

## Deskripsi *Screen Time* pada Anak Usia 6 – 12 Bulan di Wilayah Puskesmas Delanggu

Alya Olga Chairina Zahra<sup>1\*</sup>, Siti Arifah<sup>2</sup>

<sup>1-2</sup>Universitas Muhammadiyah Surakarta, Surakarta, Indonesia  
[olgachairina2@gmail.com](mailto:olgachairina2@gmail.com)<sup>1\*</sup>, [siti\\_arifah@ums.ac.id](mailto:siti_arifah@ums.ac.id)<sup>2</sup>

### Info Artikel

Submit, 04 November 2025  
Review, 12 November 2025  
Diterima, 08 Desember 2026

### Kata Kunci:

Anak usia dini, Orang tua,  
Screen Time

### Keywords:

Early Childhood, Parents,  
Screen Time

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Perkembangan teknologi digital telah menyebabkan peningkatan signifikan dalam pemakaian media layar dikalangan usia dini, termasuk anak berusia 6 – 12 bulan. Fenomena ini menimbulkan kekhawatiran terhadap potensi dampaknya terhadap aspek perkembangan anak, baik secara kognitif, sosial emosional maupun fisik. Penting untuk diketahui bagaimana pola penggunaan media digital terbentuk sejak dini. **Tujuan:** Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan secara komprehensif gambaran penggunaan *screen time* anak 6 – 12 bulan, mencakup akses media layar, frekuensi penggunaan, paparan konten, serta pendampingan orang tua selama anak menggunakan perangkat digital. **Metode:** Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan rancangan deskriptif analitik. Penentuan sampel dilakukan melalui teknik total sampling, dengan melibatkan para orang tua yang berinteraksi menggunakan media digital bersama anak mereka di wilayah Desa Gatak dan Desa Delanggu. Data dikumpulkan melalui kuesioner SCREEN-Q, yang dikembangkan berdasarkan pedoman dari American Academy of Pediatrics (AAP). **Hasil:** Sebagian besar anak usia 6 – 12 bulan memiliki durasi *screen time* berlebih dan akses yang tinggi terhadap media digital. Media layar menjadi bagian dari rutinitas harian anak dengan pendampingan orang tua yang masih diperlukan konsistensi. **Kesimpulan:** Diperlukan peran dan pendampingan orang tua yang lebih konsisten serta edukasi mendalam mengenai penggunaan media digital untuk mencegah dampak negatif yang dapat memengaruhi tumbuh kembang anak.

### ABSTRACT

**Background:** The rapid advancement of digital technology has led to a significant increase in the use of electronic media among young children, including those aged 6 – 12 months. This phenomenon raises growing concerns regarding its potential impact on various aspects of child development, including, socio-emotional, cognitive, and physical domains. Therefore, it is essential to understand how patterns of digital media use are formed from an early age. **Objective:** The objective of this study was to comprehensively describe the patterns of screen time among children aged 6 – 12 months, covering aspects such as media access, frequency of use, content exposure, and the extent of parental supervision during digital device interaction. **Method:** This research utilized a quantitative method with a descriptive-analytic design. The sample was determined using a total sampling technique involving parents who used digital media with their children in Gatak and Delanggu villages. Data collection was carried out using the SCREEN-Q questionnaire, an instrument formulated in accordance with the guidelines of the American Academy of Pediatrics (AAP) **Result:**

The result showed that most children aged 6 – 12 months had excessive screen time and high access to digital media, particularly television and smartphones. Screen exposure has become a part of daily routines, with parental supervision still lacking in consistency.

**Conclusion:** Parental involvement and consistent guidance, along with comprehensive education on digital media use, are essential to prevent negative impacts that may affect children's growth and development.



Khatulistiwa Nursing Journal is licensed under  
A Creative Commons Attribution 4.0 International License  
Copyright ©2026 STIKes YARSI Pontianak. All rights reserved

## 1. PENDAHULUAN

Kemajuan sistem dan teknologi yang berkembang dengan cepat telah menyebabkan perubahan signifikan dalam pola pemanfaatan teknologi oleh individu dari waktu ke waktu, termasuk pada kelompok anak – anak di bawah usia dewasa. Berdasarkan UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, anak usia dini didefinisikan sebagai individu dalam rentang usia 0 – 72 bulan. Usia tersebut termasuk sebagai *golden age* karena perkembangan yang terjadi pada tahap ini menjadi dasar bagi pembentukan kemampuan dan karakter anak di masa selanjutnya (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016). Pada periode tersebut, anak mengalami pertumbuhan pesat di berbagai aspek kemampuan. Penggunaan media elektronik pada anak memiliki dampak positif dan dampak negatif yang perlu dipahami. Pada sisi positif, media elektronik dapat mendukung proses pembelajaran dengan menyediakan sumber informasi yang beragam, materi edukatif, serta kesempatan eksplorasi digital yang dapat menstimulasi perkembangan kognitif. Sementara itu pada sisi negatif, penggunaan media elektronik yang tidak terkontrol berpotensi memengaruhi perkembangan anak termasuk mengganggu interaksi sosial, kualitas tidur, konsentrasi, dan kesehatan fisik (Marhun & Inten, 2023).

