



Penggunaan Gawai Berdampak pada Psikososial Anak Usia Dini : Pendekatan Naratif Inquiri Berbasis Studi Kasus

Hidjanah¹, Nurdini Feranti², Dtakiyyatuddaaimah³, Muhammad Khoerul Hadits⁴,
Nita Ajijah⁵

^{1,2,3} Departemen Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Muhammadiyah Bogor Raya, Indonesia.

⁴ Departemen Pendidikan Bahasa Inggris, Universitas Muhammadiyah Bogor Raya, Indonesia.

⁵ Departemen Pendidikan Anak Usia Dini, Guru PAUD Al Ijtihad Parung Bogor, Indonesia.

Email Korespondensi: hidjanahrm@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan peran yang dilakukan orang tua dalam mendampingi anak dalam menghadapi penggunaan gawai pada Anak Usia Dini yang berdampak pada Psikososial. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, pendekatan naratif inquiri berbasis studi kasus pada Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di Parung Bogor. Sedangkan partisipan dalam penelitian ini mencakup orang tua dan peserta didik di PAUD Parung Bogor. Data diperoleh dengan melalui observasi, teknik wawancara, dan studi dokumentasi. Penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa Penggunaan Gawai pada Anak usia dini di PAUD Parung Bogor intensitasnya tergolong cukup tinggi yaitu diatas satu jam penggunaan, aplikasi yang dibuka anak selama menggunakan gawai adalah *Youtube* dan *Game*. Selain penelitian ini juga menghasilkan temuan bahwasannya beberapa anak mengalami gangguan psikososial. Seperti sedih, menangis, marah, suasana hati berubah drastis seperti tiba-tiba mengamuk, menarik diri dari lingkungan sosial dan hilangnya minat pada teman dan kegiatan yang biasanya mereka nikmati. Peran orang tua dalam menghadapi penggunaan gawai pada anak usia dini yang ditemukan di PAUD Parung Bogor, terdapat 4 (empat) upaya preventif, yaitu: (1) pengawasan dan pendampingan anak, (2) Diskusi dampak dan manfaat gawai dengan anak, (3) penetapan batas waktu penggunaan gawai, dan (4) adalah pengalihan.

Kata Kunci: Anak Usia Dini; Peran Orang Tua; Penggunaan Gawai; Dan Psikososial.

The Impact of Gadget Use on Early Childhood Psychosocial Development: A Case Study-Based Narrative Inquiry Approach

ABSTRACT

This study aims to describe the role of parents in accompanying children in dealing with gadget use among Early Childhood Education (ECE) students and its impact on psychosocial development. The research employed a qualitative method with a narrative inquiry approach based on a case study at an Early Childhood Education (PAUD) institution in Parung, Bogor. The participants of this study included parents and students at PAUD Parung, Bogor. Data were collected through observation, interviews, and documentation studies. The findings indicate that the intensity of gadget use among early childhood students in PAUD Parung, Bogor is relatively high, with usage exceeding one hour per day. The applications most frequently accessed by the children were YouTube and games. Furthermore, the study revealed that some children experienced psychosocial disturbances, such as sadness, crying, anger, drastic mood swings (e.g., sudden tantrums), social withdrawal, and a loss of interest in friends and activities they usually enjoy. The role of parents in managing gadget use among early

childhood students at PAUD Parung, Bogor involved four (4) preventive efforts: Monitoring and accompanying children, Discussing the impacts and benefits of gadget use with children, Setting time limits for gadget use, and Providing alternative activities (distraction).

Keywords: Early Childhood; Gadget Use; Parental Role; Psychosocial.



Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](#).

© Tahun Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini

PENDAHULUAN

Anak-anak dan remaja sangat bergantung pada gawai dan menggunakan gawai untuk berbagai aktivitas seperti menjelajah web, menonton video, jejaring sosial, dan bermain game (Mascheroni & Ólafsson, 2014). McIlroy, 2015; Sanakulov & Karjaluoto, 2015 melaporkan bahwa penggunaan gawai diprediksi kurang lebih 150 kali per hari semakin populer digunakan oleh masyarakat di seluruh dunia (*Planet of the Phones | Feb 28th 2015 | The Economist*, n.d.). Secara global, gawai menyumbang sekitar 40% dari total langganan seluler pada tahun 2015, dan pada tahun 2020 pengguna gawai mencapai 70% dari populasi dunia (ITU & UNESCO, 2015). Penggunaan gawai yang berlebihan telah menimbulkan kekhawatiran tentang sejumlah risiko, termasuk kecanduan gawai, paparan konten yang tidak pantas, kontak/pertemuan dengan orang asing, dan penyalahgunaan informasi pribadi.

Gawai menjadi semakin canggih dan multifungsi, tetapi penelitian telah mengidentifikasi beberapa potensi risiko yang terkait dengan gawai, terutama kalangan pengguna gawai anak usia dini (Roberts et al., 2014). Studi tentang risiko yang terkait dengan penggunaan gawai menunjukkan bahwa beberapa pengguna menjadi ketergantungan atau kecanduan gawai, dengan berbagai gejala (Bianchi & Phillips, 2005). Kecanduan gawai menyebabkan masalah kesehatan fisik dan beberapa masalah mental dan perilaku, serta mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Kecanduan gawai juga dapat menyebabkan *attention-deficit hyperactivity disorder (ADHD)* karena penurunan pola tidur, tampilan layar terus menerus, transisi grafis yang cepat, kesenangan jangka pendek, dan keinginan untuk mempertahankan kesenangan ini selamanya.

