

## **Hubungan Durasi Bermain Gawai dengan Psikososial Anak SD Regina Pacis Tanjungpandan Selama Pandemi COVID-19**

**Silvie Anastasya Ginting<sup>1</sup>, Fransiska Farah<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta  
Email: [silvie.405190012@stu.untar.ac.id](mailto:silvie.405190012@stu.untar.ac.id)

<sup>2</sup>Bagian Ilmu Kesehatan Anak, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta  
Email: [fransiska.farah.dr@gmail.com](mailto:fransiska.farah.dr@gmail.com)

Korespondensi: Fransiska Farah, dr., M.Kes., Sp.A, Ilmu Kesehatan Anak FK UNTAR, 08128376323

### **ABSTRAK**

Selama masa pandemi *COVID-19*, dengan diberlakukannya pembatasan, seluruh kegiatan baik pekerjaan maupun pendidikan dilalihkan secara jarak jauh melalui media daring, gawai menjadi salah satu perangkat paling digunakan selama masa ini, terutama ponsel cerdas, hal ini meningkatkan paparan *screen time* pada setiap orang, salah satunya pada anak-anak usia sekolah dengan batasan *screen time* <2 jam menjadi harus menghadap layar lebih dari >2 jam dalam sehari. Penelitian ini bertujuan untuk menilai Hubungan Durasi Bermain Gawai dengan Kemampuan Psikososial Anak Usia 6-9 Tahun di SD Regina Pacis Tanjungpandan Selama Era Pandemi COVID-19. Penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik dengan metode penelitian potong lintang. Responden dalam penelitian ini adalah 100 (n=100) anak, dengan perhitungan sampel didapatkan minimal sampel yang dikumpulkan adalah 96 anak, data dikumpulkan secara daring melalui *google form*.

*Strengths and Difficulties Questionnaire* merupakan suatu alat ukur skala psikologi untuk anak usia 4-17 tahun yang digunakan dalam penelitian ini untuk menilai kemampuan psikososial anak. Dari hasil penelitian didapatkan anak dengan durasi bermain gawai yang tinggi memiliki risiko 1,607 (PR=1,607) lebih tinggi terhadap masalah kemampuan psikososial dibanding pada anak dengan durasi bermain gawai yang rendah dengan uji statistika menggunakan *Fisher's Exact Test* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan statistika yang signifikan hubungan durasi bermain gawai dengan kemampuan psikososial anak usia 6-9 tahun  $p=1$  ( $p > 0,05$ ). Dengan pemahaman mengenai penggunaan gawai yang merupakan salah satu faktor risiko gangguan kesehatan mental anak, diharapkan penelitian ini dapat menjadi edukasi dan tambahan wawasan bagi orang tua dan guru terhadap dampak penggunaan gawai terhadap kemampuan psikososial anak.

**Kata kunci:** Gawai, Psikososial Anak, *Screentime*

### **ABSTRACT**

*During the pandemic era of COVID-19, with the social isolation restriction, all activities were temporarily altered into online media. Gadgets became the most used devices during this era, especially smartphones, this increase the exposure of screen time, children who should not have more than 2 hours of screen time have to face the monitor for more than 2 hours per day. This is the descriptive analytic study that aims to assess the relationship between the use of gadgets and psychosocial ability on children aged 6-9 years in SD Regina Pacis Tanjungpandan during The Pandemic Era of COVID-19. There are 100 respondents involved in this study, with the minimum calculated number of subject in this study is 96, the data was collected online using google form. Strengths and Difficulties Questionnaire is a psychological measuring instrument for children aged 4-17 used to evaluate their psychosocial ability. Based on the study result, children with high screen time have 1,607 higher risk of psychosocial problems compared to children with lower screen time. Fisher's Exact Test shows no statistically significant relationship between the use of gadgets and psychosocial ability on children aged 6-9 years with p-value=1 ( $p > 0,05$ ). The understanding that using gadgets is one of the risk factors of children's mental health illness, hopefully this study*

