



Department of Digital Business

**Journal of Artificial Intelligence and Digital Business [RIGGS]**

Homepage: <https://journal.ilmudata.co.id/index.php/RIGGS>

Vol. 4 No. 4 (2025) pp: 4293-4299

P-ISSN: 2963-9298, e-ISSN: 2963-914X

---

## Keterkaitan Durasi Penggunaan Gawai Pada Orang Tua dan Kualitas Interaksi Dengan Anak

Anjeli Sapanora<sup>1</sup> Fransisca Iriani R.D.<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara

<sup>1</sup>[anjelisapanora@gmail.com](mailto:anjelisapanora@gmail.com), <sup>2</sup>[fransiscar@fpsi.untar.ac.id](mailto:fransiscar@fpsi.untar.ac.id)

### Abstrak

Perkembangan teknologi digital yang semakin pesat telah mengubah pola kehidupan keluarga. Meningkatnya penggunaan gawai menimbulkan kekhawatiran terkait kualitas interaksi antara orang tua dan anak. Di Indonesia, tingginya penetrasi internet dan durasi penggunaan gawai memperkuat munculnya fenomena parental phubbing dan technoference, yaitu kondisi ketika orang tua tidak sepenuhnya hadir secara emosional karena perhatian teralih pada perangkat digital. Penelitian mengenai screen time pada anak cukup banyak, namun studi mengenai screen time orang tua khususnya ibu sebagai pengasuh utama dan kaitannya dengan kualitas interaksi dalam keluarga masih terbatas. Penelitian ini bertujuan menguji hubungan antara screen time orang tua dan kualitas interaksi orang tua anak. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan melibatkan 238 ibu yang memiliki anak usia  $\leq 18$  tahun melalui teknik purposive sampling. Durasi screen time diukur menggunakan SCREEN-Q, kualitas interaksi orang tua-anak diukur menggunakan PACHIQ-R yang mencakup dimensi penerimaan dan resolusi konflik. Analisis dilakukan menggunakan korelasi Spearman's rho karena data tidak berdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara screen time orang tua dan kualitas interaksi orangtua anak ( $r = 0,022; p=0,366$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa durasi penggunaan gawai bukan faktor utama yang berhubungan langsung dengan kualitas interaksi orang tua anak. Temuan penelitian ini menekankan pentingnya memperhatikan konteks penggunaan gawai dan kualitas komunikasi keluarga dalam praktik digital parenting.

*Kata kunci:* Screen Time, Orang Tua, Interaksi Orang Tua-Anak, Technoference

### 1. Latarbelakang

Perkembangan teknologi digital pada abad ke-21 telah membawa perubahan besar terhadap pola hidup masyarakat di seluruh dunia. Hampir seluruh aktivitas-seperti pekerjaan, pendidikan, komunikasi, dan hiburan-kini sangat bergantung pada perangkat digital. [1] menunjukkan bahwa rata-rata masyarakat global menghabiskan lebih dari 6 jam 40 menit per hari menggunakan internet. Tingginya keterhubungan digital ini tidak hanya mengubah perilaku individu, tetapi juga memengaruhi dinamika hubungan dalam keluarga. [2] mengungkap bahwa lebih dari 80% orang tua kesulitan menjaga keseimbangan antara penggunaan gawai dan kebutuhan interaksi dengan anak, menandakan bahwa teknologi telah menggeser pola komunikasi keluarga modern.

Fenomena ini juga terlihat di Indonesia. [3] menunjukkan penetrasi internet nasional mencapai 78,19%, dengan durasi penggunaan perangkat digital orang dewasa lebih dari 6 jam per hari, peningkatan penggunaan internet dapat dilihat pada gambar 1. Meningkatnya ketergantungan masyarakat terhadap perangkat digital berdampak pada kualitas kebersamaan dalam keluarga. [4] mengungkapkan bahwa banyak orangtua di perkotaan tetap sibuk dengan telepon genggam mereka meskipun sedang berkumpul dengan anak, sehingga menurunkan kualitas komunikasi tatap muka, [5] juga menyoroti fenomena parental phubbing, Phubbing yang merupakan singkatan dari phone snubbing ini sering sekali terjadi orangtua yang secara tidak sadar mengabaikan anak karena fokus pada layar ponsel.