Berdasarkan rekomendasi WHO (2020), anak usia 0 – 12 bulan tidak dianjurkan memperoleh waktu layar sama sekali karena paparan tersebut dapat mengganggu perkembangan otak, interaksi sosial, kualitas tidur, konsentrasi, serta kesehatan fisik. Upaya meminimalkan dampak negatif teknologi adalah dengan memantau lamanya waktu anak terpapar media digital, seperti ponsel, televisi, komputer, maupun game elektronik. Durasi ini disebut sebagai *screen time*, yaitu waktu yang dihabiskan anak untuk berinteraksi dengan media layar di bawah pengawasan orang tua (Setyarini et al., 2023). Pada tingkat lokal, fenomena paparan media layar juga terlihat jelas di Desa Gatak dan Desa Delanggu sebagai lokasi penelitian. Berdasarkan data awal studi pendahuluan, sekitar 80% anak usia 6–12 bulan telah diperkenalkan pada perangkat digital, sedangkan 65% di antaranya memiliki durasi *screen time* yang melebihi batas rekomendasi WHO. Selain itu, 93% rumah tangga di kedua desa memiliki ponsel pintar dan 70% memiliki televisi yang aktif digunakan setiap hari. Pola ini menunjukkan bahwa perangkat digital menjadi bagian dari kehidupan sehari – hari keluarga dan sering digunakan sebagai alat bantu pengasuhan, terutama saat orang tua bekerja atau membutuhkan ketenangan anak. Minimnya literasi digital serta anggapan bahwa media digital bersifat edukatif turut

mendorong tingginya penggunaan perangkat oleh anak usia dini. Namun, seiring dengan kemajuan teknologi, durasi *screen time* pada anak di bawah usia satu tahun cenderung meningkat melampaui batas yang direkomendasikan (Aprilia & Thaib, 2024).

Paparan berlebihan terhadap perangkat digital seperti ponsel, laptop, televisi, dan tablet dapat menimbulkan efek negatif, terutama dalam menurunkan kualitas interaksi sosial anak dengan lingkungan sekitarnya (Pradona & Qarni, 2023). Anak yang terlalu banyak terpapar media elektronik berisiko meniru perilaku yang tidak sesuai, sehingga tanpa bimbingan yang tepat dari orang tua, keluarga, atau pendidik, perkembangan sosial dan emosionalnya dapat terganggu (Marhun & Inten, 2023). Sejalan dengan hal ini, rekomendasi WHO (2020) menegaskan anak di bawah 1 tahun sebaiknya tidak memiliki waktu layar, usia 2 – 4 tahun tidak lebih dari satu jam sehari, dan usia 5 – 17 tahun kurang dari dua jam per hari. Dengan memahami batasan ini, orang tua dapat lebih bijak mengatur interaksi anak dengan teknologi digital. Fenomena ini menjadi semakin relevan mengingat tingginya penetrasi internet di Indonesia. Menurut data survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII, 2023) menunjukkan 78,19% penduduk Indonesia atau sekitar 215.626.156 orang telah terhubung dengan internet dari total populasi 275.773.901 jiwa. Akibatnya, akses anak – anak terhadap gawai meningkat secara signifikan. Badan Pusat Statistik (BPS, 2022) menunjukkan 25,5% anak usia nol hingga empat tahun menggunakan media elektronik seperti YouTube, TikTok, televisi, dan game daring (Khairani et al., 2024). Kondisi ini menegaskan pentingnya pemahaman orang tua mengenai pola asuh modern dan pengawasan penggunaan teknologi digital.

Fenomena meningkatnya waktu untuk melihat media layar pada anak dibawah umur sering kali dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan orang tua tentang pentingnya pendampingan digital. Tantangan bagi orang tua adalah mengendalikan durasi penggunaan perangkat, karena media digital kerap digunakan sebagai alat bantu pengasuhan yang dianggap edukatif dan praktis (Simanjuntak, 2023). Orang tua bertanggung menjadi teladan dalam penggunaan teknologi yang bijak, seperti membatasi waktu dan memilih konten yang sesuai (Kholidatul Jannah et al., 2023). Pada era digital saat ini, banyak orang tua memberikan akses terhadap perangkat elektronik seperti ponsel atau tablet kepada anak sejak usia dini, bahkan sejak usia enam bulan dengan alasan untuk memudahkan aktivitas pengasuhan sehari - hari. Usia 6 – 12 bulan merupakan periode krusial dalam perkembangan anak, terutama dalam aspek sensorik, motorik, sosial, dan bahasa. Pada usia ini, anak sangat membutuhkan stimulasi langsung melalui interaksi dengan orang tua dan lingkungannya, sehingga paparan layar berlebihan berpotensi menghambat proses pembelajaran alami yang terjadi melalui kontak tatap muka, eksplorasi fisik, dan respons emosional. Di Indonesia, penggunaan perangkat digital pada bayi dan balita menunjukkan tren peningkatan, terutama karena tingginya penetrasi *smartphone*, minimnya literasi digital pada orang tua, serta anggapan bahwa media layar dapat menjadi solusi praktis untuk menenangkan anak (Eva & Aulia, 2024). Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan durasi *screen time* pada anak usia 6 –

12 bulan serta mengidentifikasi faktor – faktor yang memengaruhi praktik pemberian media layar pada kelompok tersebut.

## 2. METODE

### Desain penelitian

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif yang berlandaskan pada desain deskriptif analitik.

### Populasi dan Sampel

Populasi terdiri dari orang tua yang memiliki anak berusia 6 hingga 12 bulan dan berdomisili di Desa Gatak sebanyak 15 orang serta di Desa Delanggu sebanyak 15 orang. Populasi ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk menggambarkan kebiasaan penggunaan media layar pada anak usia 6 – 12 bulan yang merupakan fase penting dalam perkembangan anak. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode total sampling, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel dengan jumlah total 30 responden. Metode ini dipilih karena populasi relatif kecil dan mudah dijangkau. Kriteria inklusi mencakup orang tua dengan anak berumur 6 sampai 12 bulan yang tinggal di Desa Gatak atau Delanggu, mampu berkomunikasi dalam bahasa Indonesia, memiliki perangkat elektronik seperti televisi, ponsel, atau tablet, bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner, anak telah diperkenalkan pada media layar, serta anak tidak memiliki gangguan penglihatan, pendengaran, maupun keterlambatan perkembangan. Sedangkan kriteria eksklusi adalah orang tua yang mengalami gangguan kognitif yang menghambat komunikasi serta anak dengan gangguan sensori seperti pendengaran atau penglihatan. Partisipan direkrut melalui kunjungan peneliti pada kegiatan posyandu di Desa Gatak dan Delanggu. Pada kesempatan tersebut, peneliti mendata orang tua yang memenuhi kriteria, memberikan penjelasan mengenai penelitian, serta menyerahkan lembar persetujuan berpartisipasi sebelum responden dimasukkan ke dalam sampel.

### Variabel

Penelitian ini menggunakan satu variabel utama yaitu *screen time*.

### Instrumen

Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner SCREENS-Q (Screening Questionnaire for Early Electronic Media Exposure) yang dikembangkan oleh Hutton et al. (2020) berdasarkan rekomendasi American Academy of Pediatrics (AAP). Instrumen telah teruji validitas konstruk dalam studi aslinya dengan korelasi negatif yang signifikan terhadap beberapa indikator perkembangan anak, seperti CTOPP-2 ( $\rho = -0,57$ ), EVT-2 ( $\rho = -0,45$ ), GRTR ( $\rho = -0,30$ ), dan StimQ-P ( $\rho = -0,42$ ). Nilai – nilai tersebut menunjukkan bahwa SCREENS-Q memiliki validitas konstruk yang baik dalam menilai penggunaan media layar pada anak usia dini. Reliabilitas internal menggunakan metode Cronbach's alpha dan memperoleh nilai 0,74 yang menunjukkan bahwa kuisisioner ini memiliki konsistensi internal yang baik

dan dapat diandalkan dalam mengukur penggunaan media layar pada anak. Instrumen ini digunakan untuk menilai paparan media layar (*screen time*) pada anak usia dini. Instrumen SCREENS-Q yang digunakan dalam penelitian ini telah diterjemahkan dan diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh peneliti sesuai kaidah adaptasi instrumen, tanpa mengubah konstruksi dan domain aslinya. Peneliti mengadaptasi 13 dari 15 butir pertanyaan dengan menghapus dua item yang tidak relevan untuk usia 6 – 12 bulan, yaitu item tentang kemampuan anak berdiskusi dan merefleksikan konten tayangan. Kuisisioner bersifat tertutup dengan skala nominal dan ordinal, diisi oleh orang tua berdasarkan kondisi anak. Instrumen ini mencakup delapan domain yaitu akses media digital, situasi penggunaan layar, usia pertama dikenalkan layar, durasi harian, tujuan penggunaan, jenis dan konten media, kecepatan konten, serta keterlibatan orang tua. Total skor maksimal adalah 22 poin, dengan skor tinggi menunjukkan paparan *screen time* yang lebih besar.

### **Pengumpulan Data**

Data diperoleh dengan pertanyaan tertutup yang diserahkan secara langsung kepada para responden di Posyandu Desa Gatak dan Delanggu. Pertanyaan tertutup dipilih karena memudahkan responden memberikan jawaban yang jelas dan terarah, serta memungkinkan peneliti memperoleh data yang lebih objektif, konsisten, dan mudah dianalisis secara kuantitatif. Pemilihan lokasi Posyandu dilakukan karena seluruh orang tua dengan anak usia 6 – 12 bulan rutin hadir untuk memeriksakan pertumbuhan anak, sehingga memungkinkan peneliti menjangkau seluruh populasi secara mudah dan efisien. Tahapan pengumpulan dimulai dengan pengajuan surat izin penelitian kepada kepala wilayah setempat untuk memperoleh persetujuan resmi. Setelah izin diterima, peneliti melaksanakan uji coba instrumen pada 30 orang tua. Setelah instrumen dinyatakan valid untuk digunakan, peneliti menetapkan 30 responden sesuai aspek penilaian menggunakan total sampling di wilayah Desa Gatak dan Desa Delanggu. Sebelum responden mengisi kuesioner, peneliti terlebih dahulu memberikan informasi yang jelas terkait tujuan, sasaran, dan tahapan penelitian yang akan dilakukan, kemudian diminta menandatangani lembar informed consent. Responden mengisi kuesioner sesuai petunjuk dengan waktu pengerjaan sekitar 15 – 20 menit. Setelah seluruh kuesioner selesai dikumpulkan, peneliti memeriksa kelengkapan data, kemudian melakukan olah data serta menganalisis dengan memanfaatkan perangkat lunak statistik guna memperoleh hasil yang akurat dan dapat diinterpretasikan secara ilmiah.

### **Analisa Data**

Analisis data menggunakan teknik analisis univariat untuk menggambarkan hasil pengukuran variabel secara deskriptif. Data yang diperoleh dari kuesioner mengenai kebiasaan *screen time* pada anak usia 6 – 12 bulan dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS. Analisis univariat dilakukan untuk menampilkan frekuensi, serta ukuran pemusatan data seperti mean, median dan modus dari setiap indikator yang diteliti. Temuan analisis disajikan dalam bentuk tabel agar memudahkan proses

interpretasi dan memberikan visualisasi yang lebih jelas terkait pola penggunaan media layar pada anak usia 6 – 12 bulan.

### Kelayakan Etik

Penelitian ini telah mendapat izin etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nomor persetujuan 5852/B.1/KEPK-FKUMS/IX/2025.

### 3. HASIL

Penelitian ini dilakukan pada bulan September hingga Oktober 2025 di wilayah Desa Gatak dan Desa Delanggu. Populasi penelitian terdiri dari 30 responden yang merupakan orang tua dengan anak berusia 6 – 12 bulan. Proses analisis data dilakukan dengan menggunakan metode univariat guna menggambarkan data demografi partisipan dan pola *screen time* anak berdasarkan hasil pengisian kuesioner. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini dapat diuraikan sebagai berikut:

Tabel 1.  
Karakteristik Responden

Karakteristik	Kategori	F	%
Usia Ibu	<25 tahun	6	20,0
	25 – 35 tahun	22	73,3
	>35 tahun	2	6,7
Mean: 28,60 (SD: 4,874 )	Modus: 31	Minimal: 19	Maksimal: 40
Pendidikan Ibu	SD	5	16,7
	SMP	6	20,0
	SMA	13	43,3
	Perguruan Tinggi	6	20,0
Usia Anak	6 bulan	5	16,7
	7 bulan	3	10,0
	8 bulan	3	10,0
	9 bulan	4	13,3
	10 bulan	7	23,3
	11 bulan	4	13,3
	12 bulan	4	13,3
Mean: 9,10 ( SD: 2,023)	Modus: 10	Minimal: 6	Maksimal: 12
Jenis Kelamin Anak	Laki – laki	12	40,0
	perempuan	18	60,0

Berdasarkan tabel 1 sebagian besar ibu – ibu dalam penelitian ini berusia antara 25 – 35 tahun dan berpendidikan SMA, yang menunjukkan sebagian besar responden berasal dari kelompok pendidikan menengah. Anak-anak dalam penelitian ini sebagian besar berusia 9 hingga 12 bulan, dengan proporsi anak perempuan lebih tinggi daripada anak laki-laki.

Tabel 2.  
*Screen Time* Anak Usia 6 – 12 Bulan

Rentang Skor	Kategori	F	%
0 -7	Rendah	2	6,7
8 – 14	Sedang	17	56,7
15 – 22	Tinggi	11	36,7
Mean: 12,97	Modus: 15	Minimal: 7	Maksimal: 19

(SD: 3,200)

Berdasarkan tabel 2 sebagian besar anak usia 6 – 12 bulan termasuk dalam kategori sedang. Sebagian lainnya berada pada kategori tinggi, sedangkan hanya sebagian kecil anak yang tergolong dalam kategori rendah. Temuan mengindikasikan paparan media layar pada anak usia dibawah umur (6 – 12 bulan) cukup umum terjadi, dan penggunaan media tersebut sudah menjadi bagian dari aktivitas harian anak.

Tabel 3.  
Akses terhadap Media Layar

Pertanyaan	Kategori	F	%
Perangkat layar di kamar anak	Ya	26	86,7
	Tidak	4	13,3
Anak memiliki perangkat portabel	Ya	30	100
	Tidak	0	0,0
Menonton saat makan	Ya	20	66,7
	Tidak	10	33,3
Menonton saat malam hari	Ya	17	56,7
	Tidak	13	43,3
Menonton saat antri	Ya	21	70,0
	Tidak	9	30,0

Berdasarkan tabel 3 sebagian besar anak mempunyai akses yang tinggi terhadap media layar. Mayoritas anak telah memiliki atau menggunakan perangkat portabel seperti hand phone, serta sebagian besar anak juga menonton media layar saat makan, pada waktu malam hari, maupun ketika berada diluar rumah. Hasil ini membuktikan bahwa ketersediaan dan penggunaan media layar pada anak usia 6 – 12 bulan tergolong tinggi.

Tabel 4  
Frekuensi Penggunaan *Screen Time*

Pertanyaan	Kategori	F	%
Usia dikenalkan media layar	7 – 12 Bulan	9	30,0
	4 – 6 Bulan	10	33,3
	0 – 3 Bulan	11	36,7
Lama anak melihat layar	< 1 jam	6	20,0
	1 – 2,9 jam	14	46,7
	≥ 3 jam	10	33,3
Membantu tidur	Tidak pernah	9	30,0
	Kadang – kadang	11	36,7
	Sering	10	33,3
Menenangkan anak	Tidak pernah	2	6,7
	Kadang – kadang	9	30,0
	Sering	19	63,3

Analisis pada tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia 6 hingga 12 bulan mulai diperkenalkan dengan media layar pada usia kurang dari enam bulan.

Mayoritas anak memiliki durasi penggunaan media layar antara 1 hingga 3 jam per hari, sedangkan sebagian lainnya menggunakan media layar selama tiga jam atau lebih setiap harinya. Selain itu, sebagian besar anak terbiasa menggunakan media layar untuk membantu proses tidur dan sebagai sarana penenang saat anak merasa marah atau kesal. Hasil ini menunjukkan bahwa frekuensi penggunaan media layar pada anak usia 6 – 12 bulan tergolong tinggi dan telah dimulai sejak usia yang relatif dini.

Tabel 5.  
Paparan Konten

Pertanyaan	Kategori	F	%
Konten kekerasan	Tidak pernah	25	83,3
	Kadang – kadang	5	16,7
	Sering	0	0,0
Memilih tayangan sendiri	Tidak pernah	4	13,3
	Kadang – kadang	5	16,7
	Sering	21	70,0
Kecepatan konten	Lambat	19	63,3
	Cepat	11	36,7

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa sebagian besar anak usia 6 – 12 bulan tidak terpapar konten yang mengandung unsur kekerasan seperti teriakan, pukulan, ledakan, atau ledakan. Meski demikian, sebagian kecil anak masih kadang – kadang menonton tayangan dengan unsur kekerasan tersebut. Di sisi lain, mayoritas anak sudah mulai mampu memilih tayangan atau mengakses aplikasi secara mandiri, menunjukkan adanya tingkat interaksi yang cukup tinggi dengan media layar. Selain itu, sebagian besar anak menonton konten dengan tempo lambat, sementara sebagian lainnya menonton dengan tempo yang lebih cepat. Hasil ini menggambarkan bahwa paparan media layar pada anak usia 6 – 12 bulan umumnya bersifat pasif, tetapi tingkat keterlibatan anak terhadap media layar cenderung meningkat.

Tabel 6.  
Pendampingan Orang Tua

Pertanyaan	Kategori	F	%
Menonton bersama siapa	Bersama orang tua	21	70,0
	Sendiri	9	30,0
Menggunakan aplikasi/game bersama siapa	Bersama orang tua	27	90,0
	Sendiri	3	10,0

Berdasarkan Tabel 6 dapat diketahui bahwa sebagian besar anak usia 6 – 12 bulan menggunakan media layar dengan pendampingan orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa interaksi anak dengan orang tua tetap berlangsung selama aktivitas menonton, yang berpotensi mendukung pemahaman dan pengawasan terhadap konten yang dikonsumsi anak.

#### 4. PEMBAHASAN

##### a. Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu berusia 25 – 35 tahun, yang termasuk usia produktif dan dianggap ideal untuk memiliki anak pertama.

Sebagian besar ibu – ibu berpendidikan Sekolah Menengah Atas, mencerminkan latar belakang pendidikan menengah yang dapat memengaruhi persepsi serta pola pengasuhan terkait penggunaan media digital pada anak.

Sebagian besar anak dalam penelitian ini berada pada usia 9 – 12 bulan, yaitu periode pertumbuhan yang cepat dalam perkembangan motorik, bahasa, serta sosial emosional. Berdasarkan jenis kelamin, anak perempuan lebih banyak dari laki – laki. Namun, data Badan Pusat Statistik Kecamatan Delanggu tahun 2024 mencatat bahwa jumlah anak laki-laki usia 0 – 4 tahun sedikit lebih tinggi (1.148 laki-laki dan 1.111 perempuan). Perbedaan ini kemungkinan disebabkan oleh variasi jumlah sampel serta karakteristik penelitian yang bersifat deskriptif, sehingga tidak dimaksudkan untuk mewakili populasi secara keseluruhan.

#### b. Screen Time

Mayoritas anak berusia 6 – 12 bulan memiliki rata – rata skor *screen time* yang lebih besar dari nilai tengah skor instrumen. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar anak berusia antara 6 hingga 12 bulan memiliki *screen time* berlebih. Kondisi ini mencerminkan bahwa penggunaan media berbasis layar merupakan aktivitas harian anak, meskipun usia mereka masih berada dalam periode perkembangan awal.

Temuan sejalan dengan penelitian terdahulu bahwa sebagian besar anak usia dibawah dua tahun menghabiskan waktu antara satu hingga tiga jam per hari untuk menggunakan perangkat digital. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa durasi paparan media layar yang melebihi rekomendasi WHO berpotensi memengaruhi perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional anak. Paparan berlebih juga dikaitkan dengan penurunan aktivitas fisik, gangguan tidur, serta penurunan kemampuan atensi dan interaksi sosial (Kausar & Afaq, 2024). Selain itu, masa balita merupakan periode emas perkembangan anak, di mana pemberian stimulasi yang sesuai berperan penting dalam mendukung perkembangan persepsi, interaksi, dan kemampuan berbahasa. Pola asuh positif melalui interaksi hangat dan pemberian stimulasi sesuai tahap perkembangan terbukti membantu mengoptimalkan pertumbuhan fisik, kognitif, dan sosial-emosional anak (Istiqomah et al., 2025).

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa tidak hanya durasi, tetapi juga konteks penggunaan layar memiliki pengaruh penting terhadap proses tumbuh kembang anak. Paparan program dengan tempo cepat, konten tidak sesuai dengan usia, serta kebiasaan penggunaan layar tanpa pendampingan orang tua terbukti berkorelasi negatif. Sebaliknya, penggunaan layar bersama orang tua memberikan efek positif terhadap perkembangan kognitif anak karena meningkatkan interaksi dan kualitas komunikasi selama aktifitas menonton (Mallawaarachchi et al., 2024).

Hasil dari penelitian sebelumnya dapat memperkuat bukti bahwa durasi *screen time* pada anak usia 6 – 12 bulan sudah melebihi rekomendasi usia yang disarankan dan berpotensi menimbulkan dampak negatif terhadap proses tumbuh

kembang anak. Kondisi tersebut menegaskan perlunya pengawasan dan pembatasan yang konsisten dari orang tua agar paparan media layar tidak berdampak negatif terhadap proses tumbuh kembang anak.

c. Akses terhadap media Layar

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar anak memiliki akses tinggi terhadap perangkat media layar di rumah, terutama terhadap handphone dan televisi. Hampir seluruh anak memiliki kesempatan untuk berinteraksi dengan media layar, baik secara langsung maupun melalui perangkat milik orang tua. Temuan sejalan dengan penelitian terdahulu yaitu lebih dari 90% anak berusia 15 – 18 bulan telah menggunakan media layar setiap hari, meskipun sebagian besar orang tua menyadari adanya risiko terhadap perkembangan anak. Studi tersebut juga menunjukkan bahwa ketersediaan perangkat digital di rumah dan peran orang tua dalam memberikan akses menjadi faktor utama yang memengaruhi kebiasaan penggunaan media layar pada anak usia dini.

Durasi *screen time* yang ditemukan dalam penelitian ini sudah melebihi rekomendasi dari WHO yang menganjurkan agar anak dibawah usia dua tahun tidak terekspos layar sama sekali, kecuali untuk kegiatan video interaktif dengan orang tua atau keluarga. Hasil ini menunjukkan bahwa kesadaran dan penerapan rekomendasi terkait pembatasan media layar pada anak masih perlu ditingkatkan di kalangan orang tua (Mekhail et al., 2024). Selain itu, faktor kesibukan orang tua juga turut berkontribusi terhadap tingginya akses anak terhadap media layar. Orang tua yang sibuk dengan pekerjaan atau karier sering kali mengalami keterbatasan waktu untuk berinteraksi langsung dengan anak, sehingga penggunaan media digital kerap dijadikan alternatif untuk menenangkan atau mengalihkan perhatian anak. Kondisi ini dapat menyebabkan terabaikannya kebutuhan anak akan stimulasi sosial dan emosional yang seharusnya diperoleh melalui interaksi dengan orang tua (Nafisah et al., 2025).

Hasil ini juga diperkuat oleh penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa faktor pengasuhan memiliki peran sentral dalam menentukan perilaku penggunaan layar pada anak usia dini. Studi tersebut menjelaskan bahwa sebagian besar orang tua menghadapi kendala dalam menerapkan praktik pengasuhan yang efektif terkait pengelolaan *screen time*, termasuk kurangnya efikasi diri, keterbatasan pengetahuan mengenai risiko penggunaan layar, serta pengaruh lingkungan sosial yang mendukung akses bebas terhadap teknologi digital. Penelitian ini juga merekomendasikan pengembangan intervensi berbasis keluarga yang menekankan peningkatan literasi digital orang tua serta pembentukan rutinitas penggunaan layar yang sehat sejak dini (Morawska et al., 2023).

d. Frekuensi Penggunaan *Screen Time* pada Anak Usia 6 – 12 Bulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar anak dalam usia 6 hingga 12 bulan menggunakan media layar dengan durasi antara satu hingga kurang dari tiga jam setiap hari. Hal ini menunjukkan bahwa

penggunaan media layar telah menjadi bagian dari rutinitas harian anak, bahkan pada usia yang masih sangat dini. Waktu penggunaan yang cukup lama tersebut mengindikasikan bahwa media layar mulai berfungsi sebagai sarana untuk menenangkan anak, mengalihkan perhatian, atau mendukung aktivitas makan dan tidur.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian di Istanbul yang melaporkan bahwa sekitar 75% anak dibawah usia tiga tahun menggunakan media layar setiap hari dengan rata – rata durasi 101,75 menit per hari. Studi tersebut menegaskan bahwa peningkatan durasi paparan media layar erat kaitannya dengan faktor sosial dan lingkungan, seperti usia anak yang semakin bertambah, tingkat pendidikan ibu, serta status ekonomi keluarga. Anak – anak dengan ibu berpendidikan rendah atau orang tua yang bekerja cenderung memiliki durasi *screen time* lebih tinggi, karena media layar sering dijadikan alternatif untuk menjaga anak saat orang tua sibuk (Kurap Öcebe & Güney, 2025).

Penelitian serupa menunjukkan bahwa durasi penggunaan media digital yang berlebihan berdampak terhadap perilaku anak, termasuk penurunan motivasi belajar dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa intensitas paparan media digital sejak usia dini berpotensi membentuk pola kebiasaan yang menetap hingga usia sekolah, sehingga pengawasan penggunaan media layar sejak usia bayi menjadi penting sehingga tidak mempengaruhi tumbuh kembang anak (Nur & Sitorus, 2025).

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian sebelumnya yang menyoroti bahwa paparan layar berlebih berkembang menjadi isu kesehatan yang penting secara global. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa 45 – 80 % anak tidak mematuhi rekomendasi internasional mengenai durasi penggunaan media layar, yaitu tidak lebih dari dua jam per hari. Dampak negatif *screen time* berlebih meliputi gangguan fungsi eksekutif, penurunan kualitas tidur, obesitas, serta gangguan sosial dan emosional. Studi tersebut juga mengidentifikasi beberapa faktor mitigasi yang efektif untuk menurunkan paparan layar pada anak, di antaranya peningkatan edukasi kesehatan bagi orang tua, penerapan praktik pembatasan yang konsisten di rumah, keterlibatan sekolah dalam pengawasan penggunaan media digital, serta pembentukan lingkungan rumah yang sehat dan bebas distraksi digital. Dengan demikian, pengendalian durasi paparan media layar perlu menjadi bagian integral dari strategi pencegahan dini untuk menjaga keseimbangan perkembangan anak secara menyeluruh (Sharma & Ahuja, 2024).

Hasil penelitian ini dengan studi sebelumnya menunjukkan bahwa fenomena penggunaan media layar secara berlebihan pada anak usia dini bukan hanya terjadi di Indonesia, tetapi juga isu global. Fenomena tersebut menjadi perhatian yang sangat penting dari berbagai pihak, terutama orang tua, tenaga kesehatan, dan pembuat kebijakan, untuk bersama – sama meningkatkan literasi digital keluarga. Pentingnya peran orang tua dalam mengatur durasi serta jenis tayangan yang diakses oleh anak perlu terus ditekankan melalui intervensi berbasis edukasi

harian agar penggunaan media layar dapat diarahkan secara bijak dan tidak memengaruhi aspek perkembangan fisik, sosial, maupun emosional anak.

e. Paparan Konten Media Layar pada Anak Usia 6 – 12 Bulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar anak tidak terpapar konten yang mengandung unsur kekerasan seperti teriakan, pukulan, dan ledakan, meskipun sebagian kecil anak masih kadang – kadang menonton tayangan dengan karakteristik demikian. Selain itu, mayoritas anak telah menunjukkan kemampuan untuk memilih tayangan atau mengakses aplikasi secara mandiri. Sebagian besar anak juga menonton konten dengan tempo lambat, sementara sebagian lainnya menikmati tayangan dengan tempo cepat. Temuan ini membuktikan bahwa anak pada rentang usia 6 – 12 bulan telah mulai berinteraksi aktif dengan media layar, meskipun sebagian besar masih berada dalam konteks pengawasan orang tua. Pola ini mencerminkan pergeseran bentuk konsumsi media dari sekedar aktivitas pasif menuju pengalaman digital yang lebih interaktif sejak usia sangat dini.

Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan sebelumnya yang menegaskan bahwa media layar sudah menjadi bagian dari keseharian anak usia nol sampai delapan tahun. Studi tersebut menemukan bahwa meskipun sebagian besar interaksi digital pada bayi dan balita bersifat pasif, terdapat peningkatan keterlibatan anak terhadap media interaktif yang memungkinkan mereka memilih konten secara mandiri. Peneliti juga menyoroti bahwa sebagian besar pedoman publik terkait penggunaan media pada anak masih berfokus pada durasi *screen time*, padahal kualitas konten dan bentuk keterlibatan anak memiliki pengaruh yang lebih signifikan terhadap perkembangan kognitif dan sosial (Mannell et al., 2024).

Selaras dengan temuan tersebut, hasil studi menunjukkan bahwa paparan media layar sejak usia 6 – 12 bulan berhubungan dengan peningkatan risiko keterlambatan perkembangan bahasa dan komunikasi pada usia 36 bulan. Penelitian tersebut menegaskan bahwa hubungan antara paparan media dan perkembangan anak bersifat kompleks, bergantung pada konteks keluarga, pola penggunaan, serta jenis konten yang diakses. Studi ini menekankan pentingnya memperhatikan faktor kualitas konten dan interaksi sosial selama penggunaan media, bukan hanya lamanya waktu paparan, sebagai aspek penting dalam menjaga tumbuh kembang anak tetap optimal (Slobodin et al., 2024).

Hasil penelitian ini dan studi sebelumnya memperkuat pandangan bahwa paparan konten media pada anak usia 6 – 12 bulan bukan hanya persoalan waktu paparan, tetapi juga bentuk interaksi yang terjadi. Meskipun konten kekerasan relatif jarang ditonton, kemampuan anak memilih tayangan menunjukkan perlunya pendampingan yang lebih intensif dari orang tua agar paparan media tetap bersifat positif.

f. Pendampingan Orang Tua

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui bahwa sebagian besar anak usia 6 – 12 bulan menggunakan media layar dengan pendampingan orang tua baik saat menonton tayangan maupun ketika menggunakan permainan digital. Hasil ini menggambarkan bahwa keterlibatan orang tua masih menjadi bagian utama dari pengalaman media anak usia dini, di mana aktivitas layar tidak hanya bersifat hiburan, tetapi juga berperan dalam memperkuat interaksi orang tua dan anak.

Temuan sejalan dengan penelitian terdahulu yakni strategi pendampingan (co-use mediation) menjadi bentuk mediasi yang paling adaptif dalam konteks media baru untuk meningkatkan hubungan positif antara anak dengan orang tua. Selain itu, penelitian tersebut mengidentifikasi bahwa efektivitas pendampingan sangat bergantung pada konteks sosial-budaya keluarga. Dalam masyarakat Asia, termasuk Indonesia, mediasi orang tua seringkali bersifat kolektif, di mana keputusan tentang paparan media tidak hanya diatur oleh satu individu, tetapi menjadi bagian dari nilai – nilai keluarga. Dengan demikian, pendampingan yang dilakukan bukan hanya sekadar mengawasi anak saat menggunakan media, tetapi juga mengandung unsur pembelajaran dan komunikasi (Fam et al., 2025).

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh temuan yang menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua dalam mengawasi dan mengarahkan penggunaan media digital berperan penting dalam mencegah dampak negatif media layar. Penggunaan media digital yang tidak terkontrol terbukti dapat menimbulkan gangguan perilaku, penurunan konsentrasi, serta kesulitan dalam berinteraksi sosial. Namun, ketika pendampingan dilakukan secara aktif melalui pengawasan, penentuan durasi, serta pemilihan konten yang sesuai media layar dapat dimanfaatkan sebagai sarana stimulasi kognitif dan bahasa yang mendukung tumbuh kembang anak (Adhytiya & Irdawati, S. Kep., Ns., 2021). Keterlibatan aktif orang tua terutama dalam bentuk pembatasan waktu, pemilihan konten, serta penjelasan mengenai isi tayangan dapat menurunkan durasi paparan layar anak dan meningkatkan kualitas pengalaman media mereka. Sebaliknya, penggunaan media sebagai alat pengasuhan pasif seperti “pengganti pengasuh” atau “alat penenang” justru berhubungan dengan meningkatnya risiko paparan layar berlebih dan penurunan kualitas interaksi sosial anak. Oleh karena itu, peneliti menekankan pentingnya intervensi berbasis keluarga yang berfokus pada peningkatan kesadaran dan kapasitas orang tua dalam menerapkan strategi pendampingan yang konsisten dan berbasis bukti ilmiah (Pyne et al., 2025). Namun demikian, gambaran mengenai efektivitas pendampingan orang tua dalam penelitian ini perlu dilihat dengan hati – hati karena terdapat beberapa keterbatasan. Pengukuran Pendampingan hanya mengandalkan laporan diri orang tua, sehingga kemungkinan bias jawaban tetap ada.

## 5. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa anak usia 6 – 12 bulan telah terekspos media layar sejak dini, dengan durasi yang umumnya berlebih dan dipengaruhi faktor

sosiodemografis orang tua. Meskipun pendampingan orang tua tergolong baik, konsistensi tetap diperlukan agar penggunaan media mendukung perkembangan anak. Hasil ini menegaskan pentingnya selektivitas orang tua serta edukasi tenaga kesehatan mengenai literasi digital dan pengasuhan sehat, serta menjadi dasar bagi pengembangan pedoman nasional penggunaan media layar pada anak.

## 6. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengungkapkan terima kasih kepada Universitas Muhammadiyah Surakarta atas dukungan dan fasilitas yang telah diberikan selama melaksanakan penelitian. Ungkapan terima kasih ditujukan secara khusus untuk dosen pembimbing atas arahan, bimbingan, dan dorongannya yang berharga selama seluruh proses penyusunan penelitian ini. Selain itu, peneliti juga menyampaikan apresiasi kepada seluruh kader Posyandu Desa Gatak dan Desa Delanggu, serta seluruh responden orang tua yang telah berpartisipasi dan memberikan informasi dengan penuh kesediaan, sekaligus mengucapkan teima kasih kepada rekan-rekan sejawat, keluarga, termasuk pihak yang memberikan kontribusi berupa motivasi, kerjasama dan perhatian, sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dan mencapai tujuan yang diharapkan.

## 7. REFERENSI

- Adhytiya, R., & Irdawati, S. Kep., Ns., M. Si. M. (2021). *Gambaran Presepsi Orang Tua terhadap Penggunaan Gadget pada Anak Usia Pra Sekolah di TK Islam Terpadu Al - Ikhlis Boyolali*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Aprilia, E. F., & Thaib, G. (2024). Dampak Screen Time Berlebih Terhadap Perkembangan Bahasa Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Cahaya Paud*, 6(1), 15–32. <https://doi.org/10.33387/cahayapd.v6i1.7113>
- Fam, J. Y., Juhari, R., Kääriäinen, M., & Männikkö, N. (2025). Reconsidering parental mediation with new media technology. *Frontiers in Human Dynamics*, 7. <https://doi.org/10.3389/fhumd.2025.1495954>
- Istiqomah, N., Sari, A. L., Yuliasuti, E., Asjad, S. U., & Rasyid, W. S. (2025). Utilization of Toddler Development Stimulation Videos in Improving Developmental Milestones. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 18(1), 105–113. <https://doi.org/10.23917/bik.v18i1.7512>
- Kausar, R., & Afaq, U. (2024). Impact of Screen Time on Child Development. *Harfo-Sukhan*, 8(2), 1101–1111.
- Kholidatul Jannah, Norma Gupita, & Dewi Pusparini. (2023). Pola Pengasuhan Orang Tua Terhadap Penerapan Screen Time di Masa Generasi Alpha Usia 4-6 Tahun di Desa Rombuh Kecamatan Palengaan Kabupaten Pamekasan. *Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(3), 333–343.
- Kurap Öcebe, D., & Güney, R. (2025). Screen Time and its Determinants in Infants and Toddlers: Results from a Metropolitan Area of Istanbul. *Bağimlilik Dergisi*, 26(1), 24–35. <https://doi.org/10.51982/bagimli.1430741>
- Mallawaarachchi, S., Burley, J., Mavilidi, M., Howard, S. J., Straker, L., Kervin, L., Staton, S., Hayes, N., Machell, A., Torjinski, M., Brady, B., Thomas, G., Horwood, S., White, S. L. J., Zabatiero, J., Rivera, C., & Cliff, D. (2024). Early Childhood Screen Use Contexts and Cognitive and Psychosocial Outcomes: A

- Systematic Review and Meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 178(10), 1017–1026. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2024.2620>
- Mannell, K., Bloul, S., Sefton-Green, J., & Willcox, M. (2024). Digital media and technology use by families with infants, toddlers, and young children: A scoping review and call for forward momentum. *Journal of Children and Media*, 18(4), 605–628. <https://doi.org/10.1080/17482798.2024.2394939>
- Marhun, M., & Inten, D. N. (2023). Studi Deskriptif Penerapan Screen Time terhadap Aspek Perkembangan Anak Usia Dini di TK A Galenia Bandung. *Bandung Conference Series ...*, 55–62.
- Mekhail, K. T., Blom, L., & Rydström, L. L. (2024). Young children's screen habits and first-time parents' reflections on screen use in socioeconomically disadvantaged Swedish settings: a mixed methods study. *BMC Public Health*, 24(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-19557-9>
- Morawska, A., Mitchell, A. E., & Tooth, L. R. (2023). Managing Screen Use in the Under-Fives: Recommendations for Parenting Intervention Development. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 26(4), 943–956. <https://doi.org/10.1007/s10567-023-00435-6>
- Nafisah, K. D., Astuti, A. W., Rokhmah, I., Warsiti, W., & Kit, A. (2025). Enhancing Parenting to Prevent Negative Discipline in Yogyakarta: Mixed Methods Study. *Jurnal Berita Ilmu Keperawatan*, 18(2), 267–277. <https://doi.org/10.23917/bik.v18i2.8808>
- Nur, M., & Sitorus, A. S. (2025). Pengaruh Penggunaan Handphone Terhadap Kemampuan Sosial Anak Usia Dini. *Aulad: Journal on Early Childhood*, 8(2), 969–976. <https://doi.org/10.31004/aulad.v8i2.1313>
- Pradona, S., & Qarni, W. (2023). Analisis Dampak Penggunaan Gawai terhadap Perkembangan Psikososial Anak. *Murhum: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 460–469. <https://doi.org/10.37985/murhum.v4i1.248>
- Pyne, B., Asmara, O., & Morawska, A. (2025). The Impact of Modifiable Parenting Factors on the Screen Use of Children Five Years or Younger: A Systematic Review. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 28(2), 458–490. <https://doi.org/10.1007/s10567-025-00523-9>
- Setyarini, D. I., Rengganis, S. G., Ardhiani, I. T., & Mas'udah, E. K. (2023). Analisis Dampak Screen Time terhadap Potensi Tantrum dan Perkembangan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(2), 2496–2504. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i2.3376>
- Sharma, H., & Ahuja, S. (2024). Mitigating factors of screen time on children: a systematic review. *International Journal of Contemporary Pediatrics*, 11(11), 1637–1643. <https://doi.org/10.18203/2349-3291.ijcp20243092>
- Simanjuntak, S. (2023). Literatur Review: Pengaruh Screen Time Terhadap Masalah Perilaku Anak. *Jurnal Keperawatan*, 11(1), 64–80. <https://doi.org/10.35790/j-kp.v11i1.48465>
- Slobodin, O., Hetzroni, O. E., Mandel, M., Saad Nuttman, S., Gawi Damashi, Z., Machluf, E., & Davidovitch, M. (2024). Infant screen media and child development: A prospective community study. *Infancy*, 29(2), 155–174. <https://doi.org/10.1111/infa.12575>
- Eva, M., & Aulia, M. (2024). Pengaruh Screen Time terhadap Perkembangan Anak Usia Dini. ... : *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini*, 01(01), 18–31. <https://jurnal.staidaf.ac.id/index.php/almuhadzab/article/view/273%0Ahttps://jurnal.staidaf.ac.id/index.php/almuhadzab/article/download/273/98>
- Khairani, F., Naria, E., Lubis, I. K., Koka, E. M., Harahap, A. F., Rangkuti, I. M.,

---

Marpaung, M. T. E., & Daulay, H. (2024). Hubungan Peran Orang Tua terhadap Intensitas Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini di Kabupaten Tapanuli Selatan. *Tropical Public Health Journal*, 4(1), 52–58. <https://doi.org/10.32734/trophico.v4i1.15485>