Anak-anak berinteraksi dengan gawai kemungkinan karena anak-anak menunjukkan minat, menerima dorongan, meniru orang lain, atau hanya karena penasaran (Livingstone & Gözig, 2012). Orang tua idealnya berusaha untuk meminimalkan risiko yang terkait dengan penggunaan gawai anak-anak mereka dengan berbicara tentang penggunaan gawai yang aman dan bertanggung jawab menetapkan aturan mengenai jumlah waktu yang dihabiskan anak-anak untuk bermain gawai, dan memantau serta mengawasi aplikasi seluler yang diunduh anak-anak dalam menggunakan (*Family Online Safety Institute-Written Evidence (CHI0033)*, n.d.). Penyebaran gawai di masyarakat memerlukan upaya penelitian baru untuk menganalisis lebih lanjut penggunaan dan kecanduan gawai secara *ekstensif*. Sebagian besar penelitian di bidang ini telah dikhususkan untuk efek kecanduan gawai pada kesehatan pengguna mencontohkan: dampak kecanduan gawai berpotensi beresiko pada perilaku pengguna gawai (Kuss & Griffiths, 2012).

Gawai diakui sebagai perangkat mobile yang mampu melakukan berbagai fungsi seperti browsing internet, telekomunikasi, dan mengakses sejumlah besar aplikasi (Ward et al., 2017). *Smartphone* sering digunakan untuk berbagai kegunaan yang mempengaruhi semua dimensi kehidupan, termasuk komunikasi sosial, hiburan dan pendidikan , gawai, di sisi lain, menampung beberapa aplikasi (game/ aplikasi media sosial, dll.) dan individu sering

merasakan/ mengharapkan beberapa manfaat seperti interaksi, bersosialisasi, hiburan, mendapatkan/berbagi informasi (Yıldız Durak, 2018). Penggunaan media sosial melalui *smartphone* dapat menyebabkan kebutuhan untuk online terus menerus, sementara kurangnya lingkungan digital memiliki kemungkinan menyebabkan kecemasan. Turkle (2012) telah menyatakan bahwa komunikasi online yang berlebihan ini telah menimbulkan nomophobia yang berarti ketakutan akan kurangnya komunikasi, tidak mampu mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk komunikasi tatap muka dan efek psikologis yang negatif).

Ketergantungan yang besar pada gawai ini bagaimanapun, meningkatkan peluang bagi anak-anak untuk terkena berbagai risiko. Penelitian tentang peran orang tua menunjukkan bahwa orang tua dapat mengurangi risiko yang mungkin dialami anak-anak dalam menggunakan media dan bahwa sejauh mana orang tua terlibat dalam mediasi orang tua bervariasi menurut karakteristik demografi orang tua-anak dan persepsi orang tua tentang pengaruh media pada anak-anak. Penelitian tentang peran orang tua menunjukkan bahwa intervensi orang tua dapat mempengaruhi sejauh mana anak-anak menggunakan media. Namun, literatur juga menunjukkan bahwa tidak semua orang tua terlibat dalam tingkat dan jenis mediasi orang tua yang sama dalam penggunaan media anak-anak (Nikken & Schols, 2015). Dengan demikian, dalam konteks berbagai tantangan yang ditimbulkan oleh gawai, dianggap bahwa beberapa orang tua lebih aktif terlibat dalam mediasi orang tua daripada yang lain. Mengingat bahwa orang tua cenderung melihat mediasi penggunaan gawai oleh anak-anak sebagai tugas yang menantang, peran orang tua diharapkan memainkan peran penting dalam keterlibatan mereka dalam peran orang tua (Bandura et al., n.d.).

Menurut teori psikososial Erikson, kepribadian terbentuk ketika seseorang melewati tahap psikososial sepanjang hidupnya. Perkembangan manusia dibedakan berdasarkan kualitas ego dalam delapan tahap perkembangan. Empat tahap pertama terjadi pada masa bayi dan kanak-kanak, tahap kelima pada masa adolesen (remaja), dan tiga tahap terakhir pada masa dewasa dan usia tua. Dari delapan tahap tersebut, erikson lebih memberi penekanan pada masa remaja, karena masa tersebut merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Pada masa ini sangat berarti bagi kepribadian dewasa (Maree, 2021). Ciri-ciri masalah psikososial antara lain: cemas, khawatir berlebihan, takut, mudah tersinggung, sulit konsentrasi, bersifat ragu-ragu/merasa rendah diri, merasa kecewa, pemarah dan agresif, reaksi fisik seperti: jantung berdebar, otot tegang, sakit kepala (CMHN, 2005).