Gambar 1. Data tentang Peningkatan jumlah Penggunaan Internet di Indonesia (APJII, 2022)

Dalam konteks teori, *screen time* tidak hanya merujuk pada lamanya seseorang menatap layar, tetapi juga mencakup jenis aktivitas digital yang dilakukan. [6] membagi *screen time* ke dalam passive, interactive, recreational, dan non-recreational. Hal ini penting karena setiap jenis penggunaan memiliki efek yang berbeda terhadap perilaku dan kondisi psikologis pengguna. [7] menegaskan bahwa anak-anak perlu membatasi waktu layar untuk memastikan tumbuh kembang yang optimal. Sejalan dengan itu, *American Academy of Pediatrics* (AAP) melalui [8] merekomendasikan agar penggunaan media pada anak usia dini difokuskan pada konten yang berkualitas, dibatasi tidak lebih dari 1 jam per hari untuk anak usia 2–5 tahun, serta dilakukan bersama orang tua agar pemahaman anak meningkat. Pada orang dewasa, belum ada pedoman baku, tetapi penelitian menunjukkan bahwa menjaga *screen time* rekreasi tidak lebih dari 2–3 jam per hari dapat meningkatkan risiko stres, gangguan tidur, serta menurunkan kesejahteraan mental [9,10]. Dengan demikian, tingginya *screen time* pada orang tua menjadi isu penting yang perlu diperhatikan.

*Screen time* orang tua yang berlebihan tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik dan mental mereka, tetapi juga memengaruhi interaksi sosial dalam keluarga. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa *screen time* tinggi dapat menurunkan kedekatan emosional antara orang tua dan anak [11,12] salah satu mekanismenya adalah *technoference*, yaitu gangguan interaksi tatap muka akibat distraksi teknologi [13]. Ketika orang tua lebih fokus pada perangkat digital, kualitas respons terhadap sinyal sosial anak menurun, kontak mata berkurang, dan komunikasi menjadi tidak optimal.

Dampak *screen time* juga dirasakan pada tahap perkembangan. Pada masa kanak-kanak, *screen time* ibu yang tinggi dapat menghambat stimulasi verbal dan emosional yang esensial bagi perkembangan awal, termasuk perkembangan bahasa [14]. *Screen time* ibu yang tinggi berkorelasi negatif dengan perkembangan bahasa anak prasekolah. Selain itu, pola pengasuhan substitutive-misalnya memberikan gawai kepada anak untuk menenangkan mereka-dapat mengurangi kesempatan komunikasi dua arah yang esensial [15].

Memasuki usia remaja, kebutuhan akan dukungan emosional, komunikasi terbuka, dan keterlibatan orangtua semakin meningkat [16] Namun, ketika *screen time* orang tua meningkat, remaja berisiko merasa kurang diperhatikan sehingga mencari dukungan dari media sosial atau teman sebaya, yang berpotensi memperlebar jarak emosional dalam keluarga [17].

Interaksi orangtua-anak merupakan landasan penting bagi perkembangan sosial, emosional, dan kognitif anak. [16] menekankan bahwa interaksi yang hangat, responsif, dan konsisten berperan dalam membangun *secure attachment*. Namun, berbagai laporan media dan penelitian menunjukkan bahwa kualitas interaksi dalam keluarga semakin melemah akibat distraksi digital. [18] mengungkap bahwa sejumlah remaja di Indonesia merasa lebih nyaman berinteraksi dengan chatbot AI dibanding dengan orang tua mereka karena chatbot dianggap lebih responsif dan tidak menghakimi. Fenomena ini mengindikasikan adanya celah komunikasi dalam keluarga yang dipengaruhi oleh menurunnya kualitas interaksi orang tua-anak.

