



HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN GAWAI DENGAN KECERDASAN EMOSIONAL ANAK USIA SEKOLAH

Endang Mei Yunalia, Idola Perdana Sulistyoning Suharto, Wahyu Sukma Samudera, Eva Dwi Ramayanti, Rian Elva Wulandari

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kadiri, Jl. Selomangleng No.1, Kota Kediri, Jawa Timur 64115, Indonesia

[*endang.mei@unik-kediri.ac.id](mailto:endang.mei@unik-kediri.ac.id)

ABSTRACT

Kecenderungan penggunaan gawai secara berlebihan akan menjadikan seseorang bersikap tidak peduli pada lingkungannya baik dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat. Pada anak-anak, ketidakpedulian ini dapat menumpulkan kemampuan dalam empati, mengekspresikan emosi dengan tepat, mengelola emosi, dan semua itu merupakan aspek dari kecerdasan emosional. Berdasarkan studi pendahuluan ketika orang tua menghentikan penggunaan gawai pada anak maka anak memunculkan reaksi memukul dan marah – marah. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya permasalahan emosional yang terjadi pada anak usia sekolah akibat penggunaan gawai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan durasi penggunaan gawai dengan kecerdasan emosional pada anak usia sekolah. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi dilakukan secara cross sectional. Populasi dalam penelitian adalah anak usia sekolah (murid kelas 4 – 6) di sekolah dasar yaitu sebanyak 45 anak, dan jumlah sampel penelitian sebanyak 40 responden, yang ditentukan dengan menggunakan teknik simple random sampling. Pengambilan data menggunakan instrument berupa kuesioner. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner durasi penggunaan gawai dan kuesioner kecerdasan emosional anak dan remaja. Instrumen durasi penggunaan gawai r tabel yang menjadi acuan adalah $r\text{-hitung} > 0,361$ dan hasil uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha didapatkan hasil 0,880. Instrumen kecerdasan emosional yang terdiri dari 34 item pernyataan setelah diuji menggunakan rumus Product Moment menunjukkan bahwa terdapat 30 item dengan validitas baik dan empat item dengan validitas buruk dan memiliki nilai korelasi $>0,401$ dan uji reliabilitasnya dengan menggunakan rumus Kuder-Richardson (KR-21) dengan hasil uji reliabilitas sebesar 0,7961, sehingga memenuhi syarat instrumen yang valid dan reliabel. Hasil penelitian yang didapatkan yaitu hampir seluruh responden yang menggunakan gawai berlebih, maka memiliki kecerdasan emosional yang cukup yaitu sebanyak 32 responden (80%). Berdasarkan hasil uji analisis spearmen rank rho didapatkan $p\text{ value} = 0,040 < \alpha = 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya ada hubungan durasi penggunaan gawai dengan kecerdasan emosional pada anak usia sekolah.

Kata kunci: anak usia sekolah; gawai; kecerdasan emosional

THE CORRELATION BETWEEN THE DURATION OF GADGET USE AND THE EMOTIONAL INTELLIGENCE OF SCHOOL-AGE CHILDREN

ABSTRACT

The tendency to use gadgets excessively will make a person careless about their environment, both in the family and in society. In children, this indifference can blunt the ability to empathize, express emotions appropriately, manage emotions, and all of these are aspects of emotional intelligence. Based on preliminary studies, when parents stop their children from using devices, the children react to hitting and getting angry. This shows that there are emotional problems that occur in school-aged children due to the use of devices. This study aims to determine the relationship between duration of device use and emotional intelligence in school-age children at SD Inpres Timika VII. The design used in this research is a cross-sectional correlation. The population in the study were school age children (class 4 - 6 students) at SD Inpres Timika VII, namely 45 children, and the total research sample was 40 respondents, which was determined using simple random sampling techniques. Data collection

uses an instrument in the form of a questionnaire. The questionnaires used were a questionnaire on the duration of gadget use and a questionnaire on the emotional intelligence of children and adolescents. The instrument for the duration of gadget use, the r table used as a reference, was $r\text{-count} > 0.361$ and the results of the reliability test using Cronbach's Alpha obtained results of 0.880. The emotional intelligence instrument consisting of 34 statement items after being tested using the Product Moment formula showed that there were 30 items with good validity and four items with poor validity and had a correlation value > 0.401 and its reliability test using the Kuder-Richardson (KR-21) formula with a reliability test result of 0.7961, thus fulfilling the requirements for a valid and reliable instrument. The research results obtained were that almost all respondents who used excessive devices had sufficient emotional intelligence, namely 32 respondents (80%). Based on the results of the spearman rank rho analysis test, it was found that $p\text{ value} = 0.040 < \alpha = 0.05$, so H_0 was rejected and H_1 was accepted, meaning that there is a relationship between the duration of device use and emotional intelligence in school-age children at SD Inpres Timika VII.

