



PENGARUH KECANDUAN GAWAI TERHADAP DISREGULASI EMOSI ANAK USIA DINI

Irfan Fauzi Rachmat¹, Sofia Hartati², Erdawati³
Universitas Muhammadiyah Cirebon¹, Universitas Negeri Jakarta^{2,3}
email: irfan.fauzi@umc.ac.id¹

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan besar pengaruh kecanduan smartphone anak usia dini terhadap disregulasi emosi. Subjek penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak berusia 4-6 tahun. Data primer di ambil melalui penyebaran angket kuesioner kepada orang tua anak melalui angket google form. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif korelasional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa disregulasi emosi anak dipengaruhi oleh tingkat penggunaan smartphone anak usia dini. Penelitian ini berimplikasi pada pemahaman orang tua terhadap perilaku anak dalam menggunakan smartphone. Harapannya adalah, orang tua tidak menganggap sepele terhadap penggunaan smartphone anak, agar disregulasi emosi anak dapat menjadi lebih positif..

Kata Kunci : disregulasi emosi anak, kecanduan gawai

Abstract

This study aims to prove the influence of early childhood kecanduan gawai on emotional development. The subjects of this study were parents who have children aged 4-6 years. Primary data is taken through distributing questionnaires to parents of children through a google form questionnaire. This study uses a correlational quantitative research design. The results showed that children's emotional development was influenced by the level of early childhood smartphone use. This research has implications for parents' understanding of children's behavior in using smartphones. The hope is that parents do not underestimate the use of children's smartphones, so that children's emotional development can be more positive.

Keywords : *disregulation emotional, kecanduan gawai*

PENDAHULUAN

Anak usia dini berada dalam masa perkembangan yang sangat pesat (Uce, 2017). Pertumbuhan dan perkembangan anak sangat cepat berubah (Syaodih, 2011). Perkembangan kognitif, bahasa, fisik motorik, maupun disregulasi emosi sangat cepat berubah (Syaodih, 2011). Hal ini

disebabkan oleh berbagai macam faktor. Salah satu faktornya adalah yang berasal dari gen dan lingkungan (Hasan et al., 2014).

Lingkungan anak usia dini sangat beragam, dari mulai lingkungan keluarga, masyarakat, dan juga lingkungan sekolah atau lingkungan bermain nya (Mutiah,

2015). Lingkungan tersebut memberikan pengalaman kepada anak, untuk memperoleh berbagai macam pengalaman dan perlakuan, baik yang terlibat langsung maupun yang tidak terlibat langsung.

Anak yang terlibat langsung misalnya dengan saling berinteraksi dengan orang tuanya, temannya atau dengan saudara lainnya. Hasil interaksi tersebut, tentunya akan memberikan dampak terhadap apa yang anak pelajari dan mendapatkan pengalaman (Schrock & Woodruff-Borden, 2010). Misalkan interaksi orang tua saat bermain dengan anak, akan memberikan kesempatan kepada anak untuk mengenal orang tua dengan baik.

Namun, kadangkala banyak orang tua yang masih menganggap remeh terhadap hubungan interaksi yang positif dengan anak saat melaksanakan kegiatan pengasuhan. Misalkan saja saat anak bermain dengan orang tua, masih banyak orang tua yang terganggu atau terdistraksi dengan gawai atau smartphone nya. Orang tua yang bermain smartphone saat sedang berinteraksi dengan anak tentu akan mengurangi kualitas pengasuhan orang tua dan anak (Lauricella et al., 2015).

Pengasuhan orang tua yang gemar menggunakan smartphone saat berinteraksi dengan anak, tentu akan ditiru oleh anak (Wildawati, 2019). Anak memiliki karakteristik, untuk selalu mengamati dan

meniru apa yang orang dewasa lakukan. Anak merupakan peniru yang ulung. Sehingga anak akan menjadi terbiasa dengan melihat smartphone, gawai atau gadget orang tua nya. Lama kelamaan orang tua dengan tanpa sadar memberikan smartphone tersebut kepada anak nya.

Pemberian smartphone kepada anak menjadi awal bagi anak berkenalan dengan teknologi digital (Wulansari, 2017). Anak akan mencurahkan perhatian dan rasa ingin tahunya terhadap smartphone yang baru diberikan orang tua. Terlebih dari fungsi dan kegunaan smartphone yang canggih, misalkan seperti kemampuan menampilkan video atau suara yang membuat anak penasaran. Pada akhirnya, anak secara tidak langsung akan menonton dan menyaksikan tayangan tayangan yang ada di smartphone tersebut.