Dampak jangka panjang dari rendahnya kualitas interaksi keluarga tidak dapat diabaikan. Anak yang tidak mendapatkan dukungan emosional yang memadai dari orang tua berisiko mengalami gangguan regulasi emosi, kesulitan komunikasi, hingga hambatan dalam membangun hubungan interpersonal di masa dewasa [19]. Meskipun banyak penelitian telah menyoroti *screen time* pada anak, penelitian mengenai *screen time* pada orang tua-khususnya ibu dan dampaknya terhadap kualitas interaksi dengan anak masih terbatas, terutama dalam konteks Indonesia.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini memiliki kebaruan (*novelty*) dalam menelaah hubungan antara screen time orang tua dengan kualitas interaksi orangtua–anak melalui pendekatan kuantitatif pada responden dengan rentang usia anak hingga 18 tahun. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman lebih komprehensif mengenai bagaimana intensitas penggunaan perangkat digital orang tua berpengaruh terhadap dinamika relasional dalam keluarga.

Berdasarkan uraian diatas, tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan antara screen time orang tua dan kualitas interaksi orangtua–anak. Temuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan kajian psikologi keluarga serta kontribusi praktis dalam upaya meningkatkan praktik digital parenting di Indonesia.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimental dengan desain korelasional. Partisipan dalam penelitian ini adalah orangtua (ibu) yang memiliki anak maksimal berusia 18 tahun, berdomisili di Indonesia, memiliki dan menggunakan perangkat digital (smartphone, tablet, laptop, atau perangkat digital lainnya) dan bersedia menjadi partisipan dengan mengisi kuesioner penelitian secara lengkap dan jujur. Penelitian ini tidak membedakan latar belakang sosial ekonomi maupun jenis kelamin anak, selama partisipan memenuhi kriteria tersebut. Bersedia mengisi kuesioner secara lengkap.

Partisipan dipilih melalui purposive sampling, di mana pemilihan dilakukan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Jumlah sampel minimal dihitung menggunakan program G\*Power 3.1.9.7 melalui analisis a priori untuk uji korelasi (one-tailed,  $\rho H_1 = 0,20$ ,  $\rho H_0 = 0$ ,  $\alpha = 0,05$ , power = 0,90), menghasilkan minimal 211 responden. Target penelitian ditetapkan sebanyak 238 partisipan untuk meningkatkan representativitas dan menjaga kekuatan statistik analisis. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif non-eksperimental dengan desain korelasional, sehingga tidak dilakukan manipulasi variabel. Data dikumpulkan secara alami melalui kuesioner daring menggunakan *Google Form*, yang disebarakan melalui media sosial dan jaringan pribadi peneliti.

Durasi penggunaan perangkat digital (screen time) diukur menggunakan instrumen SCREEN-Q yang dikembangkan oleh [20]. Kuesioner ini memuat pertanyaan terkait lamanya waktu yang dihabiskan untuk menggunakan layar pada hari kerja maupun akhir pekan, serta jenis aktivitas digital yang dilakukan. Aktivitas tersebut meliputi menonton video, bermain gim, menggunakan media sosial, hingga melakukan komunikasi daring. Hasil akan dikategorikan menjadi tinggi ( $>2$  jam/hari) dan rendah ( $\leq 2$  jam/hari) sesuai rekomendasi [7]. Melalui instrumen ini, peneliti dapat memperoleh gambaran empiris mengenai intensitas serta pola penggunaan perangkat digital oleh orangtua dalam kehidupan sehari-hari. Karena SCREEN-Q merupakan pengukuran perilaku berupa durasi waktu, bukan skala psikologis berbasis item Likert, uji reliabilitas internal (seperti Cronbach's Alpha) tidak dilakukan. Skor total *screen time* dihitung dengan menjumlahkan seluruh durasi penggunaan perangkat digital yang dilaporkan responden.

