Indonesian Research Journal on Education

e-ISSN: 2775 – 8672, p-ISSN: 2775 – 9482
Volume 5 Nomor 2 Tahun 2025
Halaman: 338 – 347

Web: https://irje.org/index.php/irje

RESEARCH ARTICLE

Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Kemampuan Mengelola Emosi pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak

Astuti. N[1], Dian Miranda[2], Ariyani Ramadhani[3]
Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, FKIP, Universitas Tanjungpura, Indonesia

astutiami73@gmail.com

Kata Kunci:
Penggunaan Gadget, Kemampuan Mengelola Emosi, Anak Usia 5-6 Tahun.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *ex post facto*. Sampel penelitian terdiri dari anak-anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak, dengan data yang dikumpulkan melalui angket yang diisi oleh orang tua. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan gadget oleh anak-anak di TK Mujahidin 1 Pontianak relatif terkontrol, dengan durasi penggunaan yang tidak lebih dari dua jam per hari dan pengawasan aktif dari orang tua. Kemampuan mengelola emosi anak-anak menunjukkan variasi yang cukup signifikan, namun secara umum berada pada tingkat yang baik. Analisis regresi linier sederhana menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh antara penggunaan gadget dan kemampuan mengelola emosi anak (koefisien regresi = -0,045; p > 0,05). Temuan ini menunjukkan bahwa faktor lain, seperti pola asuh orang tua dan lingkungan sosial, memiliki peran yang lebih dominan dalam membentuk kemampuan anak dalam mengelola emosinya dibandingkan dengan penggunaan gadget itu sendiri. Penelitian ini menegaskan pentingnya pengawasan orang tua dan interaksi yang baik antara orang tua dan anak dalam meminimalkan dampak negatif gadget serta mendukung perkembangan emosional anak.

Key Word:
Use of Gadgets, Ability to Manage Emotions, Children Aged 5-6 Years.

Abstract

This research aims to determine the effect of gadget use on the ability to manage emotions in children aged 5-6 years at Kindergarten Mujahidin 1 Pontianak. This study uses a quantitative approach with the ex post facto method. The sample of the study was children aged 5-6 years at TK Mujahidin 1 Pontianak, with data collection through questionnaires filled out by parents. The results of the research show that the use of gadgets by children at Kindergarten Mujahidin 1 Pontianak is relatively controlled, with a duration of use of no more than two hours per day and active supervision from parents. The ability to manage children's emotions shows quite significant variation, but is generally at a good level. Simple linear regression analysis shows no effect between gadget use and children's ability to manage emotions (regression coefficient = -0.045; p> 0.05). These findings indicate that other factors such as parenting patterns and the social environment play a more dominant role in shaping children's ability to manage emotions compared to the use of gadgets themselves. This research emphasizes the importance of parental supervision and good interaction between parents and children in minimizing the negative impact of gadgets and supporting children's emotional development.

Copyright © 2025 Astuti. N, Dian Miranda, Ariyani Ramadhani
*This work is licensed under an **Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0)***

PENDAHULUAN

Salah satu aspek penting dari kecerdasan emosional anak adalah kemampuan untuk mengelola emosinya dengan baik. Menurut (Mulyana et al., 2017) bahwa kemampuan mengelola emosi penting diajarkan sejak dini agar anak dapat mengelola emosinya dengan baik, baik secara verbal maupun perilaku. Mengelola emosi secara positif berarti anak mampu memanfaatkan emosi diri secara produktif berdasarkan perasaan dan mampu mengeksplorasikan perasaan tanpa menyakiti diri sendiri maupun orang lain. Hal tersebut tentu akan membuahkan perilaku emosional anak berupa pengalihan perilaku ke arah yang positif.

Menurut (Nurmalitasari, 2015) pada anak usia prasekolah perkembangan emosi merupakan salah satu aspek penting dalam perkembangan anak karena kemampuan anak dalam mengelola emosi dan mengenal emosi sangat dibutuhkan ketika anak memasuki lingkungan di sekitarnya yang memiliki pengaruh terhadap perilaku anak. Emosi dapat berbentuk rasa senang, takut, marah dan sebagainya. Perkembangan emosi pada masa kanak-kanak awal ditandai dengan munculnya emosi evaluatif yang di sadari rasa bangga, malu, dan rasa bersalah, dimana kemunculan emosi pada anak-anak menunjukkan bahwa anak sudah mulai memahami tentang menilai perilaku mereka.

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

Menurut (Ningsih et al., 2023) mengelola emosi yang baik akan berdampak positif bagi kehidupan anak, sebaliknya ketidakmampuan mengendalikan emosi dapat memberikan dampak negatif. Oleh karena itu, kemampuan mengelola emosi menjadi penting untuk dimiliki anak agar tumbuh menjadi individu yang matang secara emosi, mampu memecahkan masalah, mengelola masalah psikologis, dan beradaptasi dengan baik di lingkungan.

Ekman (dalam Goleman, 2016, hlm. 10) menyatakan bahwa pada usia lima atau enam tahun, anak harus mampu mengekspresikan empat emosi inti dengan ekspresi wajah tertentu (takut, marah, sedih, dan senang). Mampu mengidentifikasi perasaan senang, takut, sedih, dan marah pada diri sendiri merupakan indikator keberhasilan dalam mengenali emosi diri sendiri.