*qualifies as an educational information for teachers and parents to be aware of the impact of gadget usage and children's psychosocial ability.*

**Keyword:** *Gadget, Children's Psychosocial, Screentime*

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

Gawai dalam Bahasa Indonesia secara definisi adalah perangkat kecil yang memiliki fungsi tertentu,<sup>1</sup> merupakan teknologi paling banyak digunakan oleh manusia di zaman ini.<sup>2</sup> Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), pengguna terbesar gawai sebanyak 47,7% dan internet 20,1% adalah anak usia prasekolah.<sup>3</sup> Peningkatan penggunaan gawai dan juga internet ini tidak lepas dari pengaruh pembatasan selama pandemi COVID-19, dimana anak-anak di seluruh dunia diharuskan untuk tinggal dirumah selama masa pandemi.<sup>4</sup> Pandemi COVID-19 berdampak pada seluruh lintas kehidupan, terutama pada pendidikan. Pelaksanaan sekolah sementara di alihkan menggunakan media daring agar dapat di akses dimanapun, pembelajaran daring memiliki banyak dampak positif maupun dampak negatif namun pembelajaran dengan media daring seperti melalui media elektronik obrolan kelompok, dampak negatifnya tampak lebih menonjol dibandingkan dampak positifnya, terlebih pada anak, contohnya: anak menjadi kurang bersosialisasi, pembelajaran bersifat lebih berpusat pada siswa, dan menyebabkan minat anak untuk belajar juga berkurang, hal ini juga meningkatkan *screen time* anak, dimana anak harus menatap layar lebih lama sebelum dan setelah pembelajaran selesai.<sup>5</sup>

*Screen time* menurut Kamus Bahasa Inggris Oxford dan WHO memiliki pengertian serupa yaitu, waktu yang dihabiskan untuk menggunakan perangkat seperti komputer, televisi, atau konsol game.<sup>6</sup> AAP merekomendasikan batasan waktu layar bagi anak usia 2 sampai 5 tahun untuk menggunakan media digital tidak lebih dari 1

jam per hari, sehingga anak memiliki waktu lebih untuk melakukan aktivitas lain yang penting untuk kesehatan dan perkembangan mereka. Menurut IDAI, berbagai ahli menganjurkan *screen time* tidak lebih dari 2 jam setiap hari untuk anak yang berusia lebih dari 2 tahun.<sup>7</sup> Menurut beberapa penelitian, paparan *screen time* pada anak dapat menyebabkan banyak masalah kesehatan dan berpengaruh pada perkembangan anak, salah satunya adalah perkembangan psikososial. Paparan *screen time* berlebih pada anak, dapat mengurangi waktu anak untuk bersama dan berinteraksi dengan temannya, hal ini menyebabkan anak menjadi malas dan menghambat kemampuan sosial dan interaksi mereka terhadap lingkungan dan sesama. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sujanti dan Hinkley, pada anak dengan penggunaan *screen time* lebih dari 60 menit, memiliki perkembangan psikososial yang kurang dibandingkan dengan anak lainnya, penggunaan *screen time* berlebih, dapat menyebabkan anak menjadi lebih agresif, dan juga lebih pasif dibandingkan dengan anak seusianya.<sup>8</sup>

### **RUMUSAN MASALAH**

Anak usia pra-sekolah merupakan pengguna terbesar gawai dengan persentase sebanyak 47% tingginya tingkat penggunaan gawai dan juga internet dipengaruhi oleh pandemi covid-19 menurut beberapa penelitian, paparan *screen time* secara berlebihan berdampak terhadap berbagai aspek perkembangan pada anak, salah satunya yaitu perkembangan psikososial, berdasarkan rumusan masalah tersebut, dalam penelitian ini ingin diketahui berapakah persentase anak dengan durasi bermain gawai yang tinggi pada anak sekolah dasar usia 6-9 tahun dan apakah terdapat hubungan antara durasi bermain gawai

dengan kemampuan psikososial pada anak sekolah dasar usia 6-9 tahun di SD Regina Pacis Tanjungpandan selama pandemi COVID-19.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik komparatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di SD Regina Pacis Tanjungpandan, Belitung pada bulan Desember tahun 2021 sampai dengan bulan Maret tahun 2022. Jumlah responden minimal dalam penelitian ini adalah sebanyak 96 anak yang didapatkan berdasarkan perhitungan rumus uji hipotesis terhadap 2 proporsi. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner kekuatan dan kesulitan (SDQ) dan kuesioner *screen time*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah durasi bermain gawai dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah perkembangan psikososial anak.