Kualitas interaksi Interaksi orangtua–anak dalam penelitian ini diukur menggunakan instrumen yang dikembangkan berdasarkan Parent–Child Interaction Questionnaire–Revised (PACHIQ-R) versi orangtua [21]. Instrumen ini digunakan untuk menilai kualitas hubungan serta dinamika interaksi sehari-hari antara orangtua dan anak. Alat ukur dalam penelitian ini terdiri dari 10 item yang mencerminkan dua dimensi utama, yaitu Resolusi Konflik dan Penerimaan. Setiap item dijawab menggunakan skala Likert lima poin, mulai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju). Beberapa item bersifat negatif sehingga dilakukan pembalikan skor (reverse scoring) sebelum dilakukan perhitungan total. Skor yang lebih tinggi menunjukkan kualitas interaksi yang lebih positif. Instrumen ini memiliki reliabilitas yang baik, dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0.806 dimensi Resolusi Konflik dan 0.688 dimensi Penerimaan. Data selengkapnya dapat dilihat pada Tabel 1.

Table 1 Uji Realibilitas Dimensi Conflict Resolution Dan Penerimaan

Dimensi	Cronbach's Alpha	Butir
Conflict Resolution	0.806	7
Penerimaan	0.688	3
Total		10

Prosedur penelitian diawali dengan penyusunan kuesioner, lembar informasi, dan informed consent. Kuesioner kemudian disebarluaskan secara daring melalui WhatsApp, Instagram, dan grup komunitas orang tua. Partisipan yang bersedia harus menyetujui informed consent sebelum mengisi kuesioner. Data yang terkumpul diperiksa kelengkapan dan konsistensinya, kemudian dilakukan *coding* dan *cleaning* sebelum dianalisis.

Pengolahan dan analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan perangkat lunak Jamovi versi 3.6. Tahap awal analisis adalah melakukan statistik deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan karakteristik dasar dari setiap variabel, seperti nilai minimum, nilai maksimum, rata-rata (mean), dan standar deviasi. Analisis deskriptif juga memberikan gambaran mengenai karakteristik demografis partisipan yang terlibat dalam penelitian. Peneliti selanjutnya melakukan uji reliabilitas untuk menilai konsistensi internal instrumen menggunakan koefisien Cronbach's Alpha. Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila memiliki nilai Cronbach's Alpha  $\geq 0,70$ . Selain reliabilitas, dilakukan juga uji validitas item menggunakan korelasi item-total untuk memastikan setiap item dalam instrumen mampu menjelaskan konstruk yang diukur.

Tabel 2 Hasil uji normalitas screen time dan kualitas interaksi orang tua-anak

	TOTAL_Screen Q	TOTAL_INTERAKSI
N	238	238
Missing	761	761
Mean	1399	40.5
Median	1335	40.0
Standard deviation	751	5.57
Minimum	15.0	22.0
Maximum	4800	50.0
Shapiro-Wilk W	0.923	0.971
Shapiro-Wilk p	<.001	<.001

Peneliti kemudian melakukan uji asumsi normalitas menggunakan Shapiro-Wilk, karena jumlah responden kurang dari 500. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa kedua variabel, yaitu *screen time* orang tua dan interaksi orang tua-anak, memiliki nilai signifikansi  $p < 0,05$ , sehingga data tidak berdistribusi normal. Berdasarkan hasil tersebut, teknik analisis parametrik seperti korelasi Pearson tidak dapat digunakan. Oleh karena itu, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan teknik statistik non-parametrik Spearman's rho, yang sesuai untuk data yang tidak berdistribusi normal. Pengujian hipotesis ini dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara *screen time* orang tua dengan kualitas interaksi orang tua-anak, dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$ , di mana hubungan dinyatakan signifikan apabila nilai  $p < 0,05$ . Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 2.