Tayangan seperti youtube, bermain game, video kartun dan lainnya mampu membuat anak semakin tenggelam dan penasaran terhadap gambar yang bergerak tersebut. Fokus anak terhadap dunia di sekitarnya akan teralihkan. Kebiasaan tersebut, akan menyebabkan usia 3 tahun anak sudah mampu membuka, mengklik, men swipe beberapa fungsi di smartphone. Puncaknya pada usia empat sampai enam tahun, anak sudah memiliki kesenangan sendiri dan gemar terhadap tayangan-tayangan atau permainan yang ada di dalam

smartphone tersebut. Terlebih apabila konten yang di tampilkan merupakan konten negatif, sehingga akan mempengaruhi fungsi prefrontal cortex pada usia 18-19 tahun (Ali, 2019).

Seiring berjalannya waktu, anak akan sering terpapar perangkat smartphone, dan dimulailah anak untuk tidak bisa di kontrol dengan mudah terkait penggunaan smartphone nya. Anak akan marah, tempertantrum, menghabiskan waktu percuma di depan smartphone, malas makan, malas bergerak, sehingga akan berdampak pada disregulasi emosi anak (Radliya et al., 2017).

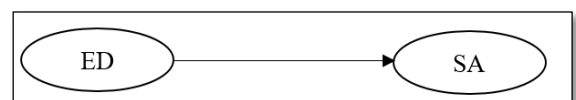
Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk membuktikan secara empiris, apakah memang benar bahwa tingkat penggunaan smartphone atau sampai kepada tahapan kecanduan smartphone anak usia dini dapat mempengaruhi disregulasi emosi anak?. Peneliti menyusun hipotesis penelitian bahwa disregulasi emosi anak, baik itu emosi negatif maupun positif, dipengaruhi oleh penggunaan perangkat smartphone.

Penelitian ini akan mengkaji dan membahas tentang dua variabel yang saling berhubungan, yaitu variabel kecanduan smartphone anak usia dini, dengan variabel disregulasi emosi anak usia dini. Kecanduan smartphone anak usia dini merupakan tingkat penggunaan

smartphone anak yang dapat terlihat dari seberapa besar tingkat interaksi anak dengan perangkat smartphone yang dimilikinya. Kecanduan smartphone anak memiliki dimensi yaitu daily-life disturbance, positive anticipation, withdrawal, cyberspace-oriented relationship dan tolerance (Rozgonjuk et al., 2016).

Disregulasi emosi anak usia dini adalah perubahan yang terjadi pada anak, yang berkaitan dengan perasaan dalam diri anak, yang muncul akibat dari respon dari luar. Respon tersebut dapat terjadi akibat adanya rangsangan dari luar, baik di respon secara negatif, maupun di respon secara positif. Dimensi yang meliputi disregulasi emosi anak adalah dimensi externalizing domain, internalizing domain, dan diseregulation domain atau ketidakmampuan anak tersebut dalam mengontrol emosinya (Briggs-Gowan et al., 2006).

Berdasarkan kerangka penelitian diatas, maka di susun lah hubungan penelitian yang dapat terlihat pada gambar berikut ini:



Gambar 1: Kerangka Teoritik

Ket : ED : Disregulasi emosi, SA : Kecanduan gawai.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dengan menggunakan pendekatan korelasional. Alasan menggunakan desain penelitian korelasional adalah karena bertujuan ingin menjelaskan serta memprediksi pengaruh variabel eksogen terhadap variabel endogen. Penelitian korelasional merupakan penelitian yang melihat hubungan dan pengaruh antara dua variabel atau lebih. Adapun analisis data dilakukan dengan analisis statistika, dengan dibantu oleh program SPSS Amos versi 22. Amos digunakan untuk memperlihatkan hubungan antar setiap konstruk dengan variabel laten nya, dan untuk menguji hipotesis.

Jumlah responden sebesar 214 orang tua di kota Cirebon. Karakteristik responden orang tua tersebut adalah, orang tua yang memiliki anak usia dini rentang usia 4-6 tahun, anaknya memiliki perangkat smartphone sendiri, kemudian bersekolah aktif di TK/RA se wilayah kota Cirebon. Berdasarkan hasil observasi awal, karakteristik anak tersebut adalah anak yang menghabiskan waktu bermain samrtphone selama 3 jam lebih dalam sehari.

Instrumen yang digunakan adalah menggunakan instrumen yang sudah baku.