Keywords: emotional intelligence; gadgets; school ages

PENDAHULUAN

Gawai atau *gadget* adalah suatu instrumen yang memiliki tujuan dan fungsi praktis yang dirancang lebih canggih dibandingkan dengan teknologi sebelumnya. Masa globalisasi anak banyak terpengaruh dengan kemajuan teknologi, yang mengakibatkan perkembangan anak terganggu. Salah satu teknologi yang digemari anak adalah gawai. Penyajian dari aplikasi yang terdapat di gawai tersebut menjadi lebih menarik, sehingga anak yang sudah pernah mencoba menggunakan gawai akan ketagihan dan senang menggunakan gawai dalam waktu yang lama. Namun perlu disadari bahwa penggunaan gawai yang berlebihan sangatlah tidak tepat (Hidayat & Maesyaroh, 2022).

Laporan *Techinasia* (2018) pengguna *smartphone* di Indonesia tahun 2016 sebanyak 27,4 juta pengguna, sedangkan tahun 2017 terdapat 38,3 juta. Diperkirakan angka ini akan terus mengalami kenaikan setiap tahunnya (Damayanti, 2017). Tahun 2023 CNBC Indonesia mengutip hasil riset dari data.ai dengan judul “*State of Mobile 2023*” mengungkapkan bahwa selama 5-6 jam lebih lama anak menggunakan gawai dibandingkan tahun sebelumnya yang hanya 3-4 jam setiap harinya (Hidayat & Maesyaroh, 2022). Data Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan, hampir separuh anak usia dini di Indonesia sudah bisa menggunakan gawai dan mengakses internet pada 2023. Secara total, ada 33,44% anak usia dini di Indonesia yang menggunakan gawai nirkabel. Sementara anak usia dini yang bisa mengakses internet mencapai 24,96%. Jika dirinci, terdapat perbedaan yang cukup jauh pada karakteristik kelompok umur. Persentase yang menggunakan gawai pada anak usia 0-4 tahun atau balita hanya 25,5%. Sementara usia 5-6 tahun 52,76%. Pola yang sama juga terlihat pada anak-anak yang mengakses internet. Usia balita sebesar 18,79%, sedangkan anak usia 5-6 tahun sebesar 39,97% (Mumtazah et al., 2023).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 orangtua yang memiliki anak usia sekolah, dari 10 orangtua tersebut menyatakan bahwa 8 anak diantaranya (80%) menggunakan gawai dengan durasi 5 – 10 jam perhari, ketika orang tua menghentikan penggunaan gawai pada anak maka anak memunculkan reaksi memukul dan marah – marah, sedangkan 2 anak lainnya menggunakan gawai dalam waktu 4 – 5 jam perhari, dimana ketika gawai diambil oleh orangtua, anak menunjukkan reaksi menangis (Rusmianto & Putra, 2020). Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya permasalahan emosional yang terjadi pada anak usia sekolah akibat penggunaan gawai. Secara tidak sadar anak-anak saat ini mengalami ketergantungan dalam menggunakan gawai. Ketergantungan ini memiliki dampak negatif bagi perkembangan anak. Menurut Asosiasi Dokter Anak Amerika Serikat dan Kanada mengungkapkan “anak usia 0-2 tahun sebaiknya sama sekali tidak terpapar *smartphone*. Sementara anak usia 3-5 tahun dibatasi satu jam per hari dan dua jam per hari

untuk anak usia 6-18 tahun (Febrina et al., 2021).

Kecenderungan gawai secara berlebihan menyebabkan anak bersikap tidak peduli pada lingkungannya baik dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat. Ketidakpedulian ini dapat menghambat kemampuan dalam berempati, mengelola dan mengekspresikan emosi dengan tepat, dimana hal tersebut merupakan aspek dari kecerdasan emosional (Rini et al., 2021). Kecerdasan Emosi adalah kemampuan seseorang dalam memahami, merasakan dan mengenali perasaan dirinya sendiri untuk menjadi individu atau pribadi yang lebih baik dalam kehidupan yang dijalani (Yunalia & Etika, 2020b).