### 3. Hasil dan Diskusi

Penelitian ini melibatkan 238 orang tua dengan rentang skor pada screen-time yaitu 0–24 jam/hari sebagai batas skala pengukuran dan nilai mean hipotetik sebesar 12 jam sebagai titik tengah dari rentang tersebut. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa screen-time memiliki nilai minimum sebesar 0,40 jam dan maksimum 11,4 jam setiap harinya. Hal ini menunjukkan bahwa nilai mean empirik screen-time sebesar 3,33 jam/hari lebih rendah daripada mean hipotetik, sehingga durasi penggunaan perangkat digital oleh orang tua secara umum berada pada kategori rendah-sedang. Berdasarkan hasil dari data diperoleh penggunaan durasi screen time tertinggi >2 jam/hari, yaitu (79,8%). Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4.

Variabel kualitas interaksi orang tua-anak terdiri dari dua dimensi, yaitu resolusi konflik dan penerimaan, dengan rentang skor empiris masing-masing 15- 35 dan 5-15. Hasil analisis menunjukkan bahwa dimensi resolusi konflik memiliki mean empirik sebesar 28,3, sedangkan dimensi penerimaan memiliki mean empirik sebesar 12,2. Nilai mean yang tinggi pada kedua dimensi ini menunjukkan bahwa interaksi orang tua-anak pada responden berada pada kategori baik, ditandai dengan kemampuan penyelesaian konflik serta dukungan emosional yang positif. Data selengkapnya dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Gambaran Data Variabel *Screen-Time* dan Interaksi Orang Tua–Anak

Variabel/Dimensi	Min	Max	Mean	SD
Screen-time	0.40	11.4	3.33	1.79
Resolusi Konflik	15	35	12.2	1.9
Penerimaan	5	15	12.2	1.9

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kategori *Screen-Time* Orang Tua

Kategori Screen-time	Frekuensi[n]	Persentase [%]
< 2 jam rendah	48	20.2
> 2 jam tinggi	190	79.8
Total	238	100

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data pada variabel penelitian memiliki distribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan Shapiro–Wilk, karena jumlah partisipan kurang dari 500 responden. Hasil uji normalitas masing-masing variabel pada tabel 5.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas *Screen Time* dan Kualitas Interaksi Orang Tua–Anak

Variabel	Shapiro–Wilk p
Screen time	< .001
Interaksi Orang Tua–Anak	< .001

Berdasarkan tabel 5, hasil uji normalitas Shapiro–Wilk terhadap variabel *screen time* diperoleh nilai  $p = < 0.001$ . Hal ini menunjukkan bahwa data pada variabel *screen time* tidak berdistribusi normal [ $p < 0.05$ ]. Sementara itu, hasil uji normalitas Shapiro–Wilk pada variabel Interaksi Orang Tua–Anak juga diperoleh nilai  $p = < 0.001$ . Hal ini menunjukkan bahwa data pada variabel Interaksi Orang Tua–Anak tidak berdistribusi normal [ $p < 0.05$ ].

Hasil uji normalitas tersebut menunjukkan bahwa baik variabel *screen time* dan interaksi orang tua–anak keduanya tidak berdistribusi normal. Dengan demikian, pengujian hipotesis pada penelitian ini dilakukan menggunakan uji korelasi non-parametrik Spearman’s rho untuk menguji hubungan antara variabel *screen time* dengan kualitas interaksi orang tua–anak.

Tabel 6. Hasil Uji Hipotesis Korelasi *Screen Time* dan Interaksi Orangtua–Anak

Dimensi	r	p
<i>Screen time</i> ↔ <i>Interaksi Orang Tua–Anak</i>	-0.022	0.366

Pengujian hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik uji korelasi Spearman’s rho terhadap 238 partisipan, karena hasil uji normalitas menunjukkan bahwa kedua variabel tidak berdistribusi normal. Uji korelasi ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara variabel *screen time* orangtua dan variabel interaksi orangtua–anak. Berdasarkan hasil uji korelasi Spearman’s rho pada Tabel 6, diperoleh nilai  $r = -0.022$  dengan  $p = 0.366$  ( $p > 0.05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variabel *screen time* orangtua dan kualitas interaksi orangtua–anak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian ditolak. Selengkapnya dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 7. Hasil Uji Korelasi *Screen Time* Orang Tua antara Dimensi Penerimaan dan Resolusi Konflik

