



PENGARUH VIDEO EDUKASI *SCREEN TIME* PADA ORANG TUA TERHADAP PENGGUNAAN *GADGET* PADA ANAK PRASEKOLAH DI TK AZIZIAH KABUPATEN PROBOLINGGO

Achmad Agil Mustaqim¹ Rizka Yunita² Alwin Widhiyanto³

^{1,2,3} Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Hafshawaty
Zainul Hasan, Indonesia

Email Korespondensi: agilmustaqim@gmail.com

ABSTRAK

Video edukasi merupakan media penyampaian informasi berbentuk rekaman visual yang memuat pesan dan nilai moral kepada individu, kelompok, maupun masyarakat. *Gadget* adalah perangkat elektronik kecil dengan fungsi khusus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh video edukasi *screen time* pada orang tua terhadap penggunaan *gadget* anak prasekolah. Metode penelitian menggunakan desain *pra-eksperimental* dengan pendekatan *one group pre-post test design* 3x pertemuan menggunakan kuesioner penggunaan *gadget* dan modul. Populasi penelitian ini semua orang tua yang mengasuh anaknya yang memiliki anak menggunakan *gadget* di TK Aziziah yang berjumlah 50 responden, dengan sampel 45 responden yang dipilih secara simple random sampling. Analisis data menggunakan SPSS dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan sebelum intervensi, penggunaan *gadget* pada anak berada pada kategori tinggi sebanyak 32 responden (71,1%). Setelah diberikan video edukasi, penggunaan *gadget* menurun ke kategori sedang pada 33 responden (73,3%). Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan terdapat pengaruh signifikan video edukasi *screen time* terhadap penggunaan *gadget* pada anak prasekolah ($p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$). Video edukasi *screen time* efektif membantu orang tua mengurangi intensitas penggunaan *gadget* pada anak. Diharapkan orang tua memanfaatkan media edukasi serupa sebagai upaya preventif terhadap kecanduan *gadget*.

Kata kunci: Video Edukasi *Screen Time*, Penggunaan *Gadget*.

ABSTRACT

Educational videos are a medium for delivering information in the form of visual recordings that convey messages and moral values to individuals, groups, or communities. *Gadgets* are small electronic devices with specific functions. This study aimed to determine the effect of screen time educational videos for parents on gadget use among preschool children. The research method used a pre-experimental design with a one-group pre-test and post-test approach conducted over 3 sessions, utilizing a gadget usage questionnaire and an educational module. The population in this study consisted of all parents or caregivers of children who use gadgets at TK Aziziah, totaling 50 respondents. A sample of 45 respondents was selected using simple random sampling. Data analysis using SPSS with the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed that before the intervention, gadget use among

children was in the high category for 32 respondents (71.1%). After giving the educational video, gadget use decreased to the moderate category in 33 respondents (73.3%). The Wilcoxon test results indicated a significant effect of the screen time educational video on gadget use among preschool children ($p\text{-value} = 0.000 < \alpha = 0.05$). Screen time educational videos are effective in helping parents reduce the intensity of gadget use in children. It is recommended that parents utilize similar educational media as a preventive effort against gadget addiction.

Keywords: Screen Time Educational Video, Gadget Use.

PENDAHULUAN

Pada era yang sangat maju ini, keberadaan *gadget* telah menjadi kebutuhan utama, baik bagi anak-anak maupun orang dewasa. *Gadget* tidak hanya digunakan sebagai alat komunikasi, melainkan juga sebagai sarana untuk memudahkan berbagai aktivitas lain. Baru-baru ini, kita sering melihat orang tua memberikan *gadget* kepada anak-anak usia Prasekolah. *Gadget* adalah istilah dalam bahasa Inggris yang merujuk pada teknologi kecil berfungsi khusus, meskipun sering kali dihubungkan dengan inovasi atau barang baru (Afdalia, 2023). Menurut Andriani (2023), teknologi yang sangat populer pada saat ini adalah *gadget*.

Penggunaan *gadget* pada saat ini tidak terbatas hanya pada usia dewasa (20 tahun) keatas dan remaja (12-20 tahun) saja tetapi saat ini anak-anak sekolah (6-12 tahun) bahkan anak prasekolah (3-6 tahun) juga sudah menggunakan *gadget*. Penggunaan *gadget* tidak hanya sebagai media belajar melainkan juga sebagai media hiburan. Orang tua adalah sebagai tempat Pendidikan utama bagi anak-anaknya dan sangat berperan penting untuk perkembangan anak, mencegah dan menangani dampak buruk dari perkembangan teknologi (*Gadget*). Ada beberapa cara yang bisa dilakukan orang tua dalam mengawasi anak usia prasekolah saat menggunakan *Gadget*, yang pertama yaitu batasi waktu anak bermain *Gadget*, yang kedua hindari ketergantungan anak dalam menggunakan *Gadget*, yang Ke tiga sesuaikan konten dengan usia perkembangan anak, ke empat berikan waktu dan perhatian khusus untuk anak. (Dinda Wardianti et al., 2024).