Menurut (Bening & Diana, 2022) Perubahan teknologi memiliki dampak yang negatif dan positif terhadap perkembangan anak usia dini. Anak usia dini adalah anak yang sedang dalam proses perkembangan dan pertumbuhan. Pada masa tersebut anak akan mengalami perkembangan yang luar biasa mencakup 6 (enam) aspek perkembangan, salah satunya ialah aspek perkembangan emosi dalam diri anak. Dalam penggunaan gadget reaksi emosi yang dikeluarkan anak cenderung berubah-ubah sesuai dengan tontonannya, seperti emosi senang, emosi marah, emosi sedih, dan emosi takut.

Mengelola emosi pada anak merupakan salah satu tantangan utama bagi orang tua di era digital saat ini. Anak-anak yang masih dalam tahap perkembangan emosional cenderung memiliki kendali diri yang lebih rendah dibandingkan orang dewasa. Di sisi lain, kemajuan teknologi telah memudahkan anak-anak untuk mengakses gadget seperti handphone, tablet, dan video game secara bebas. Sejalan dengan pendapat Nur Laily & Dwi Ade Chandra (2021), penggunaan gadget saat ini bukan hanya digunakan oleh orang dewasa yang memiliki kepentingan tertentu, tetapi juga telah meluas ke anak usia dini. Dalam penggunaannya, terdapat perbedaan dari segi waktu dan fungsi yang memengaruhi dampaknya terhadap anak.

Menurut Ulya & Saridewi (2022), anak yang telah diberikan akses terhadap gadget sering kali tidak menggunakannya dengan baik, melainkan lebih banyak bermain game, menonton video di TikTok dan YouTube, serta menghabiskan waktu untuk hiburan pasif lainnya. Dalam aspek perkembangan emosional, penggunaan gadget yang tidak terkontrol dapat menyebabkan anak menjadi tidak mampu mengontrol emosinya, mudah marah saat dinasihati, dan kurang responsif terhadap nasihat dari orang tua atau guru.

Namun, penelitian lain menunjukkan bahwa penggunaan gadget tidak selalu berdampak negatif pada perkembangan emosional anak. Novitasari & Khotimah (2016) menjelaskan bahwa gadget bukan hanya sekadar alat komunikasi, tetapi juga memiliki berbagai fitur seperti kamera digital, pemutar musik, akses internet, serta aplikasi edukatif yang dapat digunakan sebagai sarana pembelajaran dan pengembangan keterampilan anak. Dengan pemanfaatan yang tepat, gadget dapat menjadi alat bantu yang mendukung perkembangan kognitif dan emosional anak.

Menurut Rahayu et al. (2021), Akademi Dokter Anak Kanada merekomendasikan bahwa anak usia 0-2 tahun sebaiknya tidak terpapar teknologi sama sekali, anak usia 3-5 tahun dibatasi maksimal satu jam per hari, dan anak usia 6-18 tahun disarankan menggunakan teknologi tidak lebih dari dua jam per hari. Oleh karena itu, anak usia 5-6 tahun yang menggunakan gadget lebih dari dua jam per hari dikategorikan sebagai pengguna dengan durasi tinggi, yang dapat berisiko mempengaruhi perkembangan emosionalnya jika tidak diawasi dengan baik.

Putri & Hazizah (2019) menyatakan bahwa penggunaan gadget yang berlebihan pada anak dapat memicu munculnya kondisi emosi negatif seperti kecemasan dan depresi. Dalam jangka pendek, gadget mungkin dapat mengalihkan perhatian anak dari perasaan cemas atau stres, tetapi dalam jangka panjang, hal tersebut justru dapat membuat anak semakin tidak mampu mengatasi emosinya sendiri, berpotensi menciptakan ketergantungan, serta menyebabkan ketidakstabilan emosi. Namun, penelitian lain menunjukkan bahwa apabila penggunaan gadget dilakukan secara terarah, seperti dengan pendampingan orang tua serta akses terhadap konten edukatif dan interaktif, gadget justru dapat membantu anak dalam mengembangkan kemampuan mengelola emosi dengan baik (Santrock, 2018). Anak dapat belajar mengenali dan mengungkapkan emosinya melalui media digital yang bersifat mendidik, seperti permainan interaktif yang melatih kesabaran dan pemecahan masalah.