Instrumen yang pertama instrumen disregulasi emosi anak, yang dikembangkan oleh Briggs dan Gowan (2004) yang bernama Infant Toddler Social Emotional Assessment (ITSEA). Instrumen ini telah teruji tingkat validitas dan reliabilitasnya (Briggs-Gowan et al., 2004; Carter et al., 2003). Pun demikian, berdasarkan hasil uji instrumen dalam penelitian ini pun telah di uji tingkat validitas dan reliabilitasnya melalui alpha cronbach, yaitu nilai validitas nya sebesar 0,81. Intrumen ini menggunakan skala liker, yaitu rentang 1 = tidak pernah dan 4 = selalu.

Sedangkan untuk instrumen Kecanduan gawai, peneliti menggunakan instrumen yang dikembangkan oleh Kwon (2013) yang bernama SAS (Kecanduan gawai Scale) (Kwon, Lee, et al., 2013). Sama halnya dengan instrumen disregulasi emosi, instrumen kecanduan gawai pun menggunakan skala likert, yaitu rentang 1 = tidak pernah dan 4 = selalu. Berdasarkan hasil uji coba empiris instrumen, Nilai alpha cronbach dari instrumen kecanduan gawai adalah 0,84. Hal ini menandakan bahwa instrumen SAS telah teruji tingkat validitasnya.

Intrumen tersebut mengukur kedua variabel yang datanya diperoleh melalui subjek penelitian yang telah ditetapkan melalui random sampling. Instrumen

disebarkan dengan cara online, memanfaatkan Google Formulir yang di sebarkan kepada seluruh orang tua yang terpilih secara random sampling berdasarkan kriteria yang ditentukan. Instrumen tersebut memiliki 22 item untuk instrumen ITSEA, dan 20 item untuk instrumen kecanduan gawai. Setelah dilakukan uji CFA dan validity konstruk, maka instrumen Kecanduan gawai memiliki hanya tersisa 8 Indikator, dan disregulasi

emosi anak memiliki 4 indikator. Pengurangan indikator tersebut dikarenakan dari sebaran data yang harus di lakukan estimasi ulang melalui modification indices. Indikator yang valid adalah indikator yang memiliki faktor loading diatas 0,5 (Hair, Black, Anderson, 2010) Adapun indikator dari setiap instrumen yang terpilih adalah sebagai berikut :

Tabel 1 : Indikator Setiap Variabel

Variabel dan Indikator konstruk	Factor Loading	Rata-Rata Skor	Kategori
Kecanduan gawai			
KG.1: Anak saya meninggalkan tugas hariannya karena menggunakan smartphone.	0,591	3,34	Rendah
KG.6: Menggunakan smartphone adalah hal yang paling menyenangkan untuk dilakukan oleh anak saya	0,638	2,67	Rendah
KG.8: Anak saya merasa tidak sabar dan gelisah jika tidak memegang gawai/ smartphone nya.	0,654	3,83	Rendah
KG.9: Anak saya secara terus menerus menanyakan smartphone kepada saya dan meminta untuk bermain.	0,682	3,70	Rendah
KG.10: Anak saya menjadi jengkel dan marah ketika terganggu saat sedang menggunakan smartphone.	0,672	3,21	Rendah
KG.11: Anak saya merasa bahwa bermain game di smartphone lebih menyenangkan daripada bermain dengan teman-temannya di kehidupan nyata.	0,653	3,54	Rendah
KG.13: Jika anak saya tidak dapat menggunakan smartphone, akan sama sedihnya dengan tidak bisa bermain dengan temannya.	0,659	3,74	Rendah
KG.15: Anak saya menggunakan smartphone melebihi batas waktu yang saya tetapkan.	0,631	3,53	Rendah
Disregulasi emosi			
DE.1: Tidak taat atau menentang. Misalnya, menolak untuk melakukan apa yang Anda minta.	0,654	3,60	Rendah
DE.2: Bertingkah aneh untuk mendapatkan perhatian dari orang dewasa.	0,663	3,41	Rendah
DE.3: Memukul, menggigit, atau menendang Anda (atau orang tua lainnya)	0,628	3,85	Rendah
DE.13: Tidak sabar atau mudah frustrasi.	0,685	2,77	Sedang

Ket: KG=Kecanduan Gawai, DE=Disregulasi Emosi

Pengelompokan kategori adalah sebagai berikut, berdasarkan Arikunto (2002).