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif, yaitu: prosedur penelitian yang berupa kata-kata tertulis dan lisan dari orang-orang dan perilaku informan yang dapat diamati. Oleh karena itu data primer yang diperlukan berupa hasil wawancara dengan para informan. Sifat/Design penelitian yang digunakan adalah Fenomenologi. Penelitian Fenomenologi deskriptif adalah penelitian yang mengamati sesuatu (objek penelitian) dan kemudian menjelaskan gejala-gejala, fakta-fakta, atau kejadian-kejadian secara sistematis dan akurat yang sesuai dengan kondisi soal tertentu (Morrisan, M.A :2017). Fenomenologi berfokus pada bagaimana orang mengalami fenomena tertentu, artinya orang mengalami sesuatu bukan karena pengalaman tetapi karena fenomena yang terjadi di kehidupannya. Peneliti ingin menggambarkan secara jelas tentang objek penelitian melalui fenomena yang dialami para informan terkait. Penelitian ini dilakukan di Kp. Lengkong Barang, Desa Iwul, Kecamatan Parung, Kabupaten Bogor serta dilakukan pada bulan Juni – Juli 2022.

Subjek penelitian/partisipan adalah Orang Tua dan Anak usia dini usia 5-6 tahun yang bersekolah di PAUD AL IJTIHAD yang beralamat di Kp. Lengkong Barang, RT 03 RW 02 Desa Iwul, Kecamatan Parung, Kabupaten Bogor. Sumber data dalam penelitian adalah

subjek/partisipan dari data yang diperoleh. "Sumber data utama dalam penelitian kualitatif ialah kata-kata, dan tindakan selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan lain-lain" (Moleong, 2014). Sumber data primer dalam penelitian ini yaitu orang tua sejumlah 5 (lima) orang dan Anak usia dini (usia 5-6 tahun) sebanyak 5 (Lima) anak di Kp. Lengkong Barang, RT 03 RW 02 Desa Iwul, Kecamatan Parung, Kabupaten Bogor. Adapun participant tersebut difokuskan adalah orang tua murid dan murid PAUD AL IJTIHAD dimana Peneliti mengajar. Dalam penelitian ini yang menjadi data sekunder adalah saudara, tetangga yang berjumlah 5 orang dan refensi buku-buku tentang perkembangan sosial anak usia dini (usia 5-6 tahun).

Untuk memperoleh data yang alami dan obyektif dilokasi penelitian, hendaklah seorang penulis menggunakan bermacam-macam metode pengumpulan data untuk mencapai tujuan penelitian tersebut. Untuk mengumpulkan data yang diperlukan maka penulis menggunakan metode wawancara, observasi dan dokumentasi. Jenis wawancara yang digunakan peneliti adalah wawancara mendalam, yaitu proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dan cara tanya jawab sambil bertatap muka antar pewawancara dengan informan dengan menggunakan pedoman wawancara, di mana pewawancara dan informan terlibat dalam kehidupan sosial yang relatif lama. Metode observasi adalah kegiatan pengumpulan data melalui pengamatan atas gejala, fenomena, dan fakta empiris yang terkait dengan masalah dalam penelitian (*Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi & Karya Ilmiah - Dr. Juliansyah Noor, S.E., M.M. - Google Buku*, n.d.). Metode ini digunakan untuk memperoleh data yang berkaitan dengan peran orang tua dalam mengatasi penggunaan gawai pada Anak Usia Dini berdampak pada psikososial. Dokumentasi adalah kumpulan fakta dan data yang tersimpan dalam bentuk tes atau artefak. Sebagian besar data yang tersedia yaitu berbentuk surat, catatan harian, cendera mata, laporan, artefak, dan foto.

Prosedur yang peneliti lakukan yaitu terdiri dari tahap orientasi, tahap reduksi dan tahap seleksi. Analisis data dalam penelitian kualitatif Model Miles and Huberman ini dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai pengumpulan data dalam periode tertentu. Aktivitas dalam analisis data yaitu menggunakan data *reduction*, data *display*, dan *conclusion drawing/verification*. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif, yaitu menggunakan kata-kata, hal ini bisa dipengaruhi oleh kredibilitas informannya, waktu pengungkapan, kondisi yang dialami. Maka peneliti perlu melakukan triangulasi yaitu pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara dan waktu. Sehingga ada triangulasi dari sumber dan triangulasi waktu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, maka deskripsi data penelitian ini dikelompokkan menjadi tiga, yaitu: (1) Bagaimana Penggunaan Gawai Pada Anak Usia Dini (2) Dampak Penggunaan Gawai Ditinjau Dari Aspek Psikososial (3) Bagaimana Peran Orang Tua Dalam Menghadapi Penggunaan Gawai Pada Anak Usia Dini.

Bagaimana Penggunaan Gawai pada Anak Usia Dini

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti ditemukan bahwa kondisi murid dan wali murid PAUD Kecamatan Parung Kabupaten Bogor dapat dikategorikan sebagai Rumah Tangga yang modern yang sangat dipengaruhi oleh perkembangan canggihnya teknologi, baik berupa gawai, televisi atau informasi lainnya. Maka tidak heran bahwa banyak Orang tua dan anak yang sudah menggunakan gawai, apalagi anak yang bersekolah di PAUD Kecamatan Parung Kabupaten Bogor yang saat ini juga sudah menjadi konsumen aktif gawai. Pada saat wawancara dengan ibu NA, wali murid dari PAUD Kecamatan Parung Kabupaten Bogor menjelaskan bahwa perkembangan teknologi dalam hal ini teknologi komunikasi *gawai*

memiliki dampak yang besar bagi tumbuh kembang anak, terlebih anak pada zaman sekarang tidak dapat dilepaskan dari penggunaan *gawai*. Ibu NA menegaskan sebagai berikut:

Ya pasti ada manfaatnya, sekarang apa apa kan kalo kita g tau ya kita hihiihihi nyari di HP (gawai). (NA#1, Wawancara home visit, 5 Juli 2022)

Orang tua belakangan ini banyak yang beranggapan *gawai* mampu menjadi teman bermain yang aman dan mudah dalam pengawasan. Sehingga peran orang tua sekarang sudah tergantikan oleh *gawai* yang seharusnya menjadi teman bermain. Berdasarkan teknik pengumpulan data melalui wawancara dan observasi, hasil penelitian yang diperoleh dari wawancara adalah, 90% anak usia dini memanfaatkan *gawai* untuk bermain game dan youtube.

