

## Hubungan Kecemasan Orangtua Dengan Tingkat Ketergantungan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah

### The Relationship of Parental Anxiety with The Level of Gadget Dependence in Preschool-Age Children

Rahmat Kurniawan\*<sup>1</sup>, Dhia Diana Fitriani<sup>2</sup>, Selly Novia Dira<sup>3</sup>, Nurmiaty<sup>4</sup>, Azwar<sup>5</sup>, Dwi Yogyo Suswinarto<sup>6</sup>, Hasni<sup>7</sup>, Sova Evie<sup>8</sup>, Saman<sup>9</sup>, Novica Ariyanti Putri<sup>10</sup>,

<sup>1, 5,6,7,8,9,10</sup>Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Sulawesi Tengah, Indonesia

<sup>2,3</sup>Prodi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Dharma Husada, Tangerang Selatan, Banten, Indonesia

<sup>4</sup>Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palu, Palu, Sulawesi Tengah, Indonesia

\*Corresponding Author: [uirahmat986@gmail.com](mailto:uirahmat986@gmail.com)

Received: 11 Mei 2025

Received in revised: 12 Mei 2025

Accepted: 22 Juni 2025

Available online: 30 Juni 2025

#### Abstract

*The advancement of information technology has reached nearly all levels of society, bringing both positive and negative impacts. Gadgets have now become an integral part of daily life, including for young children. Therefore, the role of parents is crucial in regulating and limiting gadget use among early-aged children to prevent early dependency. Parental anxiety has been increasing along with the rise in gadget use among children, which may negatively affect their development. This study aims to examine the relationship between parental anxiety and the level of gadget dependency in preschool-aged children in RT 05/02, Mekarwangi Subdistrict. This research used a quantitative method with a cross-sectional approach, involving 100 parents as respondents through total sampling technique. Data analysis was conducted using the Chi-Square test with a significance level of  $p < 0.05$ . The univariate analysis showed that most respondents were aged 26–35 years (88%), female (89%), unemployed (81%), with a high school education (33%), experienced severe anxiety (53%), and their children had a moderate level of gadget dependency (77%). The findings indicated a significant relationship between parental anxiety and gadget dependency in preschool children. This research is expected to serve as a reference and source of information for institutions regarding the issue.*

*Keywords: Anxiety; Gadget Dependence; Children; Parents*

#### Abstrak (Indonesian)

Kemajuan teknologi informasi telah menyentuh hampir seluruh lapisan masyarakat, membawa dampak positif maupun negatif. Gadget kini telah menjadi bagian tak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari, termasuk pada anak usia dini. Oleh karena itu, peran orangtua sangat penting dalam mengatur dan membatasi penggunaan gadget oleh anak-anak, guna mencegah ketergantungan sejak dini. Kecemasan orangtua meningkat seiring dengan tingginya penggunaan gadget oleh anak-anak yang dapat berdampak buruk pada perkembangan mereka. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara kecemasan orangtua dan tingkat ketergantungan gadget pada anak pra sekolah di wilayah RT 05/02 Kelurahan Mekarwangi. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional, melibatkan 100 orangtua sebagai sampel menggunakan teknik total sampling. Analisis data dilakukan dengan uji Chi Square dengan tingkat signifikansi  $p < 0,05$ . Hasil univariat menunjukkan mayoritas responden berusia 26–35 tahun (88%), perempuan (89%), tidak bekerja (81%), berpendidikan SMA (33%), mengalami kecemasan berat (53%), dan anak memiliki ketergantungan gadget tingkat sedang (77%). Penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara kecemasan orangtua dan ketergantungan gadget pada anak. Temuan ini dapat menjadi acuan bagi institusi sebagai sumber informasi dan rujukan lebih lanjut.

*Kata Kunci: Kecemasan; Ketergantungan Gadget; Anak; Orang tua*

## PENDAHULUAN

Kemajuan media informasi dan teknologi sudah dirasakan oleh hampir seluruh lapisan masyarakat, baik dari segi positif maupun negatif dari penggunaannya. Hingga saat ini gadget bahkan sudah menjadi hal yang biasa. Semakin berkembangnya zaman dan teknologi manusia menciptakan sistem dan alat yang dapat mempermudah antar sesama manusia untuk berkomunikasi (Notoatmodjo, 2015). Indonesia sendiri termasuk dalam peringkat “lima besar” negara pengguna gadget, khususnya smartphone, data yang diambil tahun 2014 itu menunjukkan bahwa pengguna aktif smartphone adalah sekitar 47 juta, atau sekitar 14% dari seluruh pengguna handphone. Bila dilihat dari komposisi usia, presentase pengguna gadget yang termasuk kategori usia anak-anak dan remaja di Indonesia dan UNICEF tahun 2014 itu menggambarkan pula bahwa anak-anak menggunakan gadget Sebagian besar untuk mencari informasi, hiburan, serta menjalin relasi sosial. Dampak tersebut akan semakin bertambah apabila dari segi faktor penentunya tidak segera diatasi sejak dini (Heni & Mujahid, 2018).