Dari hasil temuan penelitian (Lada et al., 2023) menyatakan bahwa “Dari hasil penelitian yang sudah diuji oleh peneliti di lakukan di TK Katolik Santa Maria 3 Malang menyatakan bahwa hanya ada 1 variabel independen, maka hasil uji parsial akan sama dengan uji simultan. Berdasarkan tabel, nilai p = 0,0000 $<\alpha$ = .05, maka tolak H0 sehingga berpengaruh nyata terhadap Y. Berdasarkan data yang disajikan di sini, dapat disimpulkan bahwa anak-anak di TK Katolik Santa Maria 3 Malang kelompok B memiliki kemampuan yang jauh lebih rendah untuk mengatur emosi mereka ketika mereka menggunakan teknologi. Hasil temuan

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

penelitian bahwa X1: Penggunaan gadget berpengaruh signifikan terhadap kemampuan mengelola emosi diri anak". Penelitian (Lada et al., 2023) yang dilakukan di TK Katolik Santa Maria 3 Malang menemukan pengaruh signifikan penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi anak usia 5-6 tahun, namun penelitian lebih lanjut di kota yang berbeda diperlukan untuk memperluas pemahaman tentang pengaruh tersebut yang menjadi acuan peneliti untuk meneliti pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak.

Alasan peneliti memilih lokasi di TK Mujahidin 1 Pontianak, hal ini didasarkan pada saat pra riset anak-anak di TK Mujahidin 1 Pontianak telah terpapar penggunaan gadget, sehingga memiliki potensi memengaruhi perkembangan anak, khususnya kemampuan mereka dalam mengelola emosi. Pada saat wawancara dengan guru kelas, anak yang menunjukkan kesulitan dalam mengelola emosi seperti ada anak yang tidak dapat mengendalikan emosinya dengan baik yaitu sering meledak-ledak tanpa alasan, dan tidak dapat mengontrol dirinya sendiri ketika menangis umumnya jarang berinteraksi dengan orang-orang disekitarnya namun lebih banyak menghabiskan waktu dengan gadget. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi pada anak usia 5-6 tahun.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik dalam mengkaji lebih lanjut apakah terdapat pengaruh penggunaan gadget dalam kemampuan mengelola emosi pada anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak. Oleh karena itu peneliti mengangkat judul "Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Mengelola Emosi Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Mujahidin 1 Pontianak.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dengan menggunakan metode *ex post facto* untuk mengetahui pengaruh dari penggunaan penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi pada anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak. Dalam desain ini, data diperoleh melalui pengukuran terhadap variabel yang telah terjadi di masa lalu. Selanjutnya, data dianalisis untuk mengetahui pengaruh antara penggunaan gadget dengan kemampuan mengelola emosi. Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana untuk menentukan pengaruh antar variabel. Dalam pemilihan sampel pada penelitian ini,menggunakan metode stratified atau sampling berstrata dengan menggunakan tingkat kesalahan 5% dengan ukuran sampel 110 anak, menurut (Sugiyono, 2019) ukuran sampel untuk setiap strata dapat dihitung dengan rumus $\eta h = \frac{\eta_h}{\mathrm{N}} . \eta$ dimana pada kelas B1 memperoleh 18 anak, B2 memperoleh 18 anak, B3 memperoleh 18 anak, B4 memperoleh 19 anak, B5 memperoleh 19 anak, B6 memperoleh 18 anak. dengan total sampel yang diperoleh adalah 110 anak, yang mencerminkan 71.4% dari total populasi (110/154 × 100%).Tahap yang dilakukan pada penelitian ini yaitu menggunakan angket yang berisi pernyataan kemampuan mengelola emosi anak dan angket yang berisi pernyataan penggunaan gadget untuk mengetahui kemampuan mengelola emosi dan penggunaan gadget anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak.

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yaitu angket dan dokumentasi, angket berupa pernyataan yang disebarkan untuk orang tua/wali anak dan mendokumentasi aktivitas penyebaran angket kepada orang tua/wali anak selama penelitian berlangsung. Data dianalisis melalui beberapa tahap yaitu pengolahan data, rekapitulasi data, analisis deskriptif, dan uji statistik seperti uji normalitas, uji regresi linier sederhana dan uji T. Analisis deskriptif memberikan gambaran umum hasil kemampuan mengelola emosi dan penggunaan gadget anak, sedangkan uji statistik untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal, dan menguji pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi pada anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penggunaan Gadget Anak Usia 5-6 Tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak

Bagian ini menyajikan hasil penggunaan gadget anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak. Pengukuran dilakukan pada indikator penggunaan gadget yaitu waktu penggunaan,peraturan penggunaan, dan aplikasi yang digunakan. Data yang diperoleh akan menjawab bagaimana penggunaan gadget pada anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak.

Tabel 1. Deskripsi Statistik Penggunaan Gadget

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Penggunaangadget	110	27	62	45.75	7.996
Valid N (listwise)	110				

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

Adapun hasil distribusi frekuensi penggunaan gadget dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Penggunaan Gadget