Segala hal yang dilakukan manusia tidak terlepas dari aspek emosi. Ekspresi emosi digunakan untuk mencari keseimbangan antara kondisi yang nyaman dan tidak nyaman, dan juga untuk mengekspresikan keinginan. Kecerdasan emosional memiliki beberapa fungsi, yaitu untuk membantu pengendalian diri, sehingga anak-anak/remaja tidak terjerumus kedalam tindakan yang dapat merugikan dirinya sendiri maupun orang lain dan juga cara yang sangat baik untuk mengembangkan ide/gagasan (Yunalia et al., 2021).

Penyebab penggunaan gadget pada anak salah satunya adalah orang tua yang memiliki karir di luar rumah menggunakan gadget untuk memantau aktivitas dan berkomunikasi dengan anak yang ada di rumah. Sedangkan ibu yang *standby* di rumah memberikan gadget dengan tujuan untuk mengalihkan perhatian anak agar tidak mengganggu aktivitas ibu dalam mengerjakan pekerjaan rumah tangga (Sunita & Mayasari, 2018). Lama-kelamaan anak akan bosan dan lebih aktif untuk mencoba fitur serta aplikasi lain yang lebih menarik. Dari hal inilah, anak akan lebih terfokus pada gadget dan meninggalkan meninggalkan aktivitas bermain. Anak akan cenderung bersifat individual dan kurang peka terhadap lingkungan sekitar (Putri et al., 2023). Solusi dari menggunakan *gadget* pada anak hendaknya orang tua lebih selektif dalam memberikan fasilitas *gadget* dengan memberikan batasan waktu serta memberikan pendampingan untuk mengawasi konten yang diakses oleh anak. Berdasarkan uraian diatas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan durasi penggunaan gawai dengan kecerdasan emosional anak usia sekolah.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasional dengan pendekatan crossectional. Populasi pada penelitian ini adalah anak usia sekolah (murid kelas 4 – 6) di SD Inpres Timika VII yaitu sebanyak 45 anak dengan jumlah sampel sebanyak 40 responden yang ditentukan dengan menggunakan teknik pengambilan sample simple random sampling. Data penelitian diambil dengan menggunakan kuesioner untuk data demografi, kuesioner durasi penggunaan gawai dan kuesioner kecerdasan emosional. Instrumen durasi penggunaan gawai r tabel yang menjadi acuan adalah $r\text{-hitung} > 0,361$ dan hasil uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha didapatkan hasil 0,880. Instrumen kecerdasan emosional yang terdiri dari 34 item pernyataan setelah diuji menggunakan rumus Product Moment menunjukkan bahwa terdapat 30 item dengan validitas baik dan empat item dengan validitas buruk dan memiliki nilai korelasi $>0,401$ dan uji reliabilitasnya dengan menggunakan rumus Kuder-Richardson (KR-21) dengan hasil uji reliabilitas sebesar 0,7961, sehingga memenuhi syarat instrumen yang valid dan reliabel. Selanjutnya untuk mengetahui korelasi durasi penggunaan gawai dengan kecerdasan emosional pada anak usia sekolah di SD Inpres Timika VII menggunakan uji korelasi Spearman Rank.

HASIL

Tabel 1.
Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	f	%
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	24	60
Perempuan	16	40
Usia		
9 Tahun	8	20
10 Tahun	10	25
11 Tahun	11	27,5
12 Tahun	11	27,5

Berdasarkan tabel 1, dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar responden yaitu sebanyak 24 responden (60%) berjenis kelamin laki – laki. Berdasarkan usia, dapat diinterpretasikan bahwa kategori usia responden terdistribusi merata yaitu hampir setengah responden yaitu sebanyak 8 responden (20%) berusia 9 tahun, hampir setengah responden yaitu sebanyak 10 responden (25%) berusia 10 tahun, hampir setengah responden yaitu sebanyak 11 responden (27,5%) berusia 11 tahun dan hampir setengah responden yaitu sebanyak 1 responden (27,5%) berusia 12 tahun.

Tabel 2.
Durasi Penggunaan Gawai

Durasi Penggunaan Gawai	f	%
Singkat	0	0
Sedang	6	15
Berlebih	34	85

Tabel 2 menunjukkan bahwa hampir setengah responden yaitu sebanyak 34 responden (85%) durasi penggunaan gawainya berlebih.