*Strength and Difficulties Questionnaire* adalah sebuah instrumen skrining untuk anak dan remaja usia 4 sampai dengan 17 tahun yang digunakan untuk menilai tingkat kemampuan psikososial anak pada penelitian ini<sup>9</sup>, kuesioner ini memberikan gambaran singkat dari perilaku mereka yang berfokus pada kekuatan (*strength*) dan kesulitan (*difficulties*) mereka yang terdiri dari 25 pertanyaan yang dikelompokkan menjadi 5 subskala, yaitu 4 subskala kesulitan (*difficulties*); gejala emosional, masalah *conduct*, hiperaktifitas, masalah hubungan dengan teman sebaya, dan 1 subskala kekuatan (*strength*) yaitu perilaku emosional. Masing-masing subskala terdiri dari 5 pertanyaan dengan 3 pilihan jawaban yaitu tidak benar, agak benar, dan benar. Skor dari masing-masing subskala, di jumlahkan dengan skor tertinggi adalah 10, dan skor terendah adalah 0, subskala kesulitan adalah skoring yang digunakan untuk menilai kemampuan psikososial anak, untuk usia 4-11 tahun, jika skor 0-13 = Normal, 14-15 = Ambang/Borderline, dan 15-40 = Abnormal.<sup>10</sup>

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada Tabel 1 sebaran karakteristik subjek berdasarkan usia dari 100 responden, sebagian besar responden (30,0%) berusia 8 tahun, 28,0% responden berusia 7 tahun, 23,0% responden berusia 9 tahun, dan 19,0% berusia 6 tahun.

Tabel 2 menunjukkan bahwa anak durasi bermain gawai tinggi memiliki risiko 1,107 lebih tinggi terhadap hasil abnormal pada penilaian masalah perilaku emosional, dan 31 lebih tinggi terhadap hasil *borderline* masalah perilaku emosional. Pada penelitian ini didapatkan hubungan statistika yang tidak signifikan antara Durasi bermain gawai dengan Masalah Perilaku Emosional dengan nilai *p-value* 0,951

Tabel 3 menunjukkan bahwa anak dengan durasi bermain gawai tinggi memiliki risiko 1,607 lebih tinggi terhadap gangguan kemampuan psikososial dibandingkan anak dengan durasi bermain gawai yang cukup. Pada penelitian ini data di uji menggunakan *Fisher's Exact Test* dan didapatkan hasil statistik yang tidak signifikan antara Durasi bermain gawai dengan Skor Kesulitan pada Responden dengan nilai *p-value* adalah 1

Dari total 100 responden yang mengisi kuesioner, diketahui bahwa kelompok usia terbanyak yaitu 8 tahun (30%) dan populasi paling kecil adalah anak berusia 6 tahun (19%). Pada penelitian ini didapatkan 68% anak menggunakan gawai dengan durasi lebih dari 1,5 jam dan 32% anak menggunakan gawai kurang dari 1,5 jam, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Gorontalo oleh Firmawati dkk didapatkan 74% dari responden dengan penggunaan gawai kategori tinggi, dan 26% dengan penggunaan rendah<sup>11</sup>.