Penggunaangadget					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	27	1	.9	.9	.9
	31	3	2.7	2.7	3.6
	32	1	.9	.9	4.5
	33	1	.9	.9	5.5
	34	3	2.7	2.7	8.2
	35	2	1.8	1.8	10.0
	36	4	3.6	3.6	13.6
	37	2	1.8	1.8	15.5
	38	3	2.7	2.7	18.2
	39	5	4.5	4.5	22.7
	40	6	5.5	5.5	28.2
	41	8	7.3	7.3	35.5
	42	5	4.5	4.5	40.0
	43	2	1.8	1.8	41.8
	44	4	3.6	3.6	45.5
	45	7	6.4	6.4	51.8
	46	4	3.6	3.6	55.5
	47	2	1.8	1.8	57.3
	48	4	3.6	3.6	60.9
	49	4	3.6	3.6	64.5
	50	4	3.6	3.6	68.2
	51	3	2.7	2.7	70.9
	52	6	5.5	5.5	76.4
	53	7	6.4	6.4	82.7
	54	3	2.7	2.7	85.5
	55	2	1.8	1.8	87.3
	56	2	1.8	1.8	89.1
	57	2	1.8	1.8	90.9
	58	4	3.6	3.6	94.5
	59	2	1.8	1.8	96.4
	60	1	.9	.9	97.3
	61	2	1.8	1.8	99.1
	62	1	.9	.9	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

Tabel 2 memperlihatkan hasil penggunaan gadget anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak. Berdasarkan tabel tersebut, dapat dijelaskan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa penggunaan gadget pada 110 responden memiliki skor minimum 27 dan maksimum 62, dengan rata-rata (mean) 45,75 serta standar deviasi 7,996. Nilai rata-rata 45,75 menunjukkan bahwa secara umum anak-anak dalam penelitian ini berada dalam kategori "sering" menggunakan gadget, yang berarti mereka cukup sering menjalankan aturan penggunaan, menggunakan aplikasi edukatif, dan mengikuti batasan waktu yang ditetapkan orang tua. Standar deviasi 7,996 mengindikasikan bahwa terdapat variasi dalam pola penggunaan gadget di antara anak-anak, dengan beberapa anak yang memiliki skor jauh lebih rendah (lebih sering dan lebih teratur dalam mengikuti aturan gadget) dan beberapa lainnya memiliki skor lebih tinggi (kurang teratur dalam penggunaan gadget).

Kemampuan Mengelola Emosi Pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak

Adapun hasil deskripsi statistik dalam penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut.

Tabel 3. Deskripsi Statistik Kemampuan Mengelola emosi

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kemampuanmengelolaemosi	110	30	112	56.70	12.804
Valid N (listwise)	110				

Adapun hasil distribusi frekuensi kemampuan mengelola emosi dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Mengelola emosi

Kemampuanmengelolaemosi				
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

Valid	30	1	.9	.9	.9
	33	3	2.7	2.7	3.6
	35	2	1.8	1.8	5.5
	36	1	.9	.9	6.4
	37	2	1.8	1.8	8.2
	38	1	.9	.9	9.1
	41	2	1.8	1.8	10.9
	42	2	1.8	1.8	12.7
	43	2	1.8	1.8	14.5
	45	3	2.7	2.7	17.3
	46	2	1.8	1.8	19.1
	47	6	5.5	5.5	24.5
	48	5	4.5	4.5	29.1
	49	1	.9	.9	30.0
	50	3	2.7	2.7	32.7
	51	3	2.7	2.7	35.5
	52	2	1.8	1.8	37.3
	53	5	4.5	4.5	41.8
	54	3	2.7	2.7	44.5
	55	2	1.8	1.8	46.4
	56	2	1.8	1.8	48.2
	57	3	2.7	2.7	50.9
	58	4	3.6	3.6	54.5
	59	2	1.8	1.8	56.4
	60	6	5.5	5.5	61.8
	61	1	.9	.9	62.7
	62	3	2.7	2.7	65.5
	63	4	3.6	3.6	69.1
	64	2	1.8	1.8	70.9
	65	3	2.7	2.7	73.6
	66	7	6.4	6.4	80.0
	67	2	1.8	1.8	81.8
	68	3	2.7	2.7	84.5
	69	5	4.5	4.5	89.1
	70	4	3.6	3.6	92.7
	71	1	.9	.9	93.6
	72	1	.9	.9	94.5
	74	1	.9	.9	95.5
	79	2	1.8	1.8	97.3
	84	1	.9	.9	98.2
	85	1	.9	.9	99.1
	112	1	.9	.9	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

Tabel 4 memperlihatkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa kemampuan mengelola emosi pada 110 responden memiliki skor minimum 30 dan maksimum 112, dengan rata-rata (mean) sebesar 56,70 serta standar deviasi 12,804. Nilai rata-rata ini menunjukkan bahwa secara umum anak-anak dalam penelitian berada dalam kategori "Baik" dalam mengelola emosi, yang berarti mereka mampu mengendalikan emosi dengan cukup baik dalam berbagai situasi, seperti saat berinteraksi dengan teman sebaya, menghadapi tantangan, dan mengekspresikan perasaan secara tepat. Standar deviasi 12,804 mengindikasikan adanya variasi yang cukup besar dalam kemampuan mengelola emosi, yang berarti terdapat anak-anak dengan kemampuan yang jauh lebih baik dari rata-rata, sementara yang lain masih mengalami kesulitan dalam mengontrol emosi.

Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Mengelola Emosi Pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak

Uji Normalitas

Uji normalitas ini dilakukan dengan tujuan untuk menilai data sebuah kelompok yang diamati apakah berdistribusi normal atau tidak. Seperti yang sudah peneliti jelaskan pada metode penelitian, uji normalitas adalah uji statistik yang digunakan untuk menguji apakah data yang diamati memiliki distribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan sampel dengan jumlah 110 anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak maka uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini adalah *Kolmogorov-Smirnov* adalah metode yang sering digunakan dalam analisis statistik untuk menguji kenormalan distribusi data, terutama karena metode ini dapat diterapkan pada data dengan jumlah sampel besar maupun kecil, dengan kriteria: Jika P dari probabilitas sig > 0,05, maka dapat dikatakan bahwa data normal, dan jika P dari

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

probabilitas sig < 0,05, maka dapat dikatakan bahwa data tidak normal.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		penggunaangadget	kemampuanmengelolaemosi
N		110	110
Normal Parameters[a,b]	Mean	45.75	56.70
	Std. Deviation	7.996	12.804
Most Extreme Differences	Absolute	.081	.077
	Positive	.081	.077
	Negative	-.074	-.038
Test Statistic		.081	.077
Asymp. Sig. (2-tailed)		.075[c]	.123[c]

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.

Dari tabel 5 diatas merupakan hasil uji normalitas uji Kolmogorov-Smirnov, diketahui bahwa nilai p untuk variabel penggunaan gadget adalah 0,075, yang lebih besar dari 0,05, yang menunjukkan bahwa data penggunaan gadget terdistribusi normal. Di sisi lain, nilai p untuk kemampuan mengelola emosi adalah 0,123, yang juga lebih besar dari 0,05, yang berarti data kemampuan mengelola emosi juga terdistribusi normal. Dari hasil normalitas yang sudah ditemukan dan mendapatkan hasil bahwa data yang telah diamati berdistribusi normal, maka data tersebut dapat dilanjutkan ketahap selanjutnya untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi pada anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak.

Uji Regresi Linier Sederhana

Untuk melihat bagaimana pengaruh pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi pada anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak, maka digunakan teknik analisis perhitungan uji regresi linier sederhana dengan bantuan SPSS 22, uji regresi linier sederhana digunakan untuk mengetahui pengaruh antara satu buah variabel bebas terhadap variabel terikat.Data yang akan digunakan untuk Uji Regresi Linier Sederhana dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 6. Uji Sampet T-Test

Coefficients[a]						
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	58.756	7.153		8.214	.000
	Penggunaangadget	-.045	.154	-.028	-.292	.771

a. Dependent Variable: kemampuanmengelolaemosi

Dalam tabel diatas, nilai-nilai tersebut dimasukkan dalam persamaan regresi sebagai berikut:

Y = a + bX

Y = 58,756 + 0,548X

Hasil dari persamaan regresi linier sederhana tersebut dapat diartikan sebagai berikut: 1) Konstanta (a) menunjukkan nilai kemampuan mengelola emosi (Y) ketika penggunaan gadget (X) bernilai 0. Dalam hal ini, jika anak tidak menggunakan gadget sama sekali, kemampuan mengelola emosinya diperkirakan sebesar 58,756; 2) Koefisien regresi (b) menunjukkan seberapa besar perubahan pada kemampuan mengelola emosi (Y) ketika penggunaan gadget (X) berubah satu unit. Berdasarkan hasil, koefisien regresi untuk penggunaan gadget adalah -0,045, yang mengindikasikan bahwa setiap peningkatan satu unit dalam penggunaan gadget berhubungan dengan penurunan kemampuan mengelola emosi sebesar 0,045. Meskipun koefisien regresi menunjukkan adanya penurunan, hasil uji statistik (p = 0,771) menunjukkan bahwa hubungan ini tidak signifikan secara statistik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh antara penggunaan gadget dan kemampuan mengelola emosi anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak.

Uji Hipotesis

Uji t bertujuan untuk mengetahui apakah pengaruh gadget berpengaruh secara signifikansi atau tidak terhadap kemampuan mengelola emosi. Pengujiannya menggunakan tingkat signifikansi 0,05. Adapun langkah-langkah pengujian sebagai berikut.

Merumuskan hipotesis

Ha : Terdapat pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi anak usia 5-6 tahun

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

di TK Mujahidin 1 Pontianak
Ho : Tidak terdapat pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak

Menentukan t_{hitung}

Berdasarkan output yang diperoleh dari perhitungan menggunakan bantuan program SPSS versi 22 dapat dilihat bahwa t_{hitung} adalah sebesar -292.

Menentukan t_{tabel}

t_{tabel} = t (a/2 ; n-v)
Diketahui :
a = 0,05/2 = 0,025
n = jumlah responden = 110
v = jumlah variabel = 1
t_{tabel} = t (0,025; 109)

Koordinat (0,025;109) berdasarkan t_{tabel} yaitu terletak pada 1,981 maka t_{tabel} adalah sebesar 1,981.