Tabel 3.
Kecerdasan Emosional

Kecerdasan Emosional	f	%
Baik	4	10
Cukup	36	90
Kurang	0	0

Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa hampir seluruh responden yaitu sebanyak 36 responden (90%) memiliki kecerdasan emosional kategori cukup.

Tabel 4.
Hubungan Durasi Penggunaan Gawai dengan Kecerdasan Emosional pada Anak Usia Sekolah

Durasi Penggunaan Gawai	Kecerdasan Emosional						Jumlah	
	Kurang		Cukup		Baik		f	%
	f	%	f	%	f	%		
Singkat	0	0	0	0	0	0	0	0
Sedang	0	0	4	10	2	5	6	15
Berlebih	0	0	32	80	2	5	34	85
Jumlah	0	0	36	90	4	10	40	100
<i>Correlation Coefficient</i> = -0,327			<i>Sig. (2-tailed)</i> = 0,040			α = 0,05		

Berdasarkan tabel 4 dapat diinterpretasikan bahwa hampir seluruh responden yang menggunakan gawai berlebih, maka memiliki kecerdasan emosional yang cukup yaitu sebanyak 32 responden (80%). Hasil uji statistik hubungan durasi penggunaan gawai dengan kecerdasan emosional pada anak usia sekolah menggunakan uji *Spearman Rank* didapatkan $p\text{ value} = 0,040 < \alpha = 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya ada hubungan durasi penggunaan gawai dengan kecerdasan emosional pada anak usia sekolah. Nilai koefisien korelasi didapatkan yaitu -0,327 dengan arah hubungan negatif, artinya terdapat hubungan yang cukup kuat antara durasi penggunaan gawai dengan kecerdasan emosional pada anak

usia sekolah. Arah hubungan negatif artinya semakin berlebih penggunaan gawai, maka semakin kurang pula kecerdasan emosional yang dimiliki anak.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan durasi penggunaan gawai dengan kecerdasan emosional pada anak usia sekolah. Tingkat penggunaan gawai yang berlebih dapat berpengaruh terhadap anak. Penggunaan gawai berlebihan, menyebabkan anak-anak akan kehilangan waktu dan semangat untuk melakukan aktivitas bermain. Bagi anak usia sekolah bermain merupakan media anak untuk membangun kecerdasan (Sunita & Mayasari, 2018). Orang tua harus melakukan pengawasan terhadap penggunaan gawai karena dapat berpengaruh terhadap perkembangan emosi.

Salah satu perilaku yang dipengaruhi dari lama penggunaan gawai yaitu aspek emosi. Jika anak menggunakan atau bermain gawai dalam 1 hari lebih dari 2 jam dan jika gawai diambil dari anak maka dapat memicu anak untuk marah, menangis berlebihan atau berteriak-teriak (Surono & Lestari, 2022). Anak yang menggunakan gawai melebihi batas setiap harinya akan berpengaruh terhadap sikap dan emosi anak, dimana anak cenderung terfokus dengan gawai tersebut tanpa ada interaksi sosial, kemampuan untuk memahami dan mengendalikan emosi diri sendiri dan orang lain akan semakin terganggu. Pada anak usia sekolah, perkembangan emosi merupakan salah satu yang sangat penting untuk dikembangkan karena kemampuan anak dalam mengelola emosi dan mengenal emosi sangat dibutuhkan ketika anak memasuki lingkungan di sekitarnya (Sunita & Mayasari, 2018).

Komponen kecerdasan emosional diantaranya adalah kemampuan pengendalian diri, kemampuan memberikan motivasi pada diri sendiri, sanggup dalam mengatasi stress, sanggup dalam mengontrol keinginan hati, mengatur situasi hati, mampu berempati pada orang lain, mampu menyelesaikan masalah dengan efektif serta mampu membina hubungan yang baik dengan orang lain (Yunalia & Etika, 2020a). Tanpa kemampuan mengelola emosi, anak akan kesulitan merasakan apa yang terjadi dalam kehidupannya. Kemampuan ini juga akan membantu anak untuk menemukan jati diri dan peran anak dalam kehidupan nyata. Anak usia sekolah belum sepenuhnya mengetahui emosinya sendiri terhadap tindakan yang dilakukan, marah ketika diingatkan untuk berhenti bermain gawai, tidak mau mendengarkan nasehat orang lain dan tidak memperdulikan orang disekitarnya (Sastradiharja et al., 2023). Perkembangan anak sangat tergantung pada individu anak, peran orang tua, serta lingkungan yang ada disekitar anak. Masing-masing orang tua memiliki cara tersendiri dalam mendidik dan membimbing anak. Kebanyakan penggunaan gawai berawal dari bentuk pengalihan atau kurangnya waktu orang tua dalam hal menemani anak dalam bermain (Suharto et al., 2024).