Menurut *World Health Organization (WHO)*, anak usia prasekolah disarankan untuk memiliki waktu layar yang sangat terbatas, yaitu tidak lebih dari satu jam per hari untuk anak usia 3-6 tahun, dan tanpa waktu layar sama sekali untuk anak di bawah 2 tahun. Namun, di berbagai negara, termasuk Indonesia, tingkat kepatuhan terhadap rekomendasi ini masih sangat rendah. Data global menunjukkan bahwa sekitar 80% anak usia dini terpapar screen time berlebih, yang berisiko pada keterlambatan perkembangan sosial dan gangguan tidur (WHO, 2021). Berdasarkan dari Kementerian Kesehatan RI (2022), 70% anak usia prasekolah di Indonesia menghabiskan lebih dari dua jam per hari menggunakan *gadget*, melebihi rekomendasi dari WHO, yang menyarankan waktu layar maksimal satu jam per hari untuk anak usia 3-6 tahun. Penggunaan *gadget* yang berlebihan pada usia ini dapat berdampak negatif, seperti penurunan kualitas tidur, keterlambatan bicara, hingga kurangnya interaksi sosial. (Kementerian Kesehatan RI (2022). Di Jawa Timur fenomena ini menjadi tantangan besar, yang mana menunjukkan bahwa lebih dari 60% anak usia prasekolah menggunakan *gadget* lebih dari 2 jam per hari. Kota Probolinggo, sebagai salah satu wilayah dengan perkembangan teknologi yang cukup pesat, juga menghadapi situasi serupa. (Dinas Kesehatan Jawa Timur (2022). Laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Probolinggo (2022) menunjukkan bahwa 68% anak usia prasekolah di wilayah tersebut menggunakan *gadget* selama lebih dari dua jam per hari. Jumlah ini melampaui rekomendasi WHO, yang menetapkan batas waktu layar maksimal satu jam per hari untuk anak usia 3-6 tahun. Selain itu, survei lokal yang dilakukan oleh Dinas Pendidikan Probolinggo (2022) mengungkapkan

bahwa sebagian besar orang tua tidak memiliki pemahaman yang memadai tentang dampak penggunaan *gadget* berlebih terhadap perkembangan anak. (Dinas Pendidikan Probolinggo (2022).

Berdasarkan Studi Pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti tanggal 20 Desember 2024 Di TK Aziziah. Dari 50 orang tua dengan metode wawancara didapatkan bahwa anaknya menggunakan *gadget*. Hal ini terjadi karena banyak orang tua yang kurang memahami batasan *screen time* yang sehat untuk anak usia prasekolah. Sebagian besar orang tua memanfaatkan *gadget* sebagai alat untuk menghibur atau menenangkan anak, tanpa menyadari dampaknya terhadap perkembangan anak, seperti gangguan interaksi sosial, penurunan konsentrasi, dan keterlambatan bicara.

Penggunaan *gadget* oleh anak usia prasekolah dipengaruhi oleh beberapa faktor yang meliputi faktor Norma dan kebiasaan keluarga, akses yang mudah, dan pengaruh teman sebaya. Norma dan kebiasaan keluarga dapat mempengaruhi anak dalam menggunakan *gadget* karna anak mencontoh langsung dan tertarik ketika orang tua menggunakan *gadget*. Selain itu, akses yang mudah juga dapat mempengaruhi penggunaan *gadget* pada anak karna di zaman sekarang teknologi yang berkembang pesat memudahkan anak-anak sering terpapar *gadget*. Faktor lainnya, teman sebaya juga berpengaruh dalam penggunaan *gadget* karna anak-anak di sekitarnya juga sering bermain *gadget* sehingga anak tersebut merasa perlu untuk ikut serta dalam menggunakan *gadget* (Hidayat & Maesyaroh, 2022).

Menurut Halim et al., (2023). Dampak menggunakan *gadget* pada anak prasekolah yang berlebih akan menimbulkan mengganggu kesehatan anak, ketergantungan, dan anak kurang bersosialisasi. Dan menurut Beno et al., (2022) juga menyebutkan bahwa Dampak dari penggunaan *gadget* yang terlalu lama pada anak yaitu anak menjadi tidak peka terhadap kehidupan sosial, kecanduan *gadget*, egois, keras kepala, emosi yang tidak stabil, dapat menghambat gerakan fisik motorik anak sehingga mereka menjadi malas untuk beraktifitas dan respons yang lambat

Menurut Penelitian sebelumnya Arsyad, (2020). Penggunaan Media video edukasi menjadi solusi alternatif untuk meningkatkan pemahaman terhadap materi pembelajaran yang dianggap sulit dipahami melalui metode konvensional. Edukasi *screen time* pada orang tua ada banyak caranya yaitu menggunakan Media video edukasi, media video edukasi menjadi salah satu metode yang efektif karena mampu menyampaikan informasi secara visual dan mudah dipahami. Video edukasi adalah rekaman gambar langsung yang ditampilkan beserta isi pesan dan moral terhadap individu, kelompok, atau masyarakat. Video edukasi dapat digunakan sebagai media penyampaian informasi kepada individu, kelompok dan masyarakat. Video edukasi mengandung berbagai aspek seperti gambar, animasi, suara dan teks. Melalui video edukasi, orang tua dapat diberikan pengetahuan mengenai dampak positif dan negatif *gadget* serta cara mengelola waktu layar (*screen time*) anak. Dengan pemahaman yang lebih baik, diharapkan orang tua dapat membatasi penggunaan *gadget* pada anak usia prasekolah di TK Aziziah.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengkaji Pengaruh Video Edukasi *Screen Time* Pada Orang Tua Terhadap Penggunaan *Gadget* Pada Anak Pra Sekolah Di TK Aziziah Desa Karangbong barat, Kecamatan pajarakan, Kabupaten Probolinggo.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggunakan desain *pra-eksperimental* dengan pendekatan *one group pre-post test design* 3x pertemuan menggunakan kuesioner penggunaan *gadget* dan modul. Populasi penelitian ini semua orang tua yang mengasuh anaknya yang memiliki anak menggunakan *gadget* di tk aziziah yang berjumlah 50 responden, dengan sampel 45

responden yang dipilih secara simple random sampling. Analisis data menggunakan SPSS dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