Ya...ya kalo mereka pribadi pasti ngegame lah... tapi kalo kita arahin, sekarang tinggal ini ya...buat belajar...ya mau sih... (NA#1, Wawancara home visit, 5 Juli 2022)

Ya itu bund. Permainan anak anak bund, game, tarian, kalo tidur sholawatan bund...kalo tidur tuh.... Denger ngaji, Yassin, dia mau tuh gitu, kalau mau tidur... (ES#3, Wawancara home visit, 6 Juli 2022)

Belajarnya mah paling 30% lebih banyak gamenya... (AS#4, wawancara home visit, 12 Juli 2022)

Disinggung lain dari hasil observasi tidak sedikit juga anak yang memanfaatkan *gawai* untuk menjadi media menambah wawasan, mengumpulkan informasi, dan menunjang untuk aktivitas atau kegiatan belajar.

Aku suka melihat youtube dan permainan sakura di HP mamah. (NDA dan NDI, Wawancara home visit, 5 Juli 2022)

Aku sukanya buka youtube sama permainan di HP... (NZ, Wawancara home visit, 5 Juli 2022)

Gawai memiliki dampak positif bagi anak jika digunakan mencari informasi tambahan sebagai sarana penunjang belajar, serta tidak menggunakan *gawai* terlalu lama, agar tidak mengalami kecanduan. Ketika peneliti melakukan observasi didapatkan bahwa ketika FT sedang dirumah, tampak bahwa ia sedang memegang *gawai*. Ia terlihat sangat asyik bermain dengan *gawai* miliknya (CL.4, B.4). Tangannya terlihat aktif mengetuk dan memencet tombol di layar *gawai*, menandakan ia sedang bermain game online ketika sedang istirahat.

Saat ini rata-rata anak sekolah menggunakan perangkatnya lebih dari 1 jam per hari, bahkan anak jadi sering lupa waktu ketika sudah menggunakan *gawai*. Penggunaannya pun rata-rata hanya untuk sebagai hiburan yaitu bermain *game*, *youtube*. Itu berarti rata-rata narasumber menggunakan *gawai* dengan intensitas yang cukup tinggi. Hal ini juga sejalan dengan hasil wawancara yang menyebutkan bahwa peserta didik menggunakan *gawai* dalam waktu satu hari yaitu selama 30 menit sampai lebih dari 1 jam. Untuk itu perlu adanya kedisiplinan dan batasan yang dilakukan orang tua pada saat anak usia dini menggunakan *gawai*, karena pemakaian *gawai* yang berkelanjutan dan tidak memiliki batas waktu dapat menimbulkan dampak buruk kecanduan *gawai* sejak dini.

Dampak Penggunaan Gawai ditinjau dari Aspek Psikososial

Perkembangan sosial pada anak usia prasekolah akan mudah diamati dengan anak yang baru belajar berinteraksi dengan orang lain dan lingkungan. Perkembangan personal sosial pada anak yang baik akan membantu anak berhubungan sosial yang baik dengan masyarakat dan mandiri. Personal sosial yang kurang baik pada anak prasekolah akan membuat anak menjadi lebih tempramental, mudah marah, berantem, menantang, berebut dan mudah menangis. Kebutuhan personal sosial akan dipengaruhi secara langsung oleh pola asuh dari orang tua dan keluarga. Peningkatan perkembangan personal sosial dilakukan dengan meningkatkan faktor stimulasi pada anak seperti membiarkan anak untuk berinteraksi sosial dengan orang lain dan lingkungan. Berikut hasil wawancara dan observasi yang peneliti lakukan:

Pernah bund...dia ga mau bermain dengan temannya, ga mau bermain banyak temannya...tidak mau dia...tidak mau sama bocah, main sendirian... saya sampe bingung...

suka meledak meledak emosinya...melebih seusianya bund...bingung saya...

Ya apa sih...jejeritan, tangannya suka galak, suka mukul, (ES#3, Wawancara home visit, 6 Juli 2022)

Ya agak cuek saja kalo dipanggil, egois, susah diajak komunikasi (AS#4, wawancara home visit, 12 Juli 2022)

Selain dampak positif, ada pula dampak negatif dari gawai yaitu anak menjadi malas melakukan aktivitas fisik, anak menjadi mudah marah, saat diberi tahu anak membangkang, anak meniru tingkah laku yang ada pada game, sering berbicara sendiri ada gawai, dan membuat mata anak menjadi sakit jika terlalu lama memainkan gawai. Jika terlalu berlebihan, penggunaan gawai berefek pada kemampuan berinteraksi dengan lingkungan sosial anak. Hal ini tentunya, akan memunculkan permasalahan komunikasi yang tidak baik pada anak usia dini. Terutama disebabkan oleh jarangnya anak berinteraksi dengan lingkungan mereka. Lebih menakutkan lagi anak-anak tidak berminat lagi berinteraksi sosial. Bahkan malas melakukan kontak mata dengan lawan bicara mereka.