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan durasi penggunaan gawai dengan kecerdasan emosional pada anak usia sekolah di SD Inpres Timika VII. Hasil penelitian tersebut memerlukan tindak lanjut dari orang tua diharapkan orang tua lebih berhati-hati dalam memberikan keleluasaan anak dalam menggunakan gawai, terutama dengan memberikan batasan waktu untuk anak bermain gawai serta mengawasi konten yang anak lihat untuk meminimalisir sisi negatif penggunaan gawai yang dapat berpengaruh terhadap emosi dan perilaku anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Febrina, C., Dewi, S., Mariyana, R., & Febrina, W. (2021). Tingkat Ketergantungan Gadget Pada Anak Usia Sekolah di Kota Bukittinggi. *REAL in Nursing Journal*, 4(3), 216. <https://doi.org/10.32883/rnj.v4i3.1511>
- Hidayat, A., & Maesyaroh, S. S. (2022). Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini. *JURNAL*

- SYNTAX IMPERATIF: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 1(5), 356.
<https://doi.org/10.36418/syntax-imperatif.v1i5.159>
- Mumtazah, S. A., Sari, P. M., & Jayanti, N. D. (2023). Hubungan Frekuensi Penggunaan Gadget Terhadap. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4, 2620–2627.
- Putri, A. F. A., Ulfa, M., & Rufaindah, E. (2023). Hubungan Pola Asuh Orangtua Dengan Tingkat Ketergantungan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah Di Kecamatan Sumber Kabupaten Probolinggo. *JUKEJ: Jurnal Kesehatan Jompa*, 2(2), 69–78.
<https://doi.org/10.57218/jkj.vol2.iss2.804>
- Rini, N. M., Pratiwi, I. A., & Ahsin, M. N. (2021). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Sosial Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio*, 7(3), 1236–1241.
<https://doi.org/10.31949/educatio.v7i3.1379>
- Rusmianto, A., & Putra, K. P. (2020). Studi Pengetahuan Orang Tua tentang Gawai dan Pemberian Gawai pada Anak Usia 9-12 Tahun. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 135–141. <https://doi.org/10.30651/jkm.v5i1.3475>
- Sastradiharja, E. J., Sarnoto, A. Z., & Nurikasari, N. (2023). Pengembangan Kecerdasan Emosi Untuk Meningkatkan Sikap Sosial Siswa Sekolah Dasar. *Ulumuddin: Jurnal Ilmu-Ilmu Keislaman*, 13(1), 85–100. <https://doi.org/10.47200/ulumuddin.v13i1.1424>
- Suharto, I. P. S., Yunalia, E. M., Jayani, I., Karingga, D. D., & Lindia, H. (2024). CHILDREN ' S AGE AND PARENTING STYLE IN CHILDREN. *INTERNATIONAL JOURNAL OF PATIENT SAFETY AND QUALITY*, 1(2), 107–116.
- Sunita, I., & Mayasari, E. (2018). Pengawasan Orangtua Terhadap Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak. *Jurnal Endurance*, 3(3), 510. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i3.2485>
- Surono, R. N., & Lestari, Y. (2022). Pengaruh Penggunaan Gawai Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak di Madrasah Ibtidaiyah Darul Ilmi Kota Banjarbaru. *PADARINGAN (Jurnal Pendidikan Sosiologi Antropologi)*, 4(1), 7–15.
- Yunalia, E. M., & Etika, A. N. (2020a). Emotional Intelligence Correlation with Self Efficacy in Adolescent. *Media Keperawatan Indonesia*, 3(3), 137. <https://doi.org/10.26714/mki.3.3.2020.137-143>
- Yunalia, E. M., & Etika, A. N. (2020b). Emotional Intelligence on Peer Conformity in Late Adolescence. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(2), 1724–1731. <https://doi.org/10.30994/sjik.v9i2.502>
- Yunalia, E. M., Jayani, I., Suharto, I. P. S., & Susilowati, S. (2021). Kecerdasan Emosional dan Mekanisme Koping Berhubungan Kdengan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 9(4), 869–878.
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/8559>