PEMBAHASAN

Tabel 1: Karakteristik responden berdasarkan Data umum menampilkan karakteristik responden yang terdiri dari: Data umum menyajikan data-data berupa karakteristik yang meliputi jenis kelamin Anak, Usia Anak, Usia Ibu, Tingkat Pendidikan Ibu. Sedangkan, data khusus menyajikan penggunaan *Gadget* pada anak Prasekolah

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki-Laki	26	57,8
Perempuan	19	42,2
Jumlah	45	100
Usia Anak	Frekuensi (f)	Presentase (%)
5 Tahun	31	68,9
6 Tahun	14	31,1
Jumlah	45	100
Usia Ibu	Frekuensi (f)	Presentase (%)
20-25 Tahun	7	15,6
26-30 Tahun	16	35,5
31-35 Tahun	12	26,7
36-40 Tahun	6	13,3
41-45 Tahun	4	8,9
Jumlah	45	100
Tingkat Pendidikan Ibu	Frekuensi (f)	Presentase (%)
SD	6	13,3
SMP	8	17,8
SMA	25	55,6
PERGURUAN TINGGI	6	13,3
Jumlah	45	100
Durasi Penggunaan Gadget	Frekuensi (f)	Presentase (%)
3 Jam	8	17,8
4 Jam	21	46,7
5 Jam	12	26,7
6 Jam	4	8,9
Jumlah	45	100
Alasan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Anak Rewel/Menangis	16	35,6
Agar Anak Tidak Bermain Jauh	19	42,2

Agar Anak Bisa Belajar	10	22,2
Jumlah	45	100
Sebelum Dilakukan Video Edukasi Screen Time Pada Orang Tua Terhadap Penggunaan Gadget Pada Anak Prasekolah	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Rendah	0	0
Sedang	13	28,9
Tinggi	32	71,1
Jumlah	45	100
Penggunaan Gadget Pada Anak Prasekolah Sesudah Dilakukan Video Edukasi Screen Time Pada Orang Tua	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Rendah	9	20,0
Sedang	33	73,3
Tinggi	3	6,7
Jumlah	45	100

Sumber : Data Primer Lembar Observasi Penelitian juni 2023

Berdasarkan data yang diperoleh pada tabel 1 dapat disimpulkan bahwa, diatas didapatkan bahwa mayoritas jenis kelamin anak dari responden terbanyak adalah Laki-laki sejumlah 26 anak (57,8%) dan Perempuan 19 anak (42,2%). didapatkan bahwa mayoritas usia anak dari responden terbanyak adalah 5 tahun sejumlah 31 anak (68,9%) dan usia 6 tahun sebanyak 14 anak (31,1%). didapatkan bahwa mayoritas usia ibu sebagai responden terbanyak adalah usia 26-30 Tahun sebanyak 16 ibu (35,5%), sedangkan yang paling sedikit usia 41-45 Tahun sebanyak 4 ibu (8,9%). didapatkan bahwa mayoritas tingkat pendidikan ibu sebagai responden terbanyak adalah SMA sejumlah 25 responden (55,6%), SD sejumlah 6 responden (13,3%), perguruan tinggi sejumlah 6 responden (13,3%). didapatkan bahwa durasi penggunaan *Gadget* pada anak responden mayoritas terbanyak adalah dengan durasi penggunaan 4 jam sebanyak 21 anak (46,7%), sedangkan yang paling sedikit 6 jam sebanyak 4 anak (8,9%). didapatkan bahwa alasan responden memberikan *gadget* pada anak mayoritas terbanyak adalah karena anak agar tidak bermain jauh sebanyak 19 responden (42,2%), sedangkan yang paling sedikit agar anak bisa belajar sebanyak 10 responden (22,2%). menunjukan bahwa nilai penggunaan *gadget* pada anak usia prasekolah di TK Aziziah Kabupaten Probolinggo Sebelum dilakukan Video Edukasi *Screen Time* mayoritas terbanyak adalah tinggi sebanyak 32 anak (71,1%), sedang sebanyak 13 anak (28,9%). menunjukan bahwa

nilai penggunaan *gadget* pada anak usia praseklah di TK Aziziah Kabupaten Probolinggo sesudah dilakukan Video Edukasi *Screen Time* Sebagian Besar tergolong kategori Sedang dalam penggunaan *gadget* pada anak usia prasekolah sebanyak 33 responden (73,3%), sedangkan 3 responden (6,7%) masih tergolong dalam kategori tinggi dalam menggunakan *gadget* pada anak usia prasekolah.