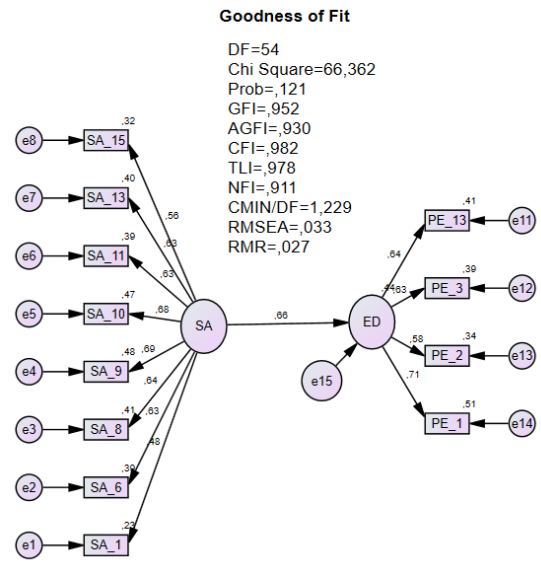
Hampir seluruhnya pernyataan adalah pernyataan negatif, jadi dalam pemberian

skor nya yaitu menggunakan negatif, dari skala likert 1 (tidak pernah), 4 (Selalu) untuk pernyataan positif, dan untuk pernyataan negatif, maka kebalikannya, yaitu 1 (selalu) dan 4 (tidak pernah).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum dilakukan uji hipotesis, dilakukan terlebih dahulu uji model pengukuran. Model pengukuran ini bertujuan untuk menggambarkan hubungan antara item dengan konstruk yang di ukur. Yaitu dengan melakukan teknik confirmatory factor analysis (CFA) untuk variabel kecanduan gawai dan disregulasi emosi anak. CFA ini bertujuan untuk memvalidasi setiap indikator dari masing-masing variabel, sehingga memiliki nilai probabilitas model CFA yang diharapkan yaitu lebih dari 0,05 (Hair et al., 2010).

Setelah dilakukan CFA maka selanjutnya adalah dilakukan uji model struktural untuk menentukan nilai model fit secara keseluruhan. Model struktural berfungsi untuk menggambarkan hubungan satu variabel dengan variabel lainnya. , didapatkanlah model seperti yang ditunjukkan pada gambar berikut :



Gambar 1. Model SEM Tahap Akhir

Dari model secara keseluruhan bahwa, model menunjukkan nilai fit, dengan goodness of fit yang ditetapkan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa model telah memenuhi uji model fit. Dapat ditunjukkan hasil model fit nya adalah sebagai berikut :

Tabel 3 : Uji Model Fit

Kriteria Fit	Batas Fit	Nilai	Hasil
Chi-Square	Diharapkan rendah	66,362	Fit
Probabilitas	≥0,05	0,121	Fit
RMSEA	≤0,08	0,033	Fit
GFI	≥0,90	0,952	Fit
AGFI	≥0,90	0,930	Fit
CMIN/DF	≤2.00	1,229	Fit
TLI	≥0,95	0,978	Fit
CFI	≥0,95	0,982	Fit

Model SEM tersebut telah di modifikasi dengan menghilangkan beberapa indikator. Bertujuan agar model

menjadi Fit. Sehingga didapatkanlah indikator untuk SA adalah SA1, SA6, SA8, SA9, SA10, SA11, SA13, dan SA15. Sedangkan untuk ED atau disregulasi emosi anak adalah PE1, PE2, PE3, dan PE13. Setiap konstruk memiliki faktor loading diatas 0,5, sehingga dapat dikatakan bahwa konstruk dapat menjelaskan variabel laten dengan baik. Sedangkan untuk uji signifikansi dapat terlihat pada tabel berikut:

Tabel 4 : Uji Hipotesis dan Signifikansi

		Estimate	S.E.	C.R.	P
ED	<--- SA	,740	,124	5,212	***

Pada tabel diatas ditunjukkan bahwa nilai CR/ T hitung =5,212 artinya lebih besar dari 2, dan nilai P = 0,000 artinya signifikan dengan nilai signifikansi alpha sebesar 0,01. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kecanduan gawai berpengaruh terhadap disregulasi emosi anak usia dini.