Pada saat peneliti melakukan observasi juga terlihat bahwa FT tidak tampak bermain dengan temannya dan lebih suka menyendiri (CL.4, B.4). Keadaan FT mencerminkan keadaan tidak bersosialisasi dengan baik dengan teman dan lingkungan sekitar.

Peran Orang Tua dalam Menghadapi Penggunaan Gawai pada Anak Usia

Pendampingan orang tua pada anak usia dini sangat diperlukan. Hal ini diperlukan untuk mengurangi efek negatif pada penggunaannya.

Pengawasan dan Pendampingan Orang Tua

Orang tua memiliki peranan penting dalam memajukan dan menjaga generasi penerus bangsa. Oleh sebab itu orang tua harus lebih aktif dalam mengupayakan pengawasan terhadap sang anak.

Iya, selalu mengawasi dan mendampingi anak-anak ketika mereka sedang bermain gawai, soalnya mereka masih kecil, takut kalau salah dalam menggunakan gawai. (NA#1, Wawancara home visit, 5 Juli 2022)

iya...kadang-kadang didampingi kalau pas sempet gitu, kadang-kadang ya ngga, nggak terlalu didampingin sih, soalnya kan ada mamahnya... (N#2, Wawancara home visit, 5 Juli 2022)

Ketika peneliti melakukan observasi didapatkan masih banyak orang tua yang tidak mengawasi dan mendampingi anaknya dalam menggunakan gawai, sebagai contohnya adalah FT pada saat peneliti melakukan home visit orang tua sedang asyik dengan kegiatannya sendiri tanpa mengawasi anaknya yang sedang bermain game menggunakan gawai. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang peneiliti lakukan terdapat sebagian menjawab mengawasi dan mendampingi anak dalam penggunaan gawai. Meskipun ada juga orang tua yang menjawab tidak mengawasi dan kadang-kadang mengawasi dan mendampingi.

Diskusi Dampak dan Manfaat Gawai dengan Anak

Satu diantara peran orang tua dalam mencegah kecanduan gawai pada anak adalah dengan diskusi, dimana anak diajak berkomunikasi dan berdiskusi mengenai bahaya gawai, manfaat gawai, aturan gawai dan sebagainya. Berikut ini adalah hasil dari wawancara peneliti.

Iya setiap hari pasti di ingetin di diskusiin dengan anak anak terkait penggunaan gawai, dampak gawai, aturannya (Nur#1, Wawancara home visit, 5 Juli 2022)

Suka diskusi juga sih, tapi tidak terlalu setiap hari...hehehehe
(Nina#2, Wawancara home visit, 5 Juli 2022)

Penetapan Batas Waktu Penggunaan Gawai

Agar anak-anak tidak “kebablasan” dalam penggunaan gawai, orang tua memiliki peranan khusus. Hal ini tentunya diperlukan untuk mengontrol anak dalam bermain gawai.

Yakan kita kalau ngasih hp tuh pake waktu, kita waktuin pake alarm, kan pengatur waktu tuh jadi kalau misalkan 20 menit nih, kalau 20 menit kan udah bunyi eh dia sadar udah 20 menit nih dikasih. Nanti kalau main lagi dikasih lagi. 1 Hari 3 kali main HP, ya kalau waktunya si sebenarnya 20 menit tpi lebih dari tiga kali sebenarnya si. (Nur#1, Wawancara home visit, 5 Juli 2022)

ya paling kalo dari jam 7 sampe jam 8 udah... (Nina#2, Wawancara home visit, 5 Juli 2022)

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang peneliti temukan bahwasannya aturan dan batasan pengguna gawai pada anak berbeda dari orang tua satu dengan orang tua lainnya. Ada yang membatasi 30 menit sekali penggunaan bahkan kadang ditolerir tambah waktu. Ada juga orang tua yang memperbolehkan anak lebih dari 1 jam.

Pengalihan

Orang tua harus membuat aktivitas wajib menyenangkan bagi anak pada waktu-waktu anak bermain *gawai*. Dengan membuat pengalihan waktu luang dengan kegiatan yang bermanfaat dan menyenangkan. Dengan cara ini, waktu anak-anak bermain *gawai* akan terkurangi dan perlahan jika cara pengalihan bisa menghadirkan kegiatan yang lebih menyenangkan, maka anak pun akan meninggalkan *gawai*. Hasil observasi yang peneliti dapatkan adalah, hampir semua partisipan menjawab bermain dengan teman adalah solusi pengalihan yang baik.

Alhamdulillah, kalau ada temennya main ya pasti bergabung sama temen – temennya, bermain sepeda, pasir (Nur#1, Wawancara home visit, 5 Juli 2022)

kalo disamper temennya langsung lari anaknya, main dilapangan, (Ade#4, wawancara home visit, 12 Juli 2022)

Ketika peneliti melakukan observasi, memang AD sedang bermain dengan teman-temannya yang berjumlah 7 orang, mereka sedang bermain slem air yang berwarna warni. Mereka sangat asyik dan bergembira.