Kriteria Pengujian
Jika signifikansi $t_{hitung} \leq t_{tabel}$ maka Ha ditolak dan Ho diterima
Jika signifikansi $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ maka Ho ditolak dan Ha diterima
Kesimpulan

Karena $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ (-292 ≤1,981) maka hipotesis nol (Ho) diterima, dan hipotesis alternatif (Ha) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat tidak terdapat pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi anak usia dini di TK Mujahidin 1 Pontianak.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap variabel penggunaan gadget menunjukkan bahwa dari 110 responden, skor minimum penggunaan gadget adalah 27 dan skor maksimum adalah 62, dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 45,75 dan standar deviasi 7,996. Nilai rata-rata ini menunjukkan bahwa secara umum frekuensi penggunaan gadget berada dalam kategori "Sering," yang berarti anak-anak cukup sering menggunakan gadget dalam kesehariannya. Standar deviasi 7,996 mengindikasikan adanya variasi dalam pola penggunaan gadget di antara responden, di mana beberapa anak menggunakan gadget lebih intensif dibandingkan yang lain.Distribusi frekuensi menunjukkan bahwa sebanyak 7,3% anak menggunakan gadget dalam kategori "Selalu" (skor 20-36), sementara 52,7% anak berada dalam kategori "Sering" (skor 37-52), yang menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden menggunakan gadget dengan intensitas yang cukup tinggi. Sementara itu, 34,5% anak berada dalam kategori "Kadang-Kadang" (skor 53-68), yang berarti mereka menggunakan gadget secara moderat.

Hanya 5,5% anak yang masuk dalam kategori "Jarang" (skor 69-84) dan tidak ada anak yang masuk dalam kategori "Tidak Pernah" (skor 85-100). Hal ini menunjukkan bahwa hampir semua anak dalam penelitian ini menggunakan gadget dengan frekuensi yang bervariasi, namun masih dalam rentang yang dapat dikontrol.Mayoritas orang tua anak-anak di TK Mujahidin 1 Pontianak memberikan pengawasan ketat terhadap penggunaan gadget. Berdasarkan pengisian angket, ditemukan bahwa penggunaan gadget sebagian besar dibatasi pada durasi tertentu, yaitu tidak lebih dari dua jam per hari. Selain itu, aktivitas yang dilakukan dengan gadget diarahkan untuk tujuan yang positif, seperti menggunakan aplikasi edukatif, atau menonton video pembelajaran. Hal ini mencerminkan kesadaran orang tua akan pentingnya mengontrol penggunaan gadget agar tidak mengganggu perkembangan sosial, emosional anak. Berdasarkan hasil analisis deskriptif terhadap variabel kemampuan mengelola emosi menunjukkan bahwa dari 110 responden, skor minimum yang diperoleh adalah 30 dan skor maksimum adalah 112, dengan nilai rata-rata (mean) sebesar 56,70 dan standar deviasi 12,804. Nilai rata-rata ini menunjukkan bahwa secara keseluruhan anak-anak memiliki tingkat kemampuan mengelola emosi dalam kategori "Baik," yang berarti mereka cukup mampu dalam mengendalikan dan mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang sesuai.

Standar deviasi 12,804 menunjukkan adanya variasi yang cukup besar dalam tingkat kemampuan mengelola emosi, yang berarti terdapat anak-anak yang memiliki kontrol emosi sangat baik, sementara yang lain masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi mereka. Berdasarkan distribusi frekuensi, sebanyak 64,5% anak memiliki skor antara 30-77, yang masuk dalam kategori "Sangat Baik" dan "Baik," menunjukkan bahwa mayoritas anak memiliki kontrol emosi yang memadai dalam kehidupan sehari-hari. Sebanyak 32,7% anak memiliki skor antara 78-101, yang masuk dalam kategori "Kurang Baik," menandakan

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

bahwa mereka masih mengalami beberapa kesulitan dalam mengelola emosi. Sementara itu, hanya 2,7% anak yang memiliki skor di atas 102, yang termasuk dalam kategori "Tidak Baik" dan "Sangat Tidak Baik," yang menunjukkan adanya tantangan besar dalam mengontrol emosi, seperti kecenderungan mengalami ledakan emosi atau kesulitan menenangkan diri. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi anak usia 5-6 tahun di TK Mujahidin 1 Pontianak. Analisis regresi linier sederhana menghasilkan nilai koefisien regresi sebesar -0,045 dengan tingkat probabilitas 0,771, yang berarti nilai probabilitas lebih besar dari 0,05. Selain itu, nilai t_{hitung}sebesar -0,292 lebih kecil dibandingkan dengan t_{tabel}sebesar 1,981, sehingga hipotesis alternatif (Ha) ditolak dan hipotesis nol (Ho) diterima. Dengan kata lain, temuan ini mengindikasikan bahwa penggunaan gadget bukanlah faktor utama yang memengaruhi kemampuan anak dalam mengelola emosinya.