Seperti yang dikutip pada *New York Times*, sebuah kasus terjadi dimana seorang anak kecanduan pada gadget. Anak tersebut terus merengek ketika gadget kesayangannya itu tidak berada dalam genggamannya, orang tua tidak dapat melakukan banyak hal selain menuruti keinginan anak tersebut tanpa disadari ketergantungan gadget adalah sebuah kelainan dan bukan masalah fisik yang muncul dampaknya dalam waktu dekat (Kartika, 2019). Sebanyak 29% anak usia dini di Indonesia menggunakan gadget dalam tiga bulan terakhir. Rinciannya, bayi yang berusia kurang dari satu tahun sebesar 3,5%, anak balita 1-4 tahun sebesar 25,9% dan anak pra sekolah 5-6 tahun sebesar 47,7%.

Anak usia dini adalah anak yang berusia 3-6 tahun. Pada saat ini akan terjadi pertumbuhan fisik, intelektual, mental dan emosional anak. Anak-anak akan merespon dan cepat belajar hal-hal baru dengan mengeksplorasi lingkungan sekitarnya. Periode ini juga merupakan periode kondusif yang sangat menentukan dalam pembentukan karakter baik sikap, perilaku dan kepribadian seorang anak dimasa depan (Khosibah & Dimiyati, 2021).

Meningkatnya jumlah penggunaan gadget akan meningkatkan angka ketergantungan gadget. Ketergantungan gadget akan meningkatkan prevalensi resiko gangguan pemutusan perhatian dan hiperaktivitas karena ketergantungan gadget mempengaruhi pelepasan hormone dopamin yang berlebihan sehingga menyebabkan penurunan kematangan *PreFrontal Cortex* (Ilga Maria, 2020). Gadget juga mempunyai dampak positif dan negatif yang dapat memunculkan kecemasan terhadap orang tua (Nafaida et al., 2020). Dampak positif penggunaan gadget bagi anak diantaranya berkembangnya imajinasi, melatih kecerdasan, meningkatkan rasa percaya diri, mengembangkan kemampuan dalam membaca, matematika dan pemecahan masalah. Dampak negatif penggunaan gadget bagi anak-anak adalah penurunan konsentrasi belajar karena selalu ingin bermain gadget, malas menulis dan membaca, penurunan dalam kemampuan motorik yang kurang berkembang, anak-anak memiliki emosi yang meledak-ledak dan ada kemungkinan anak terpapar konten berbau pornografi dan kriminalitas (Jafri & Defega, 2020).

Kecemasan yang dihadapi orang tua akibat penggunaan teknologi oleh anak berupa gadget terus meningkat. Kecemasan orang tua akibat penggunaan gadget dikalangan anak-anak semakin memprihatinkan dan tentu memiliki dampak negatif terhadap tumbuh kembang. Terlihat jelas anak-anak lebih cepat beradaptasi dengan teknologi yang ada. Sehingga anak-anak sering terlena dengan kecanggihan gadget dengan fitur-fitur yang tersedia di dalamnya. Anak-anak yang sering menggunakan gadget, seringkali lupa dengan lingkungan sekitarnya. Sehingga interaksi sosial antara anak-anak dengan masyarakat, lingkungan sekitar berkurang. bahkan semakin luntur (Notoatmodjo, 2015).