Koefisien korelasi kecanduan gawai terhadap disregulasi emosi adalah 0,740. Data tersebut di ambil dari tabel standardized regression yang menunjukan nilai estimate sebesar 0,740. Sehingga, dengan mengikuti persamaan regresi, maka diperoleh model regresi nya adalah sebagai berikut :

$$ED=0,740SA + \text{eror} (1,00 - 0,495 = 0,547)$$

Tabel 5 : Squared Multiple Correlation

Dependen Variabel	Estimate
Emotional Development	,427

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa nilai korelasi sebesar 0,427, artinya bahwa kecanduan gawai mempengaruhi sebesar 42,7% terhadap disregulasi emosi anak. Dengan kata lain disregulasi emosi dapat dijelaskan sebesar 42,7% oleh kecanduan gawai anak. Sisanya dipengaruhi oleh faktor lain, dan tidak dijelaskan dalam penelitian ini.

Berdasarkan analisis data diawal, telah disebutkan bahwa disregulasi emosi anak sangat dipengaruhi oleh penggunaan smartphone anak. Penggunaan smartphone anak tanpa adanya pendampingan dan aturan yang ketat dari orang tua, akan memunculkan perilaku-perilaku yang kurang baik. Memberikan kesempatan kepada anak untuk banyak berinteraksi dan menggunakan smartphone, telah terbukti memberikan dampak yang cukup signifikan terhadap disregulasi emosi anak.

Anak usia dini di kota Cirebon, dalam kebiasaannya menggunakan smartphone masih dalam kategori rendah. Sehingga dapat diberikan kesimpulan

bahwa anak usia dini di kota Cirebon tidak mengalami gangguan kecanduan. Hal ini terlihat pada beberapa indikator yang dijadikan tolak ukur dalam hal mengukur kecanduan smartphone anak. Pertama, adalah anak usia dini di Kota Cirebon masih bisa melakukan tugas-tugas hariannya tanpa terganggu oleh smartphone. Artinya bahwa anak tidak menjadikan smartphone sebagai pengganggu bagi anak untuk belajar, bermain dan lainnya. Kedua, gejala yang menyatakan bahwa smartphone adalah hal yang paling menyenangkan untuk dilakukan oleh anak pun tidak lah terbukti secara empiris, atau berkategori rendah. Karena anak-anak usia dini tetap membutuhkan aktifitas bermain fisik di luar, bertemu dengan teman temannya dan aktivitas non gadget lainnya.

Ketiga, anak pun masih tidak menjadikan smartphone merubah perilakunya untuk menjadi tidak sabar, dan mudah gelisah. Terbukti secara empiris, tingkat kesabaran dan rasa gelisah atau cemas anak masih batas wajar. Keempat, anak juga tidak secara terus menerus menanyakan smartphone kepada orang tua untuk meminta bermain. Meskipun orang tua memiliki smartphone, dan anak sering melihat orang tua nya sedang bermain game, namun dari hasil survey, di dapatkan bahwa anak masih bisa memiliki self

regulasi dalam hal batasan menggunakan smartphone milik orang tua nya, atau miliknya sendiri.

Kemudian selanjutnya, indikator yang kelima adalah dalam hal perasaan jengkel dan marah ketika anak terganggu saat sedang menggunakan smartphone. Hasil studi di lapangan, menunjukkan bahwa anak cukup terganggu apabila kesenangannya saat bermain smartphone terganggu. Kecewa, jengkel marah kadang masih muncul, namun dari hasil empiris di lapangan karegorinya masih tergolong rendah. Keenam, yaitu tentang orientasi bermain di dunia maya lebih menyenangkan daripada di dunia nyata. Hasilnya adalah, anak masih memilih banyak bermain di dunia nyata di bandingkan dengan di dunia maya. Hal ini sejalan dengan kebutuhan anak bahwa, bersosialisasi, aktivitas fisik, bertemu teman di luar rumah, merupakan hal yang lebih menyenangkan daripada menghabiskan waktu dengan smartphonena. Terakhir, yaitu ke tujuh, bahwa anak masih tetap memilih bermain dengan temannya, dan tidak merasa sedih, walaupun tidak dapat menggunakan smartphonena.

Penggunaan smartphone anak terlihat dari jumlah durasi waktu yang digunakan oleh anak usia dini. Berdasarkan

penelitian ini, durasi anak menggunakan smartphone adalah lebih dari 3 jam dalam sehari. Durasi penggunaan smartphone seperti itu, tidaklah di rekomendasikan dari berbagai macam penelitian sebelumnya. Misalkan dari AAP (American Association Pediatric) menjelaskan bahwa, durasi anak maksimal dalam menggunakan smartphone tidak boleh lebih dari dua jam dalam sehari. Hal ini pun setelah anak terpapar screen time terlalu lama, maka di sarankan untuk melakukan kegiatan-kegiatan aktivitas yang bersifat fisik, untuk tujuan agar memulihkan otak anak yang terlalu lama fokus saat menggunakan smartphone.