Tabel 2 : Analisa Pengaruh Sebelum dan Sesudah Dilakukan Video Edukasi *Screen Time* Pada Orang Tua Terhadap Penggunaan *Gadget* Pada Anak Prasekolah Di TK Aziziah Kabupaten Probolinggo Pada bulan Mei 2025

Posttest penggunaan <i>gadget</i>									
Pretest penggunaan <i>Gadget</i>		Sedang				Tinggi			
Rendah		F		%		F		%	
Total	%								
Rendah		0	0	0	0	0	0	0	0
Sedang		5	38,5%	7	53,8%	1	7,7%	13	
Tinggi		4	12,5%	26	81,3%	2	6,3%	100%	
Total		9	20%	33	73,3%	3	6,7%	32	
p-value = 0.000 $\alpha = < 0.05$								100%	
								45	
								100%	

Berdasarkan tabel 2 Berdasarkan hasil tabulasi silang diatas didapatkan data pada saat *pretest* dengan kategori tinggi sebanyak 32 anak (71,1%) dan kategori sedang sebanyak 13 anak (28,9%). Kemudian setelah diberikan intervensi atau hasil data *posttest* pada kategori sebanyak 33 responden (73,3%), sedangkan 3 responden (6,7%). Hasil uji statistic dengan menggunakan windows SPSS *Wilcoxon Signed Rank Test* SPSS didapatkan $P=0,000$ dengan $\alpha=<0,05$, lebih kecil dibandingkan dengan α , maka H_1 diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Pengaruh Video Edukasi *Screen Time* Pada Orang Tua Terhadap Penggunaan *Gadget* Pada Anak Prasekolah Di TK Aziziah Kabupaten Probolinggo. Untuk mengetahui pengaruh video edukasi *screen time* menggunakan bantuan uji SPSS dengan Uji *Wilcoxon* dikarenakan data berpasangan dengan skala data ordinal.

PEMBAHASAN

Mengidentifikasi Penggunaan *Gadget* Pada Anak Prasekolah Sebelum Diberikan Video Edukasi *Screen Time*.

Berdasarkan hasil penelitian hasil analisis pada tabel 1 didapatkan bahwa nilai penggunaan *gadget* pada anak prasekolah di TK Aziziah kabupaten probolinggo sebelum dilakukan video edukasi *Screen Time* mayoritas tergolong kategori Tinggi dalam penggunaan *gadget* pada anak prasekolah sebanyak 32 anak (71,1%). Berdasarkan hasil kuesioner yang sudah di isi oleh responden yaitu anak menghabiskan waktu 3 jam/hari untuk bermain *gadget* oleh karena itu hasil penggunaan *gadget* pada anak menjadi tinggi dan untuk alasannya agar anak tidak bermain jauh.

Pada era yang sangat maju ini, keberadaan *gadget* telah menjadi kebutuhan utama, baik bagi anak-anak maupun orang dewasa. *Gadget* tidak hanya digunakan sebagai alat komunikasi, melainkan juga sebagai sarana untuk memudahkan berbagai aktivitas lain. Baru-

baru ini, kita sering melihat orang tua memberikan *gadget* kepada anak-anak usia Prasekolah. Berdasarkan dari Kementerian Kesehatan RI (2022), 70% anak usia prasekolah di Indonesia menghabiskan lebih dari dua jam per hari menggunakan *gadget*, melebihi rekomendasi dari WHO, yang menyarankan waktu layar maksimal satu jam per hari untuk anak usia 3-6 tahun. Penggunaan *gadget* yang berlebihan pada usia ini dapat berdampak negatif, seperti penurunan kualitas tidur, keterlambatan bicara, hingga kurangnya interaksi sosial. (Kementerian Kesehatan RI (2022).

Berdasarkan hasil penelitian dengan responden, Peneliti juga menjelaskan bahwa kategori tinggi dilihat dari hasil kuesioner yang diisi oleh responden dan juga berdasarkan data mengenai durasi penggunaan *gadget* pada anak responden mayoritas terbanyak adalah dengan durasi penggunaan 4 jam sebanyak 21 anak (46,7%), dan alasan ibu memberikan *gadget* pada anak karena agar anak tidak bermain jauh sebanyak 19 responden (42,2%). Beberapa ibu menjelaskan upaya dari ibu untuk mengurangi penggunaan *gadget* pada anak, ibu masih bingung dalam mengurangi penggunaan *gadget* pada anaknya jika disaat anak sudah bermain jauh, maka ketika anak meminta untuk memegang *gadget* ibu pasti akan langsung memberikan pada anaknya supaya tidak bermain jauh dan disisi lain menjelaskan bahwa memang dari ibu sendiri juga lebih senang memegang *gadget* sehingga ibu sendiri pun tidak bisa untuk mengurangi penggunaan *gadget* pada dirinya.

Kemudian dilihat dari pendidikan terakhir responden mayoritas terbanyak pendidikan terakhir adalah SMA sebanyak 25 responden (55,6%) sehingga bisa dimaklumi jika masih banyak ibu yang masih bingung dengan cara mengurangi penggunaan *gadget* pada anak, dari penelitian ini faktor yang menjadi pemicu penggunaan *gadget* pada anak tergolong tinggi karena memang ibu sendiri yang memberikan *gadget* pada anak dan ibu sendiri tidak bisa lepas dengan *gadget* dan tidak bisa untuk mengurangi penggunaan *gadget*. Maka dari itu perlu adanya kekonsistenan keluarga untuk mengurangi penggunaan *gadget* terutama pada anak prasekolah dengan adanya video edukasi *screen time*.

Penggunaan *gadget* oleh anak usia prasekolah dipengaruhi oleh beberapa faktor yang meliputi faktor Norma dan kebiasaan keluarga, akses yang mudah, dan pengaruh teman sebaya. Norma dan kebiasaan keluarga dapat mempengaruhi anak dalam menggunakan *gadget* karna anak mencontoh langsung dan tertarik ketika orang tua menggunakan *gadget*. Selain itu, akses yang mudah juga dapat mempengaruhi penggunaan *gadget* pada anak karna di zaman sekarang teknologi yang berkembang pesat memudahkan anak-anak sering terpapar *gadget*. Faktor lainnya, teman sebaya juga berpengaruh dalam penggunaan *gadget* karna anak-anak di sekitarnya juga sering bermain *gadget* sehingga anak tersebut merasa perlu untuk ikut serta dalam menggunakan *gadget* (Hidayat & Maesyaroh, 2022).

Asumsi peneliti dalam penelitian ini bahwa responden (ibu) masih kurang paham tentang apa saja upaya dalam mengurangi penggunaan *gadget* pada anak dan ibu sendiri tidak bisa lepas dengan *gadget* dan tidak bisa untuk mengurangi penggunaan *gadget*. Karena dalam mengurangi penggunaan *gadget* perlu adanya kekonsistenan ibu dalam upaya mengurangi penggunaan *gadget* pada anak usia prasekolah.

Mengidentifikasi Penggunaan Gadget Pada Anak Prasekolah Sesudah Diberikan Video Edukasi Screen Time.

Berdasarkan tabel 1 menunjukan bahwa nilai penggunaan *gadget* pada anak usia prasekolah di TK Aziziah kabupaten probolinggo sesudah dilakukan video edukasi *screen time* sebagian besar tergolong kategori sedang dalam penggunaan *gadget* pada anak usia prasekolah sebanyak 33 responden (73,3%). Rendah sebanyak 9 responden (20,0%), sedangkan 3 responden (6,7%) masih tergolong dalam kategori tinggi dalam penggunaan *gadget* pada anak usia prasekolah. Berdasarkan hasil kuesioner yang sudah diisi oleh responden yaitu orang tua membatasi anak untuk bermain *gadget* selama 2 jam/hari oleh

karena itu hasil penggunaan *gadget* pada anak menjadi sedang dan untuk alasannya agar anak bisa belajar.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa video edukasi yang membahas tentang *screen time* efektif dalam meningkatkan pengetahuan orang tua maupun guru terkait dampak negatif penggunaan *gadget* pada anak. Penelitian oleh Husna et al. (2023) mengembangkan video edukasi yang menyoroti dampak *screen time* terhadap postur tubuh, kesehatan mata, dan pola tidur anak. Hasilnya menunjukkan bahwa pendekatan ini efektif dalam menyampaikan informasi dan meningkatkan kesadaran orang tua akan pentingnya membatasi penggunaan *gadget*.

Menurut peneliti memang perlu adanya edukasi tentang video edukasi *screen time* untuk menjadi upaya dalam penggunaan *gadget* pada anak prasekolah. Karena ada beberapa kelebihan dalam video edukasi *screen time* ini yakni orang tua bisa mengetahui bagaimana cara untuk mengurangi penggunaan *gadget* pada anak dan juga ditinjau dilapangan saat diberikan video edukasi *screen time* ini membuat responden menjadi faham bagaimana cara atau upaya ibu untuk mengurangi penggunaan *gadget* pada anak. Ternyata setelah di observasi ulang dengan 3 responden tersebut yang nilai pre&post tetap tinggi menjelaskan bahwa responden tidak berminat untuk membuat permainan sebagai pengganti *gadget* dan responden tidak bisa konsisten untuk mengurangi penggunaan *gadget* pada dirinya serta pada anaknya.

Hal ini sesuai dari Penelitian sebelumnya Arsyad, (2020). Penggunaan Media video edukasi menjadi solusi alternatif untuk meningkatkan pemahaman terhadap materi pembelajaran yang dianggap sulit dipahami melalui metode konvensional. Edukasi *screen time* pada orang tua ada banyak caranya yaitu menggunakan Media video edukasi, media video edukasi menjadi salah satu metode yang efektif karena mampu menyampaikan informasi secara visual dan mudah dipahami. Video edukasi adalah rekaman gambar langsung yang ditampilkan beserta isi pesan dan moral terhadap individu, kelompok, atau masyarakat. Video edukasi dapat digunakan sebagai media penyampaian informasi kepada individu, kelompok dan masyarakat. Video edukasi mengandung berbagai aspek seperti gambar, animasi, suara dan teks. Melalui video edukasi, orang tua dapat diberikan pengetahuan mengenai dampak positif dan negatif *gadget* serta cara mengelola waktu layar (*screen time*) anak.

Perubahan dari kategori tinggi ke sedang karena usaha dari ibu sendiri untuk mengurangi penggunaan *gadget* pada anaknya dan telah menerapkan video edukasi *screen time*. Melalui beberapa responden menjelaskan bahwa ia telah melakukan yang meliputi orang tua membatasi waktu penggunaan *gadget* pada anak, dari penjelasan beberapa responden ia memberikan batasan waktu mulai dari pulang sekolah memegang hp hanya 30 menit dengan menggunakan timer, orang tua menjadi teladan bagi anak, dari penjelasan beberapa responden ia mencontohkan tidak memegang *gadget* di depan anak selama anak tidak memegang *gadget* hanya disaat anak sudah tidur memegangnya.

Orang tua hendaknya tidak menggunakan *smartphone* sebagai penenang emosi anak, dari penjelasan beberapa responden ia disini menggunakan cara ketika si anak mau bermain jauh atau menangis untuk memegang hp maka ibu mengajaknya untuk membeli atau diajak bermain kerumah tetangganya, orang tua penting menjembatani kesenjangan komunikasi, dari penjelasan beberapa responden ia menjelaskan bahwa biasanya anak ketika pulang sekolah minta pegang hp ibu memberi dengan timer 30 menit kemudian ibu menanyakan bagaimana saat disekolah, orang tua menciptakan zona bebas teknologi di rumah, dari penjelasan beberapa responden ia mencontohkan saat diumah tidak boleh ada yg pegang hp saat makan dan ibu sudah menerapkan ketika anak meminta hp ibu akan mengganggu dengan membuat bermacam mainan namun karena si anak lebih tau maka ibu mengajak untuk bermain bersama.

Orang tua harus bekerja sama dengan guru di sekolah, dari penjelasan beberapa responden ia saat mengantar anak sekolah meminta tolong pada guru untuk menyampaikan jangan terlalu sering main hp atau menonton televisi, karena kadang-kadang menurutnya, anak lebih nurut apa kata guru di sekolah. Akan tetapi beberapa ibu menjelaskan bahwa cara untuk mengganti gadget dengan permainan bekas atau harus membuat permainan ibu tidak bisa konsisten tetapi ibu akan menggunakan mainan yg sudah ada atau dengan membeli sebagai pengganti gadget pada anak.

Setelah dievaluasi pada ibu bahwa penggunaan gadget pada anaknya sedikit berkurang dengan dilakukan video edukasi *screen time*. namun masih belum sepenuhnya tidak memegang hp hanya anak sudah ada batasan untuk memegang hp sehingga dengan adanya video edukasi *screen time* ibupun juga bisa lebih faham untuk menghadapi anak saat meminta untuk menggunakan gadget.

Peran orang tua sangat penting dalam mengurangi dampak negatif penggunaan gadget pada anak prasekolah. Orang tua memiliki tanggung jawab untuk membatasi waktu penggunaan gadget, memilih konten yang sesuai usia, serta menjadi teladan dalam penggunaan teknologi secara sehat. Penelitian oleh Nugroho dkk. (2022) menunjukkan bahwa orang tua yang menerapkan jadwal penggunaan gadget secara konsisten dan mengalihkan perhatian anak ke aktivitas fisik atau interaktif cenderung memiliki anak dengan perilaku yang lebih seimbang.

Asumsi peneliti dalam penelitian ini ketika sudah dilakukan pemberian video edukasi menunjukan ada perubahan dalam penggunaan gadget pada anak dan upaya ibu dalam mengurangi penggunaan gadget pada anak karena ibu sudah lebih faham bagaimana menghadapi dan upaya dalam mengurangi penggunaan gadget pada anak usia prasekolah, namun juga ada beberapa ibu yang tidak mengalami perubahan dikarenakan faktoribu yang masih belum memberikan gadget dengan alasan agar anak tidak bermain jauh.

Menganalisis Pengaruh Video Edukasi Screen Time Pada Orang Tua Terhadap Penggunaan Gadget Pada Anak Prasekolah

Berdasarkan tabel 1 hasil uji wilcoxon dengan menggunakan windows SPSS dengan menggunakan uji Wilcoxon didapatkan p value $0.000 < \alpha = 0.05$ maka H1 diterima. Dari hasil uji tersebut maka ada pengaruh video edukasi screen time pada orang tua terhadap penggunaan gadget pada anak prasekolah di TK Aziziah Kabupaten Probolinggo.

Berdasarkan Menurut Penelitian oleh Lestari & Mulyani (2022) menunjukkan bahwa pemberian video edukasi secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan orang tua tentang dampak screen time berlebihan pada anak. Hal ini membuktikan bahwa video edukasi merupakan media yang efektif dalam meningkatkan kesadaran orang tua terhadap penggunaan gadget pada anak usia prasekolah.

Dalam penelitian ini video edukasi *Screen Time* dilakukan 3 kali, 1 kali setiap minggu. Penggunaan *gadget* dapat diamati melalui setiap minggu sebagai berikut:

Pada pertemuan pertama, responden diberikan *pre test* Kuesioner penggunaan *gadget* pada responden, namun saat responden diberi arahan untuk cara mengisi kuesioner. Setelah *pre test* selesai diberikan, peneliti memberikan video edukasi *Screen time* menggunakan layar lebar. Di hari pertama responden tampak antusias untuk melihat video setelah diberikan edukasi, tetapi masih banyak responden kesulitan untuk memahami isi video edukasi *screen time* dan perlu bantuan peneliti untuk menjelaskan maksud dari video tersebut. Namun, minat dan antusias responden mulai terlihat sebagai langkah awal yang positif.

Pada hari kedua, responden diberikan video edukasi *screen time* menggunakan layar lebar. Saat video edukasi telah selesai dilakukan penggunaan *gadget* mulai menurun dalam menerapkan batasan penggunaan *gadget* pada anak meskipun sebagian langkah-langkah perlu arahan dari peneliti. Pada hari ketiga, responden diberikan materi mengenai dampak

menggunakan gadget yang berlebihan pada anak usia prasekolah. Materi ini disampaikan melalui video edukasi yang dirancang untuk memberikan gambaran nyata terkait resiko yang dapat ditimbulkan, seperti gangguan tidur, obesitas, penurunan konsentrasi. Video tersebut juga memuat penjelasan dari para ahli dan contoh kasus ringan yang mudah dipahami orang tua. Setelah menonton responden diberikan kuesioner posttest dan diajak untuk berdiskusi mengenai isi video dan membagikan pengalaman pribadi terkait penggunaan gadget pada anak di rumah. Diskusi berlangsung secara santai namun tetap terarah, sehingga membuka kesadaran responden akan pentingnya peran mereka dalam mengawasi dan mengatur *screen time* anak.

Hal ini sesuai dengan temuan penelitian Wahyuni (2021) mengenai efektivitas video edukasi sebagai media untuk meningkatkan pemahaman orang tua tentang durasi *screen time* yang sehat bagi anak. Video edukasi dinilai mampu menyampaikan informasi dengan cara yang menarik dan mudah dipahami, sehingga mendorong orang tua untuk lebih sadar dalam mengontrol waktu penggunaan gadget pada anak. Hasil penelitian Yuliana dan Fitriani (2022) juga menunjukkan bahwa penyuluhan melalui media video interaktif berdampak signifikan terhadap peningkatan pengetahuan orang tua mengenai bahaya *screen time* berlebihan. Dengan pengetahuan yang meningkat, orang tua lebih termotivasi untuk menerapkan aturan yang konsisten terkait penggunaan gawai anak di rumah (Yuliana & Fitriani, 2022).

Sehingga sebelum dan sesudah dilakukan edukasi dapat disimpulkan bahwa video edukasi *Screen Time* memiliki pengaruh untuk mengurangi penggunaan gadget pada anak. Maka untuk selanjutnya karena video edukasi *Screen Time* udah terbukti memiliki pengaruh untuk mengurangi penggunaan gadget pada anak bisa menjadi bahan evaluasi bagi pemerintah, guru, dan orang tua supaya di waktu yang akan datang dapat dilahirkan sebuah formula atau sistem yang dapat mengatur perilaku anak dalam mengakses *gadget* namun mampu menghindarkan pengguna dari kecanduan. Dan untuk kedepannya perlu diadakan terus edukasi tentang cara mengurangi penggunaan *gadget* pada anak untuk mencegah kecanduan pada *gadget* secara berkelanjutan, mungkin dari pihak sekolah yang menjadi tempat kedua dari rumah anak-anak bisa diajarkan kepada anak bahwa harus tidak boleh sering menggunakan *gadget* dan bisa diadakan video edukasi *Screen Time* dengan orang tua yang memiliki anak yang menggunakan *gadget* ataupun dari pihak RT/RW bisa diadakan acara tentang edukasi untuk mengurangi penggunaan gadget untuk mencegah terjadinya kecanduan gadget pada anak juga orang dewasa. Dengan adanya video edukasi *Screen Time* ini dapat memberikan pengetahuan tentang bagaimana upaya dalam mengurangi terjadinya kecanduan *gadget*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan peneliti di atas dapat disimpulkan sebagai berikut: Penggunaan *gadget* pada anak usia prasekolah sebelum dilakukan video edukasi *screen time* mayoritas termasuk dalam kategori tinggi sebanyak 32 responden (71,1%). Penggunaan *gadget* pada anak usia prasekolah sesudah dilakukan video edukasi *screen time* sebagian besar tergolong kategorisedang sebanyak 33 responden (73,3%), rendah sebanyak 9 responden (20,0%) Sedangkan 3 responden (6,7%) masih tergolong tinggi. Ada pengaruh video edukasi *screen time* pada orang tua terhadap penggunaan *gadget* pada anak prasekolah di TK Aziziah Kabupaten Probolinggo. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan windows SPSS dengan menggunakan Uji *Wilcoxon* di dapatkan nilai $p\text{ value } 0.000 < \alpha = 0.05$. Saran Bagi Institusi Pendidikan: Diharapkan institusi pendidikan, khususnya TK Aziziah, dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai acuan untuk mengembangkan program edukasi kepada orang tua terkait penggunaan *gadget* yang sehat pada anak prasekolah. Penyampaian informasi melalui media video edukasi dapat dijadikan metode

alternatif dalam meningkatkan kesadaran orang tua mengenai dampak *screen time* berlebih. Bagi Profesi Keperawatan: Tenaga keperawatan, khususnya perawat komunitas, diharapkan dapat memanfaatkan media video edukasi sebagai salah satu intervensi promosi kesehatan untuk mengedukasi orang tua mengenai pentingnya membatasi *screen time* anak dan mendampingi penggunaan *gadget* secara bijak demi tumbuh kembang anak yang optimal. Bagi Lahan Penelitian: TK Aziziah Kabupaten Probolinggo diharapkan dapat terus menjadi tempat yang mendukung kegiatan penelitian terutama yang berkaitan dengan kesehatan anak usia dini, sehingga bisa memberikan kontribusi nyata dalam peningkatan pengetahuan dan praktik orang tua maupun tenaga pendidik di bidang tumbuh kembang anak. Bagi Responden (Orang Tua): Orang tua sebagai responden diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang diperoleh dari video edukasi dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam mendampingi anak menggunakan *gadget* dan menetapkan batas waktu *screen time* yang sehat sesuai usia anak. Bagi Peneliti Selanjutnya: Diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengembangkan materi video edukasi dengan pendekatan yang lebih interaktif dan variatif, serta memperluas cakupan responden dari berbagai daerah untuk memperoleh hasil yang lebih representatif. Peneliti lanjutan juga disarankan untuk melakukan penelitian langsung terhadap anak agar hasil lebih efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- A.Gide. (2018). Penelitian Rencana Menyeluruh dari Penelitian Mencakup hal-hal yang akan dilakukan Peneliti m. A. Gide, 25, 5–24.
- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W. T., Oktaviani, N. P. W., Seri Asnawati Munthe, Victor Trismanjaya Hulu, Indah Budiastutik, Ahmad Faridi, Radeny Ramdany, Rosmauli Jerimia Fitriani, Putu Oky Ari Tania, Baiq Fitria Rahmiati, Sanya Anda Lusiana, Andi Susilawaty, Efendi Sianturi, & Suryana. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan (Cetakan pertama). Penerbit Yayasan Kita Menulis.
- Afdalia, A. P., & Gani, I. (2023). Dampak pengaruh gadget terhadap interaksi sosial anak usia dini. *Jurnal Bimbingan Penyuluhan Islam*, 10(1), 87–96.
- Alwinwidhiyanto. No Title LEPERAWATAN ANAK SEHAT DAN SAKIT AKUT. Hak Cipta 2023. @ Media Sains Indonesia dan Penulis.
- Arsyad, A. (2020). Media Pembelajaran. Jakarta Rajawali Pers.
- Assiraj, ainun nurul azizah. (2021). DETERMINAN PERILAKU PERSONAL HYGIENE GENITALIA PADA REMAJA PUTRI DI MTS PEMBANGUNAN UIN JAKARTA. xv + 109.
- Backhaus, I., D'Egidio, V., Saulle, R., Masala, D., Firenze, A., De Vito, E., Mannocci, A., & La Torre, G. (2020). Health-related quality of life and its associated factors: results of a multi-center cross-sectional study among university students. *Journal of Public Health*, 42(2), 285–293. <https://doi.org/10.1093/pubmed/fdz011>.
- Beno, J., Silen, A. ., & Yanti, M. (2022).
- Dinas Kesehatan Jawa Timur. (2021). Laporan Tahunan Kesehatan Anak dan Remaja di Jawa Timur. Surabaya: Dinas Kesehatan Jawa Timur.
- Dinas Pendidikan Kota Probolinggo. (2022). Survei Kebiasaan Penggunaan Gadget pada Anak Usia Prasekolah. Probolinggo: Dinas Pendidikan.
- Dinda Wardianti, Diana Rhismawati Djupri, Aat Yatnikasari, & Nila Rostarina. (2024). Hubungan Pengawasan Orang Tua Dalam Penggunaan Gadget Dengan Tingkat Perkembangan Pada Anak Usia Prasekolah di Wilayah RW 001 Kelurahan Pondok Betung Kecamatan Pondok Aren Kota Tangerang Selatan. *NAJ: Nursing Applied Journal*, 2(4), 01–15. <https://doi.org/10.57213/naj.v2i4.350>

- E. Wandella, A. D. (2022). Hubungan Antara Penggunaan Gadget Dengan Perkembangan Pada Anak Usia Pra Sekolah DI PAUD AL- ISLAH MALANG. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widyagama Husada Malang, Skripsi, 73–74.
- Fadillah, A., GatotCandra, P., & ButiAzfianiAzhali. (2020). *Perubahan Lama Screen Time, Pola Tidur, dan Pola Makan pada Anak Sebelum dan Setelah Kebijakan Belajar di Rumah*.
- Farah Maulida, H. (2022). Peran Screen Time dan Gadget Terhadap Kemampuan Berbahasa pada Anak Usia Dini... *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana*, 394–401.
- Fitria, E. Y. (2020). Pengaruh Video Edukasi Terhadap Pengetahuan Pencegahan Obesitas Pada Siswa Kelas IV Di SDN 8 Kota Bengkulu. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 465, 106–111.
- Halim, A., Qotuz, A., & Fitriana, Z. (2023). Peran Orang Tua Dalam Membagi Waktu Belajar Anak Usia 0-5 Tahun Pada Masa Penggunaan Gadget Di Desa Liprak Kidul. *Jurnal Ilmu Sosial, Humaniora Dan Seni (JISHS)*, 1(3), 529–536.