Variabel	Penerimaan	Resolusi Konflik
<i>Screen time</i>	$r = -0.008$ $p = 0.903$	$r = -0.030$ $p = 0.647$

Selanjutnya dilakukan uji korelasi Spearman’s rho untuk mengetahui hubungan antara *screen time* orangtua dengan masing-masing dimensi kualitas interaksi orangtua–anak. Analisis dilakukan pada dua dimensi PACHIQ-R, yaitu dimensi resolusi konflik (total rk) dan dimensi penerimaan (total p).

Hasil uji korelasi antara *screen time* dan dimensi resolusi konflik menunjukkan nilai  $r = -0,030$  dengan  $p = 0,647$  ( $p > 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *screen time* orangtua dan kemampuan orangtua dalam mengelola atau menyelesaikan konflik dengan anak. Pada dimensi penerimaan, diperoleh nilai korelasi  $r = -0,008$  dengan  $p = 0,903$  ( $p > 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa *screen time* orangtua juga tidak berhubungan secara signifikan dengan sikap kehangatan, kedekatan, maupun penerimaan emosional

---

orangtua terhadap anak. Data selengkapnya dapat dilihat di table 7. Selain itu, terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara dimensi penerimaan dan resolusi konflik ( $r = 0,644$ ;  $p < 0,001$ ). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *screen time* orangtua tidak berpengaruh terhadap kedua dimensi interaksi orangtua–anak.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa durasi screen-time orang tua tidak berkorelasi signifikan dengan kualitas interaksi orang tua–anak ( $r = -0,022$ ;  $p = 0,366$ ). Dengan demikian, pertanyaan penelitian terjawab bahwa screen-time tidak berhubungan secara langsung dengan kualitas interaksi dalam keluarga pada sampel ini. Durasi penggunaan perangkat digital tidak cukup untuk menjelaskan variasi cara orang tua merespons, berkomunikasi, atau memberikan kehangatan emosional kepada anak.

Beberapa penjelasan dapat mendasari hasil tersebut. Mayoritas responden memiliki screen-time yang tidak ekstrem dan kualitas interaksi yang relatif tinggi, sehingga variabilitas data rendah dan hubungan statistik sulit muncul. Selain itu, penggunaan gawai tidak hanya untuk hiburan, tetapi juga untuk pekerjaan, koordinasi rumah tangga, dan komunikasi dengan sekolah. Dalam konteks seperti ini, screen-time berfungsi sebagai bagian dari aktivitas pengasuhan, bukan sebagai distraksi utama. Temuan ini sejalan dengan penelitian [22, 17] yang menekankan bahwa konteks penggunaan lebih penting daripada durasi, karena penggunaan gawai baru berdampak negatif jika mengganggu momen interaksi penting dalam keluarga.

Berdasarkan hasil tersebut, generalisasi yang dapat ditarik adalah bahwa kualitas interaksi orang tua–anak lebih dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kehangatan emosional, pola komunikasi yang stabil, dan responsivitas orang tua. Hal ini selaras dengan pandangan [16] dan hasil Penelitian [23] menunjukkan bahwa dinamika hubungan keluarga lebih ditentukan oleh faktor psikologis dan relasional dibanding perilaku tunggal seperti lama penggunaan perangkat digital. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan beberapa hasil penelitian terdahulu. [13, 14, 15] dan [24] menemukan bahwa screen-time yang berlebihan dapat menyebabkan *technoference*, menurunkan kehangatan emosional, dan mengurangi keterlibatan orang tua dalam interaksi langsung. Perbedaan ini menunjukkan bahwa dampak screen-time bersifat kontekstual, dan mungkin bervariasi tergantung usia anak, kebutuhan emosional, tingkat stres orang tua, atau intensitas penggunaan gawai.