Penyebab dari tingginya penggunaan smartphone anak salah satunya adalah dari ketidak tahuan orang tua atau lalai terhadap dampak buruk smartphone apabila digunakan oleh anak usia dini dalam waktu yang cukup lama (Zaini & Soenarto, 2019). Kemudian, penyebab lainnya adalah dengan memberikan smartphone kepada anak, dipercaya sebagai cara praktis dan instan untuk tidak rewel, atau tidak mengganggu orang tuanya (Wulansari, 2017). Dengan cara seperti ini, orang tua memiliki banyak waktu untuk mengerjakan atau beraktivitas lain tanpa adanya gangguan dari anaknya.

Akibat dari kecanduan smartphone anak usia dini telah terbukti mempengaruhi

perkembangan anak usia dini, terlihat pada nilai R Square yang di peroleh dari analisi data tersebut adalah 0,427 Artinya bahwa penggunaan smartphone sampai kepada anak mengalami kecanduan, dapat memberikan pengaruh sebesar 42,7% terhadap disregulasi emosi anak. Sedangkan sisa nya dipengaruhi oleh faktor atau variabel lain yang tidak diteliti lebih lanjut oleh peneliti.

Berdasarkan hasil temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa disregulasi emosi anak dipengaruhi langsung oleh tingkat Kecanduan gawai anak usia dini. Kecanduan yang berbeda dengan kecanduan alkohol. Kecanduan seperti ini menunjukkan perilaku anak yang berlebihan dalam menggunakan smartphone. Anak yang sering menggunakan smartphone akan mengabaikan lingkungan bermain nya, sehingga anak akan lebih asik bermain dengan smartphone daripada bermain dengan teman sebayanya.

Hasil penelitian ini senada dengan pendapat beberapa para ahli bahwa menurut Young dan Rogers mengungkapkan bahwa aspek Kecanduan gawai terdiri dari terlalu memikirkan smartphone, tidak dapat mengontrol diri, cemas apabila tidak menggunakan smartphone, serta tidak mengenal waktu dalam menggunakannya. Senada dengan yang diungkapkan oleh

Griffiths bahwa perilaku seperti itu dikenal dengan Phubbing, yaitu efek negatif dari Kecanduan gawai (Essau, 2008). Kemudian diperkuat menurut Kwon et al., (2013) bahwa faktor yang dapat menjelaskan seorang anak terkena Kecanduan gawai adalah berdasarkan perubahan perilaku, seperti kehidupan sehari-hari anak, kecemasan anak, dan lainnya. Sedangkan menurut Imron (2017) seorang anak yang sering berhubungan dengan gadget dapat mempengaruhi perkembangan sosial emosional.

Emosi negatif anak, seperti mudah marah, rewel dan merengek untuk terus menggunakan smartphone, berbohong, sulit mengontrol diri, dan emosi negatif lainnya muncul dan merusak perkembangan anak. Emosi negatif ini muncul sebagai dampak dari penggunaan smartphone yang berlebihan. Sehingga orang tua akan merasakan perubahan perilaku anak bukan ke arah yang positif justru perilaku yang tidak diharapkan oleh orang tua.

Masa usia dini seharusnya diisi dengan kegiatan-kegiatan positif yang mengasah kreatifitas anak. Walaupun memang, terdapat banyak penelitian yang menjelaskan tentang manfaat dari penggunaan smartphone. Misalkan dengan menggunakan smartphone anak akan banyak belajar berfikir kritis, dan melatih

kemampuan literasi membaca dan berkomunikasi sejak dini. Namun dengan catatan harus di dampingi oleh orang tua (Alia & Irwansyah, 2018). Orang tua harus mampu memberikan pemahaman dan edukasi kepada anak yang menggunakan smartphone untuk tetap bijak dalam menggunakan smartphone. Orang tua tetap yang memegang kontrol serta pengawasan terhadap konten-konten dan waktu anak dalam berinteraksi dengan smartphone.