## METODOLOGI

Penelitian ini merupakan metode kuantitatif dengan desain *Cross Sectional*, Populasi pada penelitian ini berjumlah 100 orangtua anak dengan metode *NonProbability Sampling* dengan Teknik *Total Sampling* berjumlah 100 sampel orangtua anak. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah RT 05/02

kelurahan mekarwangi selama 3 hari yaitu pada tanggal 10 juni 2022 sampai 12 juni 2022. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner kecemasan (HARS) dan ketergantungan gadget (SAS-SV). Uji statistic yang digunakan adalah analisis statistic *Chi Square* menggunakan SPSS 22.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. HASIL

#### 1. Analisa univariat

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=100)

Charateristic	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis kelamin		
• Laki-laki	11	11
• Perempuan	89	89
Pekerjaan		
• Tidak bekerja	81	81
• Bekerja	19	19
Pendidikan		
• Tidak sekolah	10	10
• SD	33	33
• SMP	28	28
• SMA	29	29
Kecemasan		
• Sedang	28	28
• Berat	53	53
• Berat sekali	19	19
Usia		
• 17-25	12	12
• 26-35	88	88

Berdasarkan karakteristik responden tabel 1. diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 89 responden (89%) dan dilihat dari status pekerjaan, mayoritas responden tidak bekerja yaitu 81 responden (81%) serta dari segi pendidikan, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan dasar sebanyak 33 responden (33%). Berdasarkan tingkat kecemasan, diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan berat sebanyak 53 responden (53%) dan rentang usia, mayoritas responden berada dalam kelompok usia 26–35 tahun sebanyak 88 responden (88%).

## 2. Analisa bivariat

Tabel 2. Analisa bivariat (n=100)

Kecemasan orang tua	Tingkat ketergantungan gadget						<i>P value</i>
	Sedang		Tinggi		Total		
	N	%	N	%	N	%	
Kecemasan sedang	15	15,0%	13	13,0%	28	28,0%	0,004
Kecemasan berat	46	46,0%	7	7,0%	53	53,0%	
Kecemasan berat sekali	16	11,0%	3	3,0%	19	19,0%	
Total	77	77,0%	23	23,0%	100	100,0%	

Berdasarkan tabel 2. Didapatkan data bahwa kecemasan dengan tingkat ketergantungan gadget terlihat hampir setengahnya 28 responden kecemasan sedang dengan tingkat ketergantungan gadget sedang berjumlah 15 (15,0%) dan responden dengan kecemasan sedang dengan tingkat ketergantungan gadget tinggi berjumlah 13 (13,0%), sedangkan dari 53 responden lebih dari setengahnya kecemasan berat dengan tingkat ketergantungan gadget sedang berjumlah 46 (46,0%) dan responden dengan kecemasan berat dengan tingkat ketergantungan gadget tinggi berjumlah 7 (7,0%), sedangkan dari 19 responden sebagian kecil kecemasan berat sekali dengan tingkat ketergantungan gadget sedang berjumlah 16 (16,0%) dan responden dengan kecemasan berat sekali dengan tingkat ketergantungan gadget tinggi berjumlah 3 (3,0%).

**B. PEMBAHASAN**

Teori menurut Nursalam (2011) semakin cukup umur tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir dan bekerja dari segi kepercayaan masyarakat yang lebih dewasa akan lebih percaya diri pada orang yang belum cukup tinggi tingkat kedewasaannya. Hal ini sebagai akibat dari pengalaman jiwa.

Teori menurut Rosalis, dkk (2019) hampir setengahnya 35 responden (47,9%) mendapatkan intensitas gadget sedang, sebagian kecil 25 responden (34,2%) mendapatkan intensitas gadget tinggi dan sebagian kecil 13 responden (17,8%) mendapatkan intensitas gadget rendah dan memiliki tingkat kecemasan sebanyak (74%). Teori menurut Irmayanti (2017) menyatakan bahwa orangtua yang memiliki Pendidikan dan pengetahuan tinggi akan menemukan cara yang unik untuk menjaga dan mendidik anak agar tidak bermain gadget. Orangtua dengan Pendidikan dan pengetahuan rendah lebih sulit menemukan cara yang unik supaya anak tidak bermain gadget. Hurlock dalam Sugiarto dkk (2020) kecemasan merupakan bentuk perasaan khawatir, gelisah dan prasaan-prasaan lain yang kurang menyenangkan.

Menurut Sari dan Mistalia (2016), ketergantungan bermain gadget dari pada melakukan aktifitas yang seharusnya yaitu belajar, pemakaian gadget dikategorikan dengan intensitas tinggi jika menggunakan gadget dengan durasi lebih dari 120 menit/ hari dan dalam sekali pemakaiannya berkisar >75 menit. Selain itu, dalam sehari bisa berkali-kali (lebih dari 3 kali pemakaian) pemakaian gadget dengan durasi 30–75 menit akan menimbulkan ketergantungan gadget dengan durasi lebih dari 40-60 menit/ hari dan intensitas penggunaan dalam sekali penggunaan 2-3 kali/hari setiap penggunaan. Kemudian, penggunaan gadget yang baik adalah dengan kategori rendah yaitu dengan durasi penggunaan <30 menit/hari dan intensitas penggunaan maksimal 2 kali pemakaian.