Penelitian ini memiliki keterbatasan. Karena responden berasal dari wilayah dan latar belakang yang relatif serupa, variasi data menjadi rendah dan hubungan antarvariabel menjadi kurang tampak. Data yang dikumpulkan melalui kuesioner *self-report* rentan bias persepsi. Pengukuran *screen time* juga hanya melihat durasi tanpa mempertimbangkan konteks penggunaannya. Selain itu, desain korelasional membuat penelitian ini tidak dapat menyimpulkan hubungan sebab-akibat.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya dapat melibatkan sampel yang lebih beragam, menambahkan pengukuran konteks *screen time*, serta menggunakan metode campuran seperti observasi atau wawancara. Bagi orang tua, temuan ini menjadi pengingat bahwa yang paling penting bukan sekadar membatasi *screen time*, tetapi memastikan bahwa kehadiran emosional, komunikasi hangat, dan keterlibatan tetap menjadi inti dari interaksi dengan anak.

## 5. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara screen time orang tua dengan kualitas interaksi orang tua–anak, sehingga tinggi atau rendahnya durasi penggunaan perangkat digital tidak secara langsung memengaruhi kualitas interaksi yang terjalin. Hasil ini menegaskan bahwa dinamika hubungan orang tua–anak dipengaruhi oleh faktor lain selain durasi penggunaan layar, seperti kualitas komunikasi, gaya pengasuhan, dan konteks interaksi sehari-hari. Untuk aplikasi praktis, orang tua disarankan menerapkan aturan penggunaan gawai di rumah, misalnya membatasi penggunaan gadget saat waktu bersama keluarga atau saat berinteraksi dengan anak, serta mengganti sebagian screen time dengan aktivitas bersama anak seperti menonton video edukatif, bermain, atau melakukan kegiatan kreatif tanpa distraksi digital. Pendekatan ini dapat membantu menjaga interaksi tatap muka dan kelekatan emosional dalam keluarga. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi variabel tambahan yang memengaruhi interaksi keluarga serta mempertimbangkan konteks penggunaan perangkat, sehingga pemahaman tentang dampak screen time terhadap hubungan orang tua–anak menjadi lebih komprehensif.