Dari penjelasan diatas, maka dapat disimpulkan secara jelas bahwa secara teoritis dan empiris Kecanduan gawai terbukti memiliki pengaruh terhadap disregulasi emosional anak usia dini. Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Chiu (2014) dan F. C. Chang et al., (2019) yang menyebutkan dalam penelitian bahwa gangguan kecanduan gawai adalah salah satu alasan untuk pengalihan rasa stress pada diri seorang individu. Pengalihan stress tersebut terjadi pada rentang usia anak usia dini. Terbukti bahwa apabila anak usia dini sedang menggunakan smartphone tiba-tiba kegiatan tersebut di putus oleh orang tua nya, maka anak akan mengalami tantrum yang cukup besar, anak kurang dapat mengontrol dirinya. Gejala tersebut menunjukkan anak tidak ingin terganggu akibat dari kesenangan yang di akibatkan dari smartphone

Keterbatasan dalam penelitian ini adalah dalam hal pengumpulan data tingkat kecanduan smartphone dan disregulasi emosi anak usia dini dilakukan dari pendapat orang tua nya secara langsung. Artinya bahwa kecenderungan orang tua untuk subjektif menilai anaknya masih cukup tinggi, sehingga data akan menjadi bias atau kurang valid. Sehingga perlu dilakukan penelitian lanjutan terkait kecanduan gawai anak usia dini lebih penekanan pada observasi anak secara langsung dengan jumlah responden yang lebih banyak. Kemudian dari segi konten dan aplikasi yang digunakan oleh anak usia dini saat menggunakan smartphone pun tidak dibahas dalam penelitian ini, sehingga direkomendasikan untuk melakukan penelitian lebih lanjut terkait dengan konten yang di akses apa saja yang dapat mempengaruhi perkembangan anak usia dini.

Bukti secara teoritis dan empiris pun memiliki kesamaan dari yang diungkapkan oleh Park & Park (2014) yang menyatakan bahwa kecanduan gawai of early childhood berdampak pada mental development seperti emotional instability, depression, ADHD, anger, dan lack of attention. Selain berdampak pada kelelahan fisik berupa menurunnya daya penglihatan mata,

kecanduan gawai pula dapat memicu gangguan emosional anak lainnya.

Penelitian ini berimplikasi pada pandangan orang tua yang masih menganggap bahwa anak yang sering bermain gawai tidak mendapatkan masalah apapun. Dengan adanya penelitian ini, orang tua akan mulai menyadari bahwa perilaku anak yang gemar bermain smartphone akan berdampak pada disregulasi emosi anak. Sehingga, diharapkan dengan adanya penelitian ini, para orang tua menjadi lebih sadar dan menaruh perhatian tentang penggunaan smartphone untuk anak usia dini. Implikasi berikutnya yaitu, orang tua diharapkan memiliki kecakapan dalam menggunakan perangkat digital. Literasi digital orang tua harus dipahami oleh para orang tua. Karena ini penting untuk memberikan pembelajaran, dan pengawasan kepada anak, saat anak mulai gemar menggunakan perangkat digital.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, yaitu variabel yang digunakan untuk melihat disregulasi emosi anak, hanya dari satu variabel independen. Peneliti meyakini, bahwa pasti masih banyak lagi variabel-variabel lainnya yang mempengaruhi perkembangan emos anak. Variabel independen lainnya yang dapat dijadikan penelitian lanjutan misanya pola

asuh, pola komunikasi orang tua dan anak, lingkungan keluarga, status ekonomi sosial, fungsi eksekutif, dan lainnya. Sehingga sangat dimungkinkan untuk dijadikan penelitian lanjutan tentang disregulasi emosi anak, tidak hanya dilihat dari tingkat kecanduan smartphone anak.

SIMPULAN

Kecanduan smartphone anak usia dini menjadi penyebab dari munculnya perilaku emosi negatif anak usia dini. Terbukti bahwa smartphone anak usia dini berpengaruh secara signifikan terhadap disregulasi emosi anak. Sehingga perlu adanya kesadaran dari orang tua dalam melakukan kegiatan pengasuhan untuk lebih memperhatikan akan kebutuhan dan keselamatan anak. Istilahnya adalah pengasuhan atau parenting positif harus benar dipahami oleh orang tua di zaman yang serba canggih dan serba digital saat ini.

DAFTAR RUJUKAN

Ali, S. N. R. (2019). Analisis Pengaruh Konten Negatif Internet Terhadap Fungsi Prefrontal Cortex Pada Usia 18-19 Tahun. *INA-Rxiv*, June, 25.

Alia, T., & Irwansyah. (2018). Pendampingan Orang Tua pada Anak Usia Dini dalam Penggunaan Teknologi Digital. *A Journal of Language, Literature, Culture and Education*, 14(1), 65–78.