Hasil ini mendukung pandangan bahwa kemampuan mengelola emosi anak lebih banyak dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang lebih dominan, seperti pola asuh orang tua, kualitas interaksi keluarga, serta lingkungan sosial anak. Bronfenbrenner (2005, hlm. 179) menjelaskan bahwa perkembangan anak terjadi dalam konteks sistem-sistem ekologi, di mana keluarga dan hubungan sosial memainkan peranan kunci dalam pembentukan karakter dan emosi anak. Dalam hal ini, pola asuh yang baik, interaksi yang harmonis, serta pengawasan terhadap penggunaan gadget berperan penting dalam membantu anak mengelola emosi mereka dengan lebih baik.Meskipun gadget telah menjadi bagian tidak terpisahkan dari kehidupan anak-anak di era digital, dampaknya terhadap perkembangan emosional sangat bergantung pada bagaimana gadget tersebut digunakan. Hidayati (2018, hlm. 45) menyatakan bahwa penggunaan gadget tidak selalu berdampak buruk, asalkan didampingi oleh pengawasan dan batasan yang jelas dari orang tua. Misalnya, anak-anak yang menggunakan gadget untuk aktivitas edukatif, seperti permainan yang melatih keterampilan problem-solving atau aplikasi pembelajaran interaktif, cenderung mendapatkan manfaat yang positif, baik secara kognitif maupun emosional.

Namun, jika penggunaan gadget tidak diawasi atau digunakan secara berlebihan, dampaknya bisa menjadi negatif. Penelitian ini juga selaras dengan pandangan Erikson (1995, hlm. 36), yang menjelaskan bahwa pada usia 5-6 tahun, anak berada dalam tahap perkembangan emosional yang kritis. Pada tahap ini, anak membutuhkan dukungan sosial dan bimbingan langsung dari orang tua untuk belajar mengelola emosi secara sehat. Apabila gadget digunakan secara positif, misalnya untuk mendukung pembelajaran dan kreativitas, gadget dapat menjadi alat yang bermanfaat. Namun, jika penggunaannya tidak terkontrol, gadget dapat menjadi hambatan dalam pengembangan emosi anak.Lebih lanjut, Hurlock (2002, hlm. 199) menegaskan bahwa perkembangan emosional anak tidak hanya dipengaruhi oleh satu faktor tunggal, melainkan oleh akumulasi pengalaman dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Interaksi yang bermakna, seperti bermain bersama teman sebaya, berbicara dengan orang tua, atau melakukan aktivitas yang melibatkan emosi, dapat membantu anak membangun keterampilan emosional yang kuat. Maka dapat disimpulkan bahwa, tidak ditemukan pengaruh signifikan antara penggunaan gadget dan kemampuan mengelola emosi anak-anak. Hasil ini dipengaruhi oleh pembatasan waktu penggunaan gadget yang diterapkan oleh orang tua, serta jenis konten yang dipilih, yang lebih berfokus pada aspek edukatif. Selain itu, faktor-faktor lain, seperti pola asuh orang tua yang mendukung dan lingkungan pendidikan yang positif di sekolah, juga berperan besar dalam mendukung kemampuan anak-anak dalam mengelola emosinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan peneliti, maka secara umum dapat disimpulkan bahwa Karena $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ (-292 ≤1,981) maka hipotesis nol (Ho) diterima, dan hipotesis alternatif (Ha) ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat tidak terdapat pengaruh penggunaan gadget terhadap kemampuan mengelola emosi anak usia dini di TK Mujahidin 1 Pontianak. Secara khusus dapat disimpulkan, sebagai berikut: Berdasarkan angket yang diisi oleh orang tua, mayoritas anak-anak di TK Mujahidin 1 Pontianak berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas anak menggunakan gadget dengan frekuensi "Sering", yang berarti mereka sering mengikuti aturan penggunaan yang telah ditetapkan, menggunakan gadget dengan durasi yang terkontrol (kurang dari 2 jam per hari), serta memanfaatkan aplikasi edukatif. Rata-rata skor penggunaan gadget adalah 45,75 dengan standar deviasi 7,996, yang menunjukkan bahwa pola penggunaan cukup bervariasi di antara responden. Sebanyak 43,6% anak menggunakan gadget dalam kategori "Sering," sedangkan 34,5% dalam kategori "Kadang-kadang" dan 21,9% dalam kategori "Jarang" hingga "Tidak Pernah." Penggunaan gadget yang tinggi masih berada dalam batas wajar karena adanya pengawasan dari orang tua dan pemilihan konten edukatif, sehingga tidak mengganggu perkembangan anak. Kemampuan mengelola emosi anak-anak memiliki rata-rata skor 56,70 dengan standar

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

deviasi 12,804, yang masuk dalam kategori "Baik." Sebanyak 64,5% anak memiliki kemampuan mengelola emosi dalam kategori "Sangat Baik" dan "Baik," sementara 32,7% masuk dalam kategori "Kurang Baik," dan 2,7% berada dalam kategori "Tidak Baik" hingga "Sangat Tidak Baik." Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak memiliki kemampuan yang cukup baik dalam mengelola emosi, meskipun masih ada beberapa anak yang membutuhkan perhatian lebih dalam aspek ini. Berdasarkan uji regresi linier sederhana, tidak ditemukan pengaruh signifikan antara penggunaan gadget dan kemampuan mengelola emosi anak-anak. Hasil ini dipengaruhi oleh pembatasan waktu penggunaan gadget yang diterapkan oleh orang tua, serta jenis konten yang dipilih, yang lebih berfokus pada aspek edukatif. Selain itu, faktor-faktor lain, seperti pola asuh orang tua yang mendukung dan lingkungan pendidikan yang positif di sekolah, juga berperan besar dalam mendukung kemampuan anak-anak dalam mengelola emosinya.