Berdasarkan skoring skala kesulitan pada kuesioner SDQ di penelitian ini didapatkan anak dengan skor kesulitan normal lebih tinggi, dibandingkan anak dengan hasil penilaian skor kesulitan *borderline*, pada penelitian ini tidak ada anak yang mendapatkan hasil abnormal. Pada kelompok anak dengan durasi bermain gawai

tinggi didapatkan anak dengan hasil penilaian *borderline* (11,8%) lebih tinggi dibandingkan dengan anak dengan durasi bermain gawai yang cukup (9,4%). Hasil ini sesuai dengan penelitian yang di lakukan di Semarang oleh Dini pada tahun 2019, pada penelitiannya didapatkan anak yang menggunakan gawai >1 jam per hari, memiliki perkembangan psikososial yang berisiko, dari hasil penelitiannya juga menunjukkan pada anak yang menggunakan gawai <1 jam per hari memiliki perkembangan psikososial yang sehat.<sup>12</sup>

Pada penelitian ini, didapatkan 93% dari 100 anak usia Sekolah Dasar memiliki Perilaku Emosional yang normal, 3% *borderline*, dan 4% abnormal, hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ahmad

dkk, dimana pada kelompok anak dengan durasi bermain gawai yang lebih tinggi, terdapat anak dengan perilaku emosional yang abnormal lebih tinggi dibandingkan dengan anak dengan penggunaan gawai kategori rendah.<sup>13</sup> Berdasarkan hasil PR (Rasio Prevalensi) didapatkan bahwa anak dengan durasi bermain gawai tinggi memiliki risiko 1,107% lebih tinggi terhadap masalah perilaku emosional dibanding pada anak dengan durasi bermain gawai yang cukup, begitu pula dengan masalah perilaku *borderline*, pada anak dengan durasi bermain gawai tinggi berisiko 31 lebih tinggi dibandingkan pada anak dengan durasi bermain gawai yang cukup. Penelitian ini mendapatkan hubungan statistik tidak bermakna (p-value >0,05).

**Tabel 1 Karakteristik Demografi Subjek**

|                                   | <b>N:100</b> | <b>Mean±SD</b> | <b>Median (Min;Max)</b> |
|-----------------------------------|--------------|----------------|-------------------------|
| Usia Responden                    |              | 7,57±1,047     | 8,00 (6;9)              |
| 6 Tahun                           | 19(19,0%)    |                |                         |
| 7 Tahun                           | 28(28,0%)    |                |                         |
| 8 Tahun                           | 30(30,0%)    |                |                         |
| 9 Tahun                           | 23(23,0%)    |                |                         |
| <b>Masalah Perilaku Emosional</b> |              | 8,68±1,651     | 9,00 (3;10)             |
| <b>Skor Kesulitan</b>             |              | 7,13±4,978     | 7,00 (0;24)             |

**Tabel 2 Hubungan antara Durasi Bermain Gawai dengan Masalah Perilaku Emosional**

|                                   | <b>Durasi Bermain Gawai</b> |            | <b>PR</b>  | <b>p-value</b> |
|-----------------------------------|-----------------------------|------------|------------|----------------|
|                                   | Tinggi                      | Cukup      |            |                |
| <b>Masalah Perilaku Emosional</b> |                             |            |            | 0,951          |
| Abnormal                          | 3 (75,0%)                   | 1 (25,0%)  | 1,107      |                |
| Borderline                        | 2 (66,7%)                   | 1 (33,3%)  | 31         |                |
| Normal                            | 63(67,7%)                   | 30 (32,3%) | Pembanding |                |
| Total                             | 68                          | 32         |            |                |

**Tabel 3 Hubungan antara Durasi Bermain Gawai dengan Hasil Skor Kesulitan Responden**

|                             | <b>Abnormal</b> | <b>Borderline</b> | <b>Normal</b> | <b>PR</b> | <b>p-value</b> |
|-----------------------------|-----------------|-------------------|---------------|-----------|----------------|
| <b>Durasi Bermain Gawai</b> |                 |                   |               |           | 1              |
| (Tinggi) Lebih dari 1,5 Jam | 0 (0,0%)        | 8 (11,8%)         | 60(88,2%)     | 1,607     |                |
| (Cukup) Kurang dari 1,5 Jam | 0 (0,0%)        | 3 (9,7%)          | 29(90,3%)     |           |                |
| <b>Total</b>                | <b>0</b>        | <b>11</b>         | <b>89</b>     |           |                |

### KESIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar subjek penelitian ini berusia 8 tahun, dengan durasi bermain gawai tinggi sebanyak 68 anak. Sebagian besar subjek penelitian memiliki kemampuan psikososial baik. Kesimpulan dari penelitian ini adalah durasi bermain gawai meningkatkan risiko terhadap masalah kemampuan psikososial dibandingkan dengan anak dengan durasi bermain gawai yang cukup dengan nilai  $PR=1,607$ , dari hasil uji statistika dengan *Fisher's exact test* terdapat hubungan yang tidak signifikan antara durasi bermain gawai dengan kemampuan psikososial anak usia 6-9 tahun di SD Regina Pacis Tanjungpandan dengan nilai p adalah 1.

Saran dari penelitian ini adalah orangtua diharapkan dapat lebih memperhatikan perkembangan anak dan membatasi penggunaan gawai dengan lebih bijak dan selektif terkait penggunaannya pada anak, tingkatkan penggunaan gawai untuk keperluan edukasi.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Cambridge English Dictionary. *Gadget Meaning*. [Cited 2021 Nov 15]. Available From: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/gadget>
2. Wahyuni As, Siahaan Fb, Arfa M, Alona I, Nerdy N. *The Relationship Between The Duration Of Playing Gadget And Mental Emotional State Of Elementary School Students*. Open Access Maced J Med Sci [Internet]. 2019 Jan 15 [Cited 2021 Nov 18];7(1):148–51. Available From: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30740180/>
3. Badan Pusat Statistik [Internet]. [Cited 2021 Nov 18]. Available From: <https://bps.go.id/>
4. Singhal T. *A Review Of Coronavirus Disease-2019 (Covid-19)*. Indian Journal Of Pediatrics [Internet]. 2020 Apr 1 [Cited 2021 Nov 18];87(4):281. Available From: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30740180/>
5. Satrianingrum AP, Prasetyo I. Persepsi Guru Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Pelaksanaan Pembelajaran Daring Di Paud. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 2020 Aug 1;5(1):633.
6. Kaye LK, Orben A, Ellis Da\A, Hunter SS, Houghton S. *The Conceptual And Methodological Mayhem Of "Screen Time."* International Journal of Environmental Research and Public

- Health [Internet]. 2020 May 2 [Cited 2021 Nov 18];17(10). Available From: [/Pmc/Articles/Pmc7277381/](#)
7. IDAI. Keamanan Menggunakan Internet Bagi Anak [Internet]. [Cited 2021 Dec 9]. Available From: <https://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/keamanan-menggunakan-internet-bagi-anak>
  8. De Lucena JMS, Cheng LA, Cavalcante TLM, Da Silva VA, De Farias JC. *Prevalence Of Excessive Screen Time And Associated Factors In Adolescents*. Revista Paulista De Pediatria (English Edition). 2015 Dec 1;33(4):407–14.
  9. Goodman Robert. *Strengths And Difficulties Questionnaire* [Internet]. [Cited 2021 Dec 9]. Available From: <https://www.sdqinfo.org/A0.html>
  10. SDQ. *Scoring The Strengths & Difficulties Questionnaire For Age 4-17*. 2015.
  11. Uyuun Biahomo Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Ni. Penggunaan Gadget Terhadap Perkembangan Psikososial Anak Usiaprasekolah Di Tk Negeri Pembina Limboto Kabupaten Gorontalo.
  12. Thesis M. Nursing Study Program Faculty Of Nursing Science Sultan Agung Islamic University. 2019.
  13. Ramadhan Asif A, Agung Rahmadi F. Hubungan Tingkat Kecanduan Gadget Dengan Gangguan Emosi Dan Perilaku Remaja Usia 11-12 Tahun. Vol. 6, Farid Agung Rahmadi Jkd. 2017.