<https://doi.org/10.19166/pji.v14i1.639>

Briggs-Gowan, M. J., Carter, A. S., Bosson-Heenan, J., Guyer, A. E., & Horwitz, S. M. (2006). Are infant-toddler social-emotional and behavioral problems transient? *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 45(7), 849–858.

Briggs-Gowan, M. J., Carter, A. S., Irwin, J. R., Wachtel, K., & Cicchetti, D. V. (2004). The Brief Infant-Toddler Social and Emotional Assessment: Screening for Social-Emotional Problems and Delays in Competence. *Journal of Pediatric Psychology*, 29(2), 143–155.

<https://doi.org/10.1093/jpepsy/jsh017>

Carter, A. S., Little, T. D., & Briggs-Gowan, M. (2003). The Infant-Toddler Social and Emotional Assessment (ITSEA): Factor Structure, Reliability, and Validity. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 103(3), 239–248.

<https://doi.org/10.1023/A>

Chang, F. C., Chiu, C. H., Chen, P. H., Chiang, J. T., Miao, N. F., Chuang, H. Y., & Liu, S. (2019). Children's use of mobile devices, kecanduan gawai and parental mediation in Taiwan. *Computers in Human Behavior*, 93, 25–32.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.11.048>

Chiu, S.-I. I. (2014). The relationship between life stress and kecanduan gawai on Taiwanese university student: A mediation model of learning self-efficacy and social self-efficacy. *Computers in Human Behavior*, 34, 49–57.

<https://doi.org/10.1016/j.chb.2014.01.024>

Essau, C. A. (2008). *Adolescent Addiction: Epidemiology, Assessment, and*

- Treatment* (1st ed.). Elsevier.
- Hair, J. F., Black, W. C., E, B. J. B., & Anderson, R. (2010). *Multivariate Data Analysis* (Fourth). Pearson Prentice Hall.
- Hasan, S. A., Handayani, M. M., & Psych, M. (2014). Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri siswa tunarungu di sekolah inklusi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Perkembangan*, 3(2), 128–135.
- Imron, R. (2017). Hubungan Penggunaan Gadget dengan Perkembangan Sosial dan Emosional Anak Prasekolah di Kab. Lampung Selatan. *Jurnal Keperawatan*, XIII(2), 148–154.
- Kwon, M., Kim, D. J., Cho, H., & Yang, S. (2013). The kecanduan gawai scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLoS ONE*, 8(12), 1–7.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Kwon, M., Lee, J.-Y., Won, W.-Y., Park, J.-W., Min, J.-A., Hahn, C., Gu, X., Choi, J.-H., & Kim, D.-J. (2013). Development and validation of a kecanduan gawai scale (SAS). *PloS One*, 8(2), e56936.
- Lauricella, A. R., Wartella, E., & Rideout, V. J. (2015). Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 36, 11–17.
<https://doi.org/10.1016/j.appdev.2014.12.001>
- Mutiah, D. (2015). *Psikologi bermain anak usia dini*. Kencana.
- Park, C., & Park, Y. R. (2014). The Conceptual Model on Smart Phone Addiction among Early Childhood. *International Journal of Social Science and Humanity*, 4(2), 147–150.
<https://doi.org/10.7763/IJSSH.2014.V4.336>
- Radliya, R., Apriliya, S., & Zakiyyah, T. R. (2017). Pengaruh penggunaan gawai terhadap perkembangan sosial emosional anak usia dini. 1(1), 1–12.
- Rozgonjuk, D., Rosenvald, V., Janno, S., & Täht, K. (2016). Developing a shorter version of the Estonian kecanduan gawai proneness scale (E-SAPS18). *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 10(4).
- Schrock, M., & Woodruff-Borden, J. (2010). Parent-child interactions in anxious families. *Child & Family Behavior Therapy*, 32(4), 291–310.
- Syaodih, E. (2011). *Perkembangan Anak Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Grafindo Media Pratama.
- Uce, L. (2017). The golden age: Masa efektif merancang kualitas anak. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, 1(2), 77–92.
- Wildawati, W. (2019). *Peran Orang Tua dalam Mengatasi Dampak Penggunaan Handphone terhadap Perkembangan Kepribadian Anak di Desa Bontolohe Kecamatan Rilau Ale Kabupaten Bulukumba*. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar.
- Wulansari, N. M. D. (2017). *Didiklah Anak Sesuai zamannya: Mengoptimalkan Potensi Anak Di Era Digital*. Visimedia.
- 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), 254–264.