Teori menurut Saiful (2017) Tingkat kecemasan suatu keadaan yang dialami oleh seseorang dalam keadaan tidak menyenangkan dan prasaan berkembang di sekelilingnya. Sehingga kebiasaan yang buruk akan mengakibatkan kebiasaan buruk pula pada anak.

Teori menurut Fadilah (2011) Pendampingan diagnosis orangtua sangat diperlukan dalam mengawasi setiap kegiatan anak saat bermain gadget dan perlu batasan-batasan dalam mengakses fitur yang terdapat dalam gadget. Pendampingan yang dimaksud adalah orangtua anak tidak hanya melihat anaknya yang sedang bermain gadget, akan tetapi orangtua harus mampu menjadi guru bagi anaknya. Gadget dijadikan untuk menstimulasi anak. Misalnya fitur-fitur yang sesuai dengan anak (permainan bila dikembangkan untuk bahan diskusi supaya anak tidak terlalu fokus pada gadgetnya dengan penerapan seperti itu anak terlatih untuk tetap berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian Finatika (2019) menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat kecemasan orangtua terhadap intensitas penggunaan gadget pada anak usia sekolah SD Muhammadiyah Ambokembang. Sehingga dari analisis dapat ditarik kesimpulannya maka orangtua sebaiknya mengawasi anak dalam penggunaan gadget agar meminimalkan dampak negatif dari penggunaan gadget serta mengurangi kecemasan. Tingkat kecemasan seseorang dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya yaitu menghadapi anak yang ketergantungan gadget. Maka dari itu orangtua harus memahami penggunaan gadget yang baik dan tepat untuk anak-anaknya. Jika orangtua memahami maka orangtua dapat menerapkan penggunaan gadget kepada anaknya dengan pengawasan dan pendampingan yang tepat.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan orangtua dengan tingkat ketergantungan gadget pada anak usia prasekolah. Mayoritas responden mengalami kecemasan berat, dan sebagian besar anak menunjukkan tingkat ketergantungan gadget sedang. Hasil ini mengindikasikan bahwa kecemasan orangtua dapat memengaruhi pola pengawasan terhadap penggunaan gadget oleh anak. Oleh karena itu, upaya peningkatan pemahaman dan pengendalian emosi orangtua sangat penting dalam mencegah ketergantungan gadget pada anak.

Institusi kesehatan dan pendidikan diharapkan dapat menyelenggarakan edukasi dan konseling kepada orangtua tentang dampak gadget dan teknik pengasuhan yang efektif. Orangtua perlu lebih aktif dalam mendampingi anak saat menggunakan gadget dan menetapkan batasan waktu secara konsisten. Selain itu, perlu diberikan alternatif kegiatan positif yang dapat menggantikan waktu penggunaan gadget. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengkaji intervensi yang efektif dalam menurunkan kecemasan orangtua dan mengurangi ketergantungan gadget anak.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung pelaksanaan penelitian ini

## DAFTAR PUSTAKA

1. Notoatmodjo. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2(2), 103–111.
2. Heni, H., & Mujahid, A. J. (2018). Pengaruh Penggunaan Smartphone terhadap Perkembangan Personal Sosial Anak Usia Pra-Sekolah. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(1), 330–342. <https://doi.org/10.31539/jks.v2i1.341>
3. Kartika, imelda R. (2019). REAL in Nursing Journal ( RNJ ). *Real in Nursing Journal*, 2(3), 137–143

4. Khosibah, S. A., & Dimyati, D. (2021). Bahasa Reseptif Anak Usia 3-6 Tahun di Indonesia. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1860–1869. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.1015>
5. Ilga Maria. (2020). *Efek Penggunaan Gadget pada Masa Pandemi Covid-19 terhadap Perilaku Anak* (Vol. 3, Issue 2). <https://doi.org/10.32505/atfaluna.v3i2.1966>
6. Nafaida, R., , N., & , N. (2020). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Anak. *BEST Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 3(2), 57–61. <https://doi.org/10.30743/best.v3i2.2807>
7. Notoatmodjo. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan* Jakarta: Rineka Cipta. 2(2), 103–111.