Saran

Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh penggunaan gadget terhadap perkembangan sosial-emosional anak usia dini. Peneliti di masa mendatang disarankan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang mungkin turut memengaruhi kemampuan mengelola emosi anak, seperti peran keluarga, lingkungan sosial, dan jenis konten yang diakses. Peneliti juga dapat memperluas sampel atau melibatkan kelompok usia yang berbeda untuk mendapatkan hasil yang lebih komprehensif dan aplikatif dalam konteks perkembangan anak.

DAFTAR REFERENSI

Bening, T. P., & Diana, R. R. (2022). Pengasuhan Orang Tua dalam Mengembangkan Emosional Anak Usia Dini di Era Digital. Ideas: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Budaya, 8(1). https://doi.org/10.32884/ideas.v8i1.643

Bronfenbrenner, U. (2005). The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design. Harvard University Press.

Laka, B. M., Burdam, J., & Kafiar, E. (2020). Role Of Parents In Improving Geography Learning Motivation In Immanuel Agung Samofa High School. *Jurnal Inovasi Penelitian*, *1*(2). Diunduh dari https://doi.org/10.47492/jip.v1i2.51

Erikson, E. H. (1993). Childhood and Society. New York: W.W. Norton & Company.Muttaqin, D., Arifin, F., & Farida, L. N. (2016). Aplikasi Pembelajaran Sistem Tata Surya Berbasis Virtual Reality. *E-Proceeding of Applied Science*, *2*(2).

Goleman, D. (2016). Kecerdasan Emosi.Jakarta: Gramedia.Poernomo, U. D., & Wulansari, N. A. (2015). Pengaruh konflik antara pekerjaan-keluarga pada kinerja karyawan dengan kelelahan emosional sebagai variabel pemediasi. *Management Analysis Journal*, *4*(3). Retrieved from http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/maj

Hidayati, T. (2018). Pengaruh Penggunaan Gadget terhadap Perkembangan Sosial-Emosional Anak. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta Press.

Hurlock, E. B. (2002). Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta: Erlangga.

Lada, M. S. R., Wijayanti, R., & Anggraini, H. (2023). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Kemampuan Mengelola Emosi Diri Anak di Taman Kanak-Kanak. Lucerna : Jurnal Riset Pendidikan Dan Pembelajaran, 3(2). https://doi.org/10.56393/lucerna.v3i2.1831Sarwono, Jonathan. 2007. Analisis Jalur untuk Riset dan Bisnis dengan SPSS. Yogyakarta: Andi

Mulyana, E. H., Gandana, G., & Muslim, M. Z. N. (2017). Kemampuan Anak Usia Dini Mengelola Emosi Diri Pada Kelompok B Di Tk Pertiwi Dwp Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya. Jurnal Paud Agapedia, 1(2). https://doi.org/10.17509/jpa.v1i2.9361

Ningsih, T. R., Gutji, N., & Yaksa, R. A. (2023). Pengaruh Intensitas Gadget Terhadap Kemampuan Mengelola Emosi Anak Di Desa Pematang Gajah. Innovative: Journal Of Social …, 3.

Nur Laily, I., & Dwi Ade Chandra, R. (2021). Kajian Wacana Dampak Penggunaan Gadget (Gawai) Terhadap Kemampuan Sosial Emosional Pada Anak Usia Dini. Jurnal Warna : Pendidikan Dan Pembelajaran Anak Usia Dini, 6(1). https://doi.org/10.24903/jw.v6i1.679

Nurmalitasari, F. (2015). Perkembangan Sosial Emosi pada Anak Usia Prasekolah. Buletin Psikologi, 23(2). https://doi.org/10.22146/bpsi.10567

Novitasari, W., & Khotimah, N. (2016). Dampak penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak usia 5-6 tahun. Jurnal PAUD Teratai, 5(3), 182-186

Putri, R. Y., & Hazizah, N. (2019). Pengaruh Bermain Gagdet terhadap Perkembangan Emosional Anak Usia

e-ISSN: 2775 – 8672
p-ISSN: 2775 – 9482

Dini. Pendidikan Guru Anak Usia Dini, 1(3).

Rahayu, N. S., Elan, & Mulyadi, S. (2021). Analisis penggunaan gadget pada anak usia dini. Jurnal PAUD Agapedia, 5(2), 202-210.

Santrock, J. W. (2007). Perkembangan Anak (terjemahan). Jakarta: Erlangga.

Sakinah, A. (2023). Peran Guru Dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Di Sekolah Dasar. *Journal of Education and Teaching Learning*, *1*(1). Diunduh dari https://doi.org/10.59211/mjpjetl.v1i1.9

Sugiyono. (2019). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta

Ulya, H., & Saridewi. (2022). Dampak Gadget Terhadap Perkembangan Emosional pada Anak Usia 6-7 Tahun di Ujung Gading Jalan Jawa Jorong Brastagi Pasaman Barat. Jurnal Pendidikan Tambusai, 6.