatan orang tua diperlukan untuk membantu anak memanfaatkan teknologi secara bijaksana dan sehat (Masfufah et al., 2023).

Temuan penelitian ini lebih lanjut menunjukkan bahwa pola asuh sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosional anak prasekolah. Pola asuh yang tidak responsif atau tidak menyediakan batasan yang konsisten dapat membuat anak kesulitan mengenali dan

mengekspresikan emosinya, sehingga mereka lebih mudah mengalami ledakan emosi baik di rumah maupun di lingkungan sosial. Ketika interaksi emosional antara orang tua dan anak tidak memadai, kemampuan anak untuk membangun regulasi emosi menjadi lemah dan berpotensi memengaruhi pembentukan kepribadian mereka. Fanny et al. (2023) menemukan korelasi signifikan antara pola asuh dan perkembangan emosional anak prasekolah ( $p = 0,01$ ), menguatkan bahwa pola asuh menjadi faktor utama yang membentuk kemampuan anak dalam mengelola emosi dan beradaptasi secara sosial (Fanny et al., 2023).

Peran keluarga dalam memberikan asuhan yang konsisten menjadi sangat penting karena pola pengasuhan yang tepat membantu anak mengembangkan regulasi diri dan menjaga kestabilan emosinya. Ketika penggunaan *gadget* tidak dikendalikan, anak berisiko mengalami kecanduan dan menggunakan *gadget* sebagai mekanisme pelarian emosional, yang pada akhirnya dapat memicu gangguan perkembangan sosial-emosional. Hal ini sejalan dengan temuan Nuraini dan Wardhani (2023), yang melaporkan bahwa banyak anak enggan melepaskan *gadget* meskipun diajak berinteraksi dengan teman sebaya, sehingga mengurangi kesempatan mereka untuk berlatih keterampilan sosial. Kurangnya interaksi ini berdampak pada penurunan kualitas hubungan sosial dan munculnya perilaku agresif, seperti pertengkaran dengan saudara atau teman serta reaksi emosional berlebihan ketika *gadget* mengalami kendala teknis (Nuraini & Wardhani, 2023).

Studi Agustin (2019) juga menunjukkan bahwa sebagian anak prasekolah berada pada kategori penggunaan *gadget* yang tidak sehat, yang mencerminkan kurangnya kontrol diri dan ketidaktahuan anak terhadap konsekuensi negatif penggunaan

*gadget* yang berkepanjangan. Keragaman fitur aplikasi yang menawarkan stimulasi cepat membuat *gadget* sangat menarik bagi anak yang masih berada pada tahap perkembangan regulasi emosi yang belum matang (Agustin, 2019).

Oleh karena itu, orang tua memiliki peran sentral untuk membimbing anak membuat keputusan yang bijak terkait penggunaan *gadget* dengan cara memberikan penjelasan, batasan, dan alternatif aktivitas yang sesuai usia. Pengasuhan tidak hanya bersifat jangka pendek, tetapi merupakan proses keterlibatan berkelanjutan yang memerlukan sensitivitas terhadap kebutuhan perkembangan anak. Orang tua perlu memahami karakter dan kebutuhan anak, memberikan bimbingan tanpa pemaksaan, serta memastikan bahwa setiap interaksi pengasuhan mendukung perkembangan emosional dan sosial yang optimal.

#### 4. KESIMPULAN

Penelitian ini menegaskan bahwa pola asuh keluarga memiliki pengaruh yang signifikan dalam kecanduan pemakaian *gadget* dan proses perkembangan emosional pada anak prasekolah. Peran keluarga sangat dibutuhkan dalam memantau pemakaian *gadget* guna mencegah kecanduan pada anak prasekolah. Pemantauan tersebut tidak hanya mencegah kecanduan *gadget* pada anak tetapi dapat meminimalisir terjadinya permasalahan tumbuh kembang anak salah satunya yaitu perkembangan emosional.

Temuan ini menghasilkan beberapa implikasi praktis bagi orang tua, sekolah, dan pemerintah daerah. Orang tua perlu meningkatkan keterlibatan dalam aktivitas harian anak dengan menyediakan alternatif kegiatan selain *gadget* serta membangun komunikasi yang hangat untuk mendukung regulasi emosi. Lembaga PAUD dapat mengembangkan program edukasi untuk

keluarga mengenai penggunaan *gadget* yang sehat, pembatasan durasi layar, serta stimulasi perkembangan sosial-emosional melalui permainan interaktif. Pemerintah desa dan dinas terkait dapat merancang kebijakan literasi digital keluarga serta menyediakan pelatihan bagi guru PAUD untuk mengidentifikasi dini tanda kecanduan *gadget* dan masalah emosional pada anak. Bagi peneliti selanjutnya, kajian longitudinal diperlukan untuk memahami perubahan penggunaan *gadget* dan perkembangan emosional anak dari waktu ke waktu.