---

## Referensi

- [1] DataReportal, *Digital 2024: Global overview report*, 2024. <https://datareportal.com/reports/digital-2024-global-overview-report>
- [2] Pew Research Center, "Social media use in 2021," 7 Apr. 2021. <https://www.pewresearch.org/internet/2021/04/07/social-media-use-in-2021/>
- [3] Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, *Laporan Survei Internet APJII 2022*, 2022. <https://apjii.or.id> ; <https://online.fliphtml5.com/rmpye/ztxb>
- [4] Kompas, "Orangtua asyik main handphone, anak yang kena getahnya," 14 Juli 2023. <https://lifestyle.kompas.com/read/2023/07/14/081400320/orangtua-asyik-main-handphone-anak-yang-kena-getahnya>
- [5] Kompas, "Hentikan fenomena 'phubbing'," *Muda. Kompas*, 17 Juni 2018. <https://muda.kompas.id/baca/2018/06/17/hentikan-fenomena-phubbing/>
- [6] A. Sigman, "Time for a view on screen time," *Archives of Disease in Childhood*, vol. 97, no. 11, pp. 935–942, 2012. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2012-302196>
- [7] World Health Organization, *WHO Guideline: Physical Activity, Sedentary Behavior and Sleep for Children under 5 Years of Age*, 2021. <https://doi.org/10.1055/a-1489-8049>
- [8] American Academy of Pediatrics, "Media and young minds: Policy statement," 2021. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
- [9] Z. Chen, J. Sun, and W. Zhuang, "Combination of physical activity and screen time on life satisfaction in adults: A cross-sectional survey," *Frontiers in Psychology*, vol. 13, 2022. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.962520>
- [10] S. Schoeppe et al., "How is adults' screen time behaviour influencing their views on screen time restrictions for children? A cross-sectional study," *BMC Public Health*, vol. 16, no. 1, pp. 1–5, 2016. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-2789-3>
- [11] M. Gath, B. McNeill, and G. Gillon, "Preschoolers' screen time and reduced opportunities for quality interaction: Associations with language development and parent-child closeness," *Current Research in Behavioral Sciences*, 2023. <https://doi.org/10.1016/j.crbeha.2023.100140>
- [12] M. Rabbani, S. Hosseini, and N. H. B. Zulkarnain, "Screen time and psychological well-being among children: The moderating effect of parenting styles," *Journal of Cognitive Sciences and Human Development*, vol. 8, no. 2, pp. 199–208, 2022. <https://doi.org/10.33736/jcsdh.4555.2022>
- [13] B. T. McDaniel and J. S. Radesky, "Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems," *Child Development*, vol. 89, no. 1, pp. 100–109, 2018. <https://doi.org/10.1111/cdev.12822>
- [14] R. Mustonen, R. Torppa, and S. Stolt, "Screen time of preschool-aged children and their mothers, and children's language development," *Children*, vol. 9, p. 1577, 2022. <https://doi.org/10.3390/children9101577>
- [15] N. Foo, N. Ismail, and Z. Arshat, "Relationship between screen time, sleep duration, parent-child interaction and psychosocial adjustment among preschool children in Selangor, Malaysia," *Journal of Educational and Developmental Psychology*, vol. 12, no. 2, p. 94, 2022. <http://doi.org/10.5539/jedp.v12n2p94>
- [16] D. E. Papalia and G. Martorell, *Human Development*, 14th ed., 2021.
- [17] S. A. Putri, M. M. Syamsuddin, and N. S. Zuhro, "Pengaruh pelatihan screen time terhadap kualitas interaksi anak dan orang tua," *VISI: Jurnal Ilmiah PTK PNF*, vol. 16, no. 2, 2021. <http://doi.org/10.21009/JIV.1602.4>
- [18] Kompas.com, "Saat remaja lebih sering curhat ke AI daripada ke teman atau orang tua," 22 Juli 2025. <https://lifestyle.kompas.com/read/2025/07/22/120600120/saat-remaja-lebih-sering-curhat-ke-ai-daripada-ke-teman-atau-orangtua?page=all>
- [19] A. Hasanah, N. P. B. Putri, I. S. Indrawanto, and Rahayu, "Hubungan antara durasi dan frekuensi paparan layar media elektronik (screen time) dengan perkembangan bahasa pada balita di Puskesmas Kendal Kerep di Kota Malang," *Teaching and Learning Journal of Mandalika*, vol. 6, no. 1, 2025. <http://ojs.cahayamandalika.com/index.php/teacher>
- [20] M. Vizcaino, M. Buman, C. T. DesRoches, and C. Wharton, "Reliability of a new measure to assess modern screen time in adults," *BMC Public Health*, vol. 19, p. 1386, 2019. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7406-y>
- [21] A. Lange, A. Evers, H. Jansen, and C. Dolan, "PACHIQ-R: The Parent-Child Interaction Questionnaire—Revised," *Family Process*, vol. 41, no. 4, pp. 709–722, 2002.
- [22] A. Hiniker, H. Suh, S. Cao, and J. A. Kientz, "Screen time tantrums: How families manage screen media experiences for toddlers and preschoolers," in *Proceedings of the 2016 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, pp. 648–660, 2016. <https://doi.org/10.1145/2858036.2858278>
- [23] T. H. H. Nguyen and T. N. T. Nguyen, "Parent-adolescent conflict: An exploration from the perspective of Vietnamese adolescents," *Frontiers in Psychology*, vol. 14, 2023. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1243494>
- [24] C. A. Kildare and W. Middlemiss, "Impact of parents' mobile device use on parent-child interaction: A literature review," *Computers in Human Behavior*, vol. 75, pp. 579–593, 2017. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.06.003>