PEMBAHASAN

Bagaimana Penggunaan Gawai pada Anak Usia Dini

Teknologi menawarkan kemudahan dan variasi dalam proses anak mempelajari banyak hal. Teknologi yang memungkinkan untuk menghadirkan stimulus suara dan visual di saat yang bersamaan membuat anak mampu untuk mempelajari banyak hal dalam satu waktu. Terutama sejak munculnya gawai yang multifungsi dengan harga yang semakin terjangkau telah mengakibatkan semakin banyak orang yang mampu memiliki. Bahkan dalam keluarga tertentu, gawai bisa jadi telah dimiliki oleh anak sekolah mulai dari Taman Kanak-Kanak (TK), Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), maupun Sekolah Menengah Atas (SMA). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang sudah dilakukan bahwasannya hampir seluruh anak yang kami wawancara dan observasi mereka mampu mengoperasikan gawai dan menggunakan gawai secara aktif setiap harinya.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat dilihat bahwa jawaban dari 5 interviewer semuanya menjawab lebih banyak waktu yang digunakan untuk bermain game. Hal ini dikuatkan juga dengan hasil observasi peneliti yang menemukan bahwasannya anak-anak lebih lama bermain game dan youtube daripada belajar. Hal ini seperti dialami oleh FT yang sering menghabiskan waktu berjam-jam hanya untuk memegang gawai. Dengan kata lain, anak-anak akan berada di depan layar gawai tidak kurang dari 2 jam perhari. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hampir seluruh waktu dalam sehari dihabiskan anak-anak untuk bermain di gawai. Apabila demikian maka waktu yang digunakan untuk belajar menjadi kecil bahkan tidak ada waktu untuk belajar.

Dampak Penggunaan Gawai ditinjau dari Aspek Psikososial

Gawai bukan hanya dapat difungsikan sebagai alat untuk komunikasi saja namun memiliki fungsi yang lebih besar daripada itu. Banyak aplikasi- aplikasi yang bagus yang dapat didownload di gawai untuk mendukung komunikasi antara orang tua dan anaknya. Peneliti menemukan bahwa penggunaan gawai pada anak memiliki dampak kepada anak yaitu dapat meningkatkan kemampuan kognisi pada anak (Machmud, 2018). Data yang ditemukan di lapangan menunjukkan bahwa kemampuan anak berkembang secara pesat dengan adanya permainan seperti menghitung, menggambar dan fitur lainnya yang mendukung kemampuan kognitif sang anak.

Dampak positif yang disebutkan di atas akan dibandingkan dengan adanya dampak negatif yang ditimbulkan dari penggunaan gawai pada anak. Dampak negatif yang sangat terasa dirasakan oleh orang tua ketika melihat anak mereka bermain dan memegang gawai adalah sang anak menjadi kecanduan oleh gawai. Gawai dengan demikian menjadi semacam zat adiktif yang dapat membuat orang yang menggunakan menjadi pecandu dan ketagihan untuk selalu memegang, membuka, dan melihat gawai yang mereka miliki (Panova & Carbonell, 2018). Anak usia dini yang sering bermain gawai cenderung menghindari permainan dengan teman-teman mereka di luar rumah dan lebih nyaman ketika mereka bermain sendiri dengan gawai miliknya. Ketika anak akan menghabiskan waktu mereka seharian di dalam rumah dengan menonton Youtube atau bermain game online, maka akan menjadikan mereka malas beraktivitas di luar rumah. Bahkan orang tua sering menyuruh dan memaksa anak mereka untuk bermain di luar rumah.

Masalah kurangnya sosialisasi anak usia dini dengan temannya juga termasuk ke dalam permasalahan dari dampak negatif penggunaan gawai pada anak usia dini di PAUD

Kecamatan Parung Kabupaten Bogor seperti yang peneliti temukan. Anak yang menggunakan gawai selama berjam-jam, tidak menghiraukan kehidupan sosialnya. Mereka tidak akan peduli dengan kondisi sekitarnya seperti kondisi orang tuanya, teman-temannya, atau kondisi lingkungannya (Sohn et al., 2019). Hasil penelitian yang didapatkan peneliti adalah pada kasus FT yang malas apabila bertemu dengan temannya dan lebih memilih bermain game online atau memanggang gawai. Hurlock berpendapat kedaan yang dialami FT dan IB menunjukan bahwa ia mengalami perilaku tidak bersosialisasi. Keadaan ini apabila dibiarkan akan menyebabkan perkembangan anak di masa yang akan datang terhambat dan menyebabkan masalah yang lebih besar lagi yang bersifat negatif dari kurangnya sifat sosialisasi anak dengan teman dan lingkungannya.

Hal yang sama juga ditemukan pada AD, berdasarkan hasil observasi dan wawancara ditemukan bahwasannya AD sulit berkonsentrasi, berbuat kenakalan yang tidak wajar, Suasana hati berubah drastis seperti tiba- tiba mengamuk, Menarik diri dari lingkungan sosial dan hilangnya minat pada teman dan kegiatan yang biasanya mereka nikmati.