## 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak PAUD Lestari Bintang 9 yang telah memberikan izin, dukungan dan fasilitas selama proses penelitian ini. Apresiasi juga kami sampaikan kepada para orang tua, serta seluruh responden yang telah berpartisipasi aktif dan meluangkan waktu untuk memberikan data yang dibutuhkan peneliti, sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adlina, M. S. (2021). *PENGARUH SMARTPHONE ADDICITON TERHADAP PERILAKU PHUBBING PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UIN MALANG* (Vol. 4, Issue 1).
- Agustin, R. P. (2019). *Hubungan Penggunaan Gadget Dengan Perkembangan Emosional Pada Anak Usia Preschool*.
- Ardiyani, I. D., Setiawati, Y., & Hsieh, Y.-T. (2021). *Article Review: Education For Parents Of Children With Gadget Addiction*. 9(3), 221–230.
- Astika, N., Apriani, L. A., Yulastini, F., Fajriani, E., & Wiguna, R. I. (2025). Peran Keluarga Terhadap Keputusan Remaja Menikah Dini. *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 6(1), 30–37. <https://doi.org/10.33490/B.V6I1.1712>
- Fanny, S. D., Nadhiroh, A. M., & Taufiqoh, S. (2023). Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Perkembangan Emosional Anak Prasekolah Usia 3-6 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Mulyorejo Kota Surabaya. *Sinar : Jurnal Kebidanan*, 5(1), 52–62.
- Fatichah, H., & Madyawati, L. (2023). Picture Timetable Mengatasi Kecanduan Gadget pada Anak. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 789–798.
- Hidayah, N. S. (2020). *Peran Orang Tua Dalam Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini*. 36–39.
- Jauharoh, A. (2022). *Hubungan antara Pola Asuh Orang Tua dengan Kecanduan Gadget pada Anak Usia Prasekolah di RA Masyithah*.
- Kretchmar, J. (2024). *Social Learning Theory / Research Starters | EBSCO Research*. <https://www.ebsco.com/research-starters/education/social-learning-theory>
- Masfufah, Darmawan, & Didit. (2023). *The Role Of Parents In Preventing Gadget Addiction In Early Childhood*. 3(3), 33–38.
- Nuraini, F., & Wardhani, J. D. (2023). *Hubungan Durasi Bermain Gadget dengan Perkembangan Sosial Emosional Anak*. 7(2), 2245–2256.
- Pamungkas, Akhmad, Yanuar, F., Indriani, N., Wulandari, T., & Dkk. (2023). Peran Pola Asuh Dengan Kecanduan Gadget Pada Anak Pra Sekolah. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(1), 97–102.
- Rahmadyanti, R., & Jamilah, J. (2023). Hubungan Penggunaan Gadget Emosional Anak Usia Prasekolah Desa Cikukur. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 15(2), 1–12.
- Santika, E. f. (2023). *Hampir Separuh Anak Usia Dini Sudah Gunakan HP dan Mengakses Internet pada 2022*.
- Santiya, A. (2020). *Regulasi Emosi Pada Anak Usia Dini Dalam Keluarga Yang Mengalami Alone Together*.
- Sugiyono. (2021). Metode Penelitian Komunikasi (kuantitatif, Kualitatif dan Cara Mudah Menulis Artikel pada Jurnal Internasional. In M. S. Prof. Dr. Sunarto (Ed.), *Alfabeta* (Vol. 1, Issue 3). Alfabeta.
- Suherman, R. N., & Ummah, M. S. (2019). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan*

*Tingkat Kecanduan Gadget Pada Anak PraSekolah. 11(1), 1–14.*

- Wiguna, R. I., Ardhana, V. Y. P., Safitri, R. P., Lita, B. F. F., Pa'ni, D. M. Q., & Apriani, L. A. (2025). Digital innovations for adolescent mental health: evaluating the impact of genziheal web-based education model. *Jurnal Ners*, 20(2), 183–191. <https://doi.org/10.20473/jn.v20i2.67751>
- Wulandari, E. A. (2019). *Hubungan Pola Asuh Orang Tua dengan Persepsi Gender, Perilaku dan Norma Dalam Kesehatan Reproduksi Remaja di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember*. Universitas Jember.
- Zubaeda, Z., Astuti, A. D., Rumakey, R. S., & Arian, L. (2023). Deteksi Dini Perkembangan Anak di Wilayah Pesisir dan Kepulauan Usia 36 – 48 Bulan dengan Kuesioner Pra Skrinning Perkembangan (KPSP). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 3(1), 53–56. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.911>