

**PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN *GADGET*
TERHADAP REGULASI EMOSI ANAK USIA 5-6 TAHUN
DI KELURAHAN CILEUNGSI**



Oleh:

LEAVANNY SETYANI SANTOSO

1105622157

SKRIPSI

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan**

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2026

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI

Judul : Pengaruh Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun Di Kelurahan Cileungsi

Nama Mahasiswa : Leavanny Setyani Santoso

NIM : 1105622157

Program Studi : Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Tanggal Ujian : Jumat, 17 Juli 2026

Pembimbing I



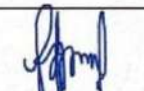
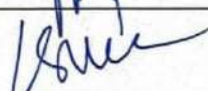
Dr. Hapidin, M.Pd
NIP.196412061991031002

Pembimbing II



Endah Windiastuti, M.Pd
NIP. 199505072024062001

Panitia Ujian Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Aip Badrujaman, M.Pd (Penanggung Jawab) ¹		21 / 08 / 2026
Karta Sasmita, S.Pd, M.Si, Ph.D (Wakil Penanggung Jawab) ²		21 / 08 / 2026
Azizah Muis, M.Pd (Ketua Penguji) ³		18 / 8 / 2026
Ade Dwi Utami, Ph.D (Anggota) ⁴		10 / 08 / 2026
Fatimah Noor Isnaini, M.Pd (Anggota) ⁵		11 / 08 / 2026

¹ Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan

² Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan dan Alumni

³ Ketua Penguji

⁴ Dosen Penguji

⁵ Dosen Penguji

LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Leavanny Selyani Santoso
NIM : 1105612157
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Pendidikan / Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini
Alamat email : hi.leavanny@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

☒ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertasi ☐ Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Regulasi Email Anak Usia 5-6 Tahun di
Kelurahan Cilungser

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta

Penulis

(Leavanny Selyani Santoso)
nama dan tanda tangan

**PENGARUH INTENSITAS PENGGUNAAN *GADGET* TERHADAP
REGULASI EMOSI ANAK USIA 5-6 TAHUN DI KELURAHAN
CILEUNGS**

Leavanny Setyani Santoso

ABSTRAK

Penelitian *ex post facto* ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intensitas penggunaan *gadget* terhadap regulasi emosi anak usia 5-6 tahun. Sampel dalam penelitian ini adalah orang tua yang memiliki anak usia 5-6 tahun dari sekolah yang terpilih di Kelurahan Cileungsi sebanyak 123 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster random sampling*. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif, dengan pendekatan kausalitas dan desain penelitian *ex post facto*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner penelitian dan dianalisis dengan menggunakan uji regresi linear sederhana. Nilai uji t diperoleh nilai signifikansi sebesar $<0,001 < 0,05$, sehingga H_0 ditolak dan H_1 diterima. Adapun thitung (11.815) > ttabel (1.980) sehingga variabel intensitas penggunaan *gadget* mempunyai pengaruh signifikan terhadap regulasi emosi. Dan nilai R square (R^2) didapati nilai sebesar 53,6%, artinya intensitas penggunaan *gadget* memiliki pengaruh terhadap regulasi emosi sebesar 53,6%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa intensitas penggunaan *gadget* berpengaruh terhadap regulasi emosi anak usia 5-6 tahun. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi penggunaan *gadget* anak maka semakin buruk regulasi emosinya. Maka dari itu, peran orang tua, guru ataupun masyarakat sangat dibutuhkan bagi pembatