

**ANALISIS PERILAKU AGRESIF PADA ANAK USIA PRASEKOLAH DENGAN
TINGKAT KEBIASAAN MENONTON TAYANGAN DIGITAL**

Resi Galaupa

Program Studi Ilmu Kebidanan, Universitas Abdi Nusantara

Korespondensi: Resi Galaupa, email: ressigalaupa09@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola asuh dan aktivitas bermain anak usia prasekolah, salah satunya melalui meningkatnya durasi menonton tayangan digital seperti gawai, televisi, dan platform video daring. Paparan tayangan digital yang tidak terkontrol, terutama yang memuat unsur kekerasan atau stimulasi berlebihan, diduga berkontribusi terhadap munculnya perilaku agresif pada anak. Tujuan: Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara tingkat kebiasaan menonton tayangan digital dengan perilaku agresif pada anak usia prasekolah. Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian adalah anak usia prasekolah (3-6 tahun) beserta orang tua/pengasuh sebagai responden, yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner kebiasaan menonton tayangan digital dan lembar observasi perilaku agresif anak, kemudian dianalisis menggunakan uji statistik non-parametrik. Hasil: (contoh ilustrasi) menunjukkan adanya kecenderungan hubungan antara tingginya durasi menonton tayangan digital dengan tingkat perilaku agresif anak. Kesimpulan: Kebiasaan menonton tayangan digital yang berlebihan berpotensi berhubungan dengan peningkatan perilaku agresif pada anak usia prasekolah, sehingga diperlukan pendampingan orang tua dan pembatasan durasi layar (screen time) yang sesuai rekomendasi.

Kata kunci: anak prasekolah; kebiasaan menonton; perilaku agresif; tayangan digital; screen time

ABSTRACT

Background: The advancement of digital technology has changed the parenting patterns and play activities of preschool-aged children, particularly through the increasing duration of digital screen viewing such as gadgets, television, and online video platforms. Uncontrolled exposure to digital content, especially content containing violence or excessive stimulation, is suspected to contribute to the emergence of aggressive behavior in children. Objective: This study aims to analyze the relationship between digital screen viewing habits and aggressive behavior in preschool-aged children. Methods: This study used a descriptive correlative design with a cross-sectional approach. The research sample consisted of preschool-aged children (3-6 years old) with their parents/caregivers as respondents, selected using total sampling technique. Data were collected using a digital viewing habit

questionnaire and a child aggressive behavior observation sheet, then analyzed using a non-parametric statistical test. Results: (illustrative example) indicate a tendency toward a relationship between higher duration of digital screen viewing and the level of children's aggressive behavior. Conclusion: Excessive digital screen viewing habits are potentially associated with increased aggressive behavior in preschool-aged children, indicating the need for parental supervision and screen time limitation in accordance with recommended guidelines.

Keywords: *aggressive behavior; digital viewing; preschool children; screen time; viewing habits*

PENDAHULUAN

Masa usia prasekolah (3-6 tahun) merupakan periode emas (golden age) dalam tumbuh kembang anak, di mana terjadi perkembangan pesat pada aspek kognitif, motorik, bahasa, sosial, dan emosional. Pada masa ini, anak sangat rentan terhadap pengaruh lingkungan sekitarnya, termasuk paparan media digital yang saat ini semakin mudah diakses melalui gawai, televisi, maupun perangkat pintar lainnya. Perkembangan teknologi informasi yang pesat menjadikan tayangan digital sebagai bagian tidak terpisahkan dari kehidupan sehari-hari anak, baik sebagai sarana hiburan, edukasi, maupun pengalih perhatian yang sering digunakan orang tua ketika sedang sibuk dengan aktivitas lain.

Berbagai organisasi kesehatan anak dunia telah memberikan rekomendasi mengenai batas waktu layar (screen time) yang aman bagi anak usia dini. Rekomendasi tersebut umumnya menganjurkan agar anak usia 2-5 tahun tidak menghabiskan waktu menonton tayangan digital lebih dari satu jam per hari, dengan pendampingan orang tua serta pemilihan konten yang berkualitas dan sesuai usia. Namun, pada kenyataannya, banyak anak prasekolah yang terpapar tayangan digital jauh melebihi batas yang dianjurkan, bahkan tanpa pengawasan dan pendampingan yang memadai dari orang tua.

Paparan tayangan digital yang berlebihan, terutama yang memuat konten kekerasan, konflik, atau stimulasi visual dan audio yang berlebihan, diduga dapat memengaruhi perkembangan emosi dan perilaku anak. Beberapa kajian pada bidang psikologi perkembangan menunjukkan bahwa anak yang terpapar tayangan bermuatan kekerasan cenderung meniru perilaku yang mereka lihat melalui proses belajar sosial (social learning), sehingga berisiko menampilkan perilaku agresif seperti memukul, berteriak, merebut, atau melawan ketika berinteraksi dengan teman sebaya maupun orang dewasa di sekitarnya. Selain itu, durasi menonton yang panjang juga dapat mengurangi waktu anak untuk bermain aktif, berinteraksi sosial secara langsung, dan mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang sehat.

Perilaku agresif pada anak usia prasekolah merupakan permasalahan yang penting untuk mendapat perhatian, karena apabila tidak ditangani sejak dini dapat berlanjut menjadi pola perilaku maladaptif pada tahap perkembangan selanjutnya, memengaruhi hubungan sosial anak, serta menghambat proses belajar di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, penting untuk memahami sejauh mana kebiasaan menonton tayangan digital berhubungan dengan

kemunculan perilaku agresif pada anak, sehingga dapat menjadi dasar bagi orang tua, tenaga kesehatan, maupun pendidik dalam menyusun upaya pencegahan yang tepat.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara tingkat kebiasaan menonton tayangan digital dengan perilaku agresif pada anak usia prasekolah, sehingga hasilnya diharapkan dapat memberikan informasi dan rekomendasi praktis bagi orang tua dan tenaga kesehatan dalam melakukan pendampingan penggunaan media digital pada anak.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelatif dengan pendekatan cross sectional, yaitu variabel bebas (kebiasaan menonton tayangan digital) dan variabel terikat (perilaku agresif anak) diukur pada waktu yang bersamaan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia prasekolah (3-6 tahun) beserta orang tua/pengasuh di lokasi penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling/purposive sampling sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang ditetapkan peneliti.

Kriteria inklusi pada penelitian ini meliputi anak berusia 3-6 tahun, memiliki akses terhadap perangkat digital (gawai/televisi) di rumah, serta orang tua/pengasuh bersedia menjadi responden dan menandatangani lembar persetujuan (informed consent). Kriteria eksklusi meliputi anak dengan gangguan perkembangan yang telah terdiagnosis secara medis, serta responden yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap.

Instrumen penelitian terdiri atas dua bagian, yaitu (1) kuesioner data karakteristik responden dan kebiasaan menonton tayangan digital, yang mencakup durasi menonton per hari, jenis konten, serta ada tidaknya pendampingan orang tua; dan (2) lembar observasi/kuesioner perilaku agresif anak yang mengacu pada indikator perilaku agresif fisik dan verbal, seperti memukul, menendang, merebut, berteriak, dan melawan. Instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam pengumpulan data.

Data yang telah terkumpul diolah melalui tahapan editing, coding, scoring, dan tabulating, kemudian dianalisis secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden, serta secara bivariat menggunakan uji statistik non-parametrik (Chi-Square atau Rank Spearman, disesuaikan dengan skala data) untuk menguji hubungan antara kebiasaan menonton tayangan digital dengan perilaku agresif anak, dengan tingkat kemaknaan (α) sebesar 0,05. Penelitian ini telah memperhatikan prinsip etika penelitian, meliputi informed consent, anonymity, dan confidentiality terhadap seluruh data responden.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden (Data Ilustratif, $n = 60$)

Karakteristik	Kategori	n	%
Usia Anak	3-4 tahun	22	36,7

Karakteristik	Kategori	n	%
	5-6 tahun	38	63,3
Jenis Kelamin	Laki-laki	31	51,7
	Perempuan	29	48,3
Pendidikan Orang Tua	Dasar-Menengah	24	40,0
	Tinggi	36	60,0
Status Bekerja Ibu	Bekerja	27	45,0
	Tidak Bekerja	33	55,0

2. Tingkat Kebiasaan Menonton Tayangan Digital

Tabel 2. Distribusi Tingkat Kebiasaan Menonton Tayangan Digital (Data Ilustratif, n = 60)

Tingkat Kebiasaan Menonton	n	%
Rendah (< 1 jam/hari)	14	23,3
Sedang (1-3 jam/hari)	27	45,0
Tinggi (> 3 jam/hari)	19	31,7
Total	60	100,0

3. Tingkat Perilaku Agresif Anak

Tabel 3. Distribusi Tingkat Perilaku Agresif Anak Usia Prasekolah (Data Ilustratif, n = 60)

Tingkat Perilaku Agresif	n	%
Ringan	18	30,0
Sedang	25	41,7
Berat	17	28,3
Total	60	100,0

4. Hubungan Kebiasaan Menonton Tayangan Digital dengan Perilaku Agresif Anak

Tabel 4. Tabulasi Silang Tingkat Kebiasaan Menonton dengan Perilaku Agresif Anak (Data Ilustratif)

Kebiasaan Menonton	Ringan n(%)	Sedang n(%)	Berat n(%)	Total n(%)
Rendah	9 (64,3)	4 (28,6)	1 (7,1)	14 (100)
Sedang	8 (29,6)	14 (51,9)	5 (18,5)	27 (100)
Tinggi	1 (5,3)	7 (36,8)	11 (57,9)	19 (100)

Berdasarkan hasil uji statistik pada data ilustratif di atas, diperoleh nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), sehingga secara hipotetis dapat digambarkan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat kebiasaan menonton tayangan digital dengan tingkat perilaku agresif pada anak usia prasekolah. Semakin tinggi durasi dan intensitas menonton tayangan digital, kecenderungan tingkat perilaku agresif anak pada contoh data ini juga semakin meningkat.

PEMBAHASAN

Hasil ilustrasi penelitian ini menggambarkan kecenderungan pola hubungan antara tingginya durasi menonton tayangan digital dengan meningkatnya perilaku agresif pada anak usia prasekolah. Pola ini konsisten dengan berbagai kajian dalam bidang psikologi perkembangan anak yang menjelaskan bahwa anak usia prasekolah berada pada tahap perkembangan kognitif praoperasional, di mana kemampuan berpikir mereka masih sangat dipengaruhi oleh apa yang mereka amati secara langsung dari lingkungan, termasuk tayangan digital yang mereka tonton.

Teori belajar sosial (social learning theory) menjelaskan bahwa anak dapat mempelajari suatu perilaku, termasuk perilaku agresif, melalui proses observasi dan peniruan (modeling) terhadap tokoh atau adegan yang mereka lihat pada tayangan digital, terutama apabila tayangan tersebut menampilkan tokoh yang dianggap menarik atau diberikan penguatan (reward) atas perilaku agresif yang ditampilkan. Selain aspek peniruan konten kekerasan, durasi menonton yang berlebihan juga berpotensi menggantikan waktu anak untuk bermain aktif, berinteraksi sosial, dan berlatih regulasi emosi secara langsung bersama teman sebaya maupun keluarga, sehingga kemampuan anak dalam mengelola emosi dan menyelesaikan konflik secara adaptif menjadi kurang terlatih.

Selain durasi dan jenis konten, peran pendampingan orang tua turut menjadi faktor penting yang memengaruhi dampak tayangan digital terhadap perilaku anak. Anak yang menonton tayangan digital tanpa pendampingan cenderung tidak mendapatkan penjelasan atau klarifikasi mengenai adegan yang mereka saksikan, sehingga lebih berisiko menginternalisasi perilaku yang kurang sesuai tanpa pemahaman konteks yang tepat. Oleh karena itu, pendampingan aktif orang tua, pemilihan konten yang sesuai usia, serta penerapan pembatasan waktu layar sesuai rekomendasi menjadi strategi penting dalam mencegah dampak negatif tayangan digital terhadap perkembangan perilaku anak.

Temuan pada data ilustratif ini juga sejalan dengan rekomendasi berbagai organisasi kesehatan anak yang menganjurkan pembatasan screen time pada anak usia dini serta pentingnya kualitas interaksi digital dibandingkan sekadar durasi. Implikasi dari hal ini adalah perlunya edukasi kesehatan bagi orang tua mengenai penggunaan media digital yang sehat, serta perlunya peran tenaga kesehatan dan pendidik dalam melakukan deteksi dini terhadap tanda-tanda perilaku agresif pada anak prasekolah agar dapat dilakukan intervensi sejak awal.

Penelitian ini memiliki keterbatasan, antara lain desain cross sectional yang tidak dapat menggambarkan hubungan sebab-akibat secara pasti, kemungkinan bias pelaporan oleh orang tua (recall bias), serta belum mengontrol variabel perancu lain seperti pola asuh,

kondisi psikologis keluarga, dan interaksi sosial anak di lingkungan lain. Penelitian lanjutan dengan desain longitudinal serta jumlah sampel yang lebih besar dan representatif disarankan untuk memperkuat bukti hubungan sebab-akibat antara kebiasaan menonton tayangan digital dengan perilaku agresif anak.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan uraian kerangka penelitian dan data ilustratif di atas, dapat disimpulkan bahwa terdapat kecenderungan hubungan antara tingkat kebiasaan menonton tayangan digital dengan tingkat perilaku agresif pada anak usia prasekolah, di mana semakin tinggi durasi dan intensitas menonton tayangan digital, semakin tinggi pula kecenderungan perilaku agresif yang ditampilkan anak. Temuan ini menegaskan pentingnya pengawasan dan pendampingan orang tua dalam penggunaan media digital pada anak usia dini.

Saran bagi orang tua adalah membatasi durasi screen time anak sesuai rekomendasi, memilih konten digital yang sesuai usia dan bebas unsur kekerasan, serta mendampingi anak selama menonton tayangan digital. Bagi tenaga kesehatan dan institusi pendidikan, disarankan untuk mengembangkan program edukasi mengenai penggunaan media digital yang sehat bagi keluarga dengan anak usia prasekolah. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian dengan desain longitudinal, sampel yang lebih besar, serta mengontrol variabel perancu lain agar diperoleh bukti ilmiah yang lebih kuat mengenai hubungan sebab-akibat antara kedua variabel tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- American Academy of Pediatrics. (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5), e20162591.
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature. *Psychological Science*, 12(5), 353-359.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice-Hall.
- Christakis, D. A., Zimmerman, F. J., DiGiuseppe, D. L., & McCarty, C. A. (2004). Early television exposure and subsequent attentional problems in children. *Pediatrics*, 113(4), 708-713.
- Hurlock, E. B. (2018). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*. Erlangga.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman skrining dan stimulasi tumbuh kembang anak usia dini*. Kemenkes RI.
- Santrock, J. W. (2020). *Perkembangan anak (edisi ke-13)*. Salemba Humanika.
- World Health Organization. (2019). *Guidelines on physical activity, sedentary behaviour and sleep for children under 5 years of age*. WHO Press.

Journal Innovation Nusantara Health	Vol. 3	No. 1	Maret-Juli	Thn 2026
-------------------------------------	--------	-------	------------	----------

Zimmerman, F. J., Christakis, D. A., & Meltzoff, A. N. (2007). Associations between media viewing and language development in children under age 2 years. *Journal of Pediatrics*, 151(4), 364-368.

Journal Innovation Nusantara Health	Vol. 3	No. 1	Maret-Juli	Thn 2026
-------------------------------------	--------	-------	------------	----------