Peran Orang Tua dalam Menghadapi Penggunaan Hawai pada Anak Usia Dini Pengawasan/Pendampingan Orang Tua kepada Anak

Kurangnya waktu dari orang tua dalam hal menemani anak untuk bermain disebabkan oleh jenis pekerjaan yang menyita waktu orang tua sehingga tidak sepenuhnya anak didampingi oleh orang tua. Bentuk keterlibatan setiap orang tua berbeda-beda dalam mendampingi anak orang tua melakukan pengawasan dengan cara mendengarkan konten yang dintonton oleh anak atau game yang dimainkan oleh anak, mendampingi anak dengan bermain game bersama, mengarahkan dan mengajarkan anak sehingga dapat menstimulus kemampuan literasi anak.

Penetapan Batas Waktu Penggunaan Gawai

Orang tua berperan dalam membatasi waktu penggunaan gawai. pemakaian gawai yang baik pada anak usia 5-6 tahun adalah 1 jam per hari karena jika menggunakan gawai secara berlebihan bisa menyebabkan anak-anak kehilangan waktu dan semangat untuk belajar ataupun bermain bersama teman-temannya (*Batasan Waktu Anak Main Gadget Menurut WHO*, n.d.). Berdasarkan hasil wawancara juga terdapat orang tua yang kurang berperan dalam memantau penggunaan gawai pada anak hal ini dikarenakan kesibukan dalam bekerja, sehingga tidak telaksana ketetapan akan pembatasan waktu dalam menggunakan gawai. Orang tua sudah mempercayakan sepenuhnya pada anak. Hal tersebut dapat menyebabkan anak terkena dampak negatif gawai. Meskipun sibuk dengan pekerjaan alangkah baiknya jika orang tua tetap berusaha memberikan batasan waktu agar anak bisa disiplin dalam memanfaatkan gawai. Anak juga tahu kapan waktu bermain, belajar ataupun membantu orang tua (Kurniati et al., 2021). Anak-anak dan remaja yang menggunakan teknologi melebihi batas waktu yang dianjurkan memiliki risiko kesehatan serius (*Rowan, C. (2010) The Impact of Technology on Child Sensory and Motor Development. - References - Scientific Research Publishing*, n.d.).

Diskusi Dampak dan Manfaat Gawai

Komunikasi orang tua dan anak memberikan hal positif dalam interaksi, diantaranya dapat mengutarakan pendapat, terlatih memberikan keputusan serta penggunaan bahasa yang tepat. Hasil penelitian yang ditemukan peneliti sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan peneliti lain. Hasil dari penelitian tersebut menjelaskan mengenai peran orang tua dalam kaitannya dengan penggunaan gawai anak menghasilkan model Active mediation, diwujudkan dengan percakapan yang dilakukan orang tua dengan anak dalam kaitannya dengan internet. Percakapan ini merupakan inisiatif orang tua guna mendorong anak-anaknya sehingga lebih kritis di dalam menggunakan internet (Nugroho Adi: 2017).

Pengalihan

Anak-anak bergantung pada gawai, mereka menganggap gawai adalah segalanya bagi mereka. Mereka akan kesal dan gugup jika lepas dari gawai tersebut. Sebagian besar waktu mereka dihabiskan untuk bermain gawai. Maka dirasa perlu dan penting untuk mengalihkan fokus anak pada gawai diganti dengan kegiatan-kegiatan yang positif seperti bersosialisasi dengan teman, bersepeda, memasak bersama dll. Hal ini senada dengan hasil penelitian dimana orang tua lebih suka ketika anak-anaknya bermain diluar rumah dengan teman-temannya. Ketika teman-teman menghampiri untuk mengajak bermain dengan sigap anak akan segera keluar dan meninggalkan gawainya, meskipun ada ditemukan beberapa anak yang lebih suka dengan gawainya dibandingkan dengan bermain diluar bersama temannya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah peneliti jelaskan, dapat ditarik kesimpulan bahwa Penggunaan Gawai pada Anak usia dini di PAUD AL IJTIHAD intensitasnya tergolong cukup tinggi yaitu diatas satu jam penggunaan, aplikasi yang dibuka anak selama menggunakan gawai adalah Youtube dan Game. Selain itu Penelitian ini juga menghasilkan temuan bahwasannya beberapa anak mengalami gangguan psikososial. Seperti Sedih, menangis, marah, suasana hati berubah drastis seperti tiba-tiba mengamuk, menarik diri dari lingkungan sosial dan hilangnya minat pada teman dan kegiatan yang biasanya mereka nikmati. Peran orang tua dalam menghadapi penggunaan gawai pada anak usia dini yang ditemukan di PAUD AL-IJTIHAD terdapat 4 (empat) upaya preventif, yaitu: (1) pengawasan dan pendampingan anak, (2) Diskusi dampak dan manfaat gawai dengan anak, (3) penetapan batas waktu penggunaan gawai, dan (4) pengalihan. Adapun upaya kreatif yang dapat dilakukan orang tua adalah: (1) Memberikan teladan yang baik, dan apabila memang anak terdeteksi kecanduan gadget maka, (2) Meminta bantuan tenaga professional.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A., Schunk Bandura, D. H., & Schunk, A. (n.d.). Cultivating Competence, Self-Efficacy, and Intrinsic Interest Through Proximal Self-Motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 586–598. Retrieved August 31, 2025, from <http://www.apa.org/>
- Batasan Waktu Anak Main Gadget Menurut WHO. (n.d.). Retrieved August 31, 2025, from <https://id.theasianparent.com/batasan-waktu-anak-main-gadget>
- Bianchi, A., & Phillips, J. G. (2005). Psychological predictors of problem mobile phone use. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 39–51. <https://doi.org/10.1089/CPB.2005.8.39>
- Family Online Safety Institute-written evidence (CHI0033). (n.d.). Retrieved August 31, 2025, from <https://www.fosi.org>
- Kurniati, E., Kusumanita, D., Alfaeni, N., & Andriani, F. (2021). Analisis Peran Orang Tua dalam Mendampingi Anak di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 241–256. <https://doi.org/10.31004/OBSESI.V5I1.541>
- Kuss, D. J., & Griffiths, M. D. (2012). Internet Gaming Addiction: A Systematic Review of Empirical Research. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 10(2), 278–296. <https://doi.org/10.1007/S11469-011-9318-5>
- Livingstone, S., & Gözig, A. (2012). ‘Sexting’: the exchange of sexual messages online among European youth. *Children, Risk and Safety on the Internet*, 151–164. <https://doi.org/10.1332/POLICYPRESS/9781847428837.003.0012>
- Machmud, K. (2018). The Smartphone Use in Indonesian Schools: The High School Students’ Perspectives. *Journal of Arts and Humanities*, 7(3), 33. <https://doi.org/10.18533/JOURNAL.V7I3.1354>

- Maree, J. G. (2021). The psychosocial development theory of Erik Erikson: critical overview. *Early Child Development and Care*, 191(7–8), 1107–1121. <https://doi.org/10.1080/03004430.2020.1845163>
- Mascheroni, G., & Ólafsson, K. (2014). Net Children Go Mobile: Risks and opportunities. *Educatt*, May, 1–123. [http://eprints.lse.ac.uk/56986/1/_lse.ac.uk_storage_LIBRARY_Secondary_libfile_shared_repository_Content_Net Children Go Mobile Project_Reports_Net children go mobile risks and opportunities \(2nd ed.\).pdf](http://eprints.lse.ac.uk/56986/1/_lse.ac.uk_storage_LIBRARY_Secondary_libfile_shared_repository_Content_Net Children Go Mobile Project_Reports_Net children go mobile risks and opportunities (2nd ed.).pdf)
- Metode Penelitian Survei - Morrisan, M.A., dkk. - Google Buku.* (n.d.). Retrieved August 31, 2025, from <https://books.google.co.id/books?id=LhZNDwAAQBAJ&printsec=copyright&hl=id#v=onepage&q&f=false>
- Metodologi Penelitian: Skripsi, Tesis, Disertasi & Karya Ilmiah - Dr. Juliansyah Noor, S.E., M.M. - Google Buku.* (n.d.). Retrieved August 31, 2025, from https://books.google.co.id/books?id=yai6AQAAQAAJ&printsec=copyright&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Moleong, L. J.; S. T. (2014). *Metodologi penelitian kualitatif.* //lib.unj.ac.id%2Fslims2%2Findex.php%3Fp%3Dshow_detail%26id%3D1832
- Nikken, P., & Schols, M. (2015). How and Why Parents Guide the Media Use of Young Children. *Journal of Child and Family Studies.* <https://doi.org/10.1007/s10826-015-0144-4>
- Nugroho Adi, T. (n.d.). *Pola Pengawasan Orang Tua Terhadap Aktivitas Anak di Dunia Maya : Studi Kasus Pada Keluarga dengan Anak Remaja Usia 12-19 Tahun di Purwokerto.*
- Panova, T., & Carbonell, X. (2018). Is smartphone addiction really an addiction? *Journal of Behavioral Addictions*, 7(2), 252–259. <https://doi.org/10.1556/2006.7.2018.49>
- Planet of the phones | Feb 28th 2015 | The Economist.* (n.d.). Retrieved August 31, 2025, from <https://www.economist.com/weeklyedition/2015-02-28>
- Roberts, J. A., Yaya, L. H. P., & Manolis, C. (2014). The invisible addiction: Cell-phone activities and addiction among male and female college students. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(4), 254–265. <https://doi.org/10.1556/JBA.3.2014.015>
- Rowan, C. (2010) *The Impact of Technology on Child Sensory and Motor Development. - References - Scientific Research Publishing.* (n.d.). Retrieved August 31, 2025, from <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2444234>
- Sohn, S., Rees, P., Wildridge, B., Kalk, N. J., & Carter, B. (2019). Prevalence of problematic smartphone usage and associated mental health outcomes amongst children and young people: a systematic review, meta-analysis and GRADE of the evidence. *BMC Psychiatry*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/S12888-019-2350-X>,
- Turkle, S. (2012) *Alone Together Why We Expect More from Technology and Less from Each Other.* Basic Books, New York. - References - Scientific Research Publishing. (n.d.). Retrieved August 31, 2025, from <https://www.scirp.org/reference/referencespapers?referenceid=2637782>
- Ward, A. F., Duke, K., Gneezy, A., & Bos, M. W. (2017). Brain drain: The mere presence of one's own smartphone reduces available cognitive capacity. *Journal of the Association for Consumer Research*, 2(2), 140–154. <https://doi.org/10.1086/691462>
- Yıldız Durak, H. (2018). What Would You Do Without Your Smartphone? Adolescents' Social Media Usage, Locus of Control, and Loneliness as a Predictor of Nomophobia. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5(3). <https://doi.org/10.15805/ADDICTA.2018.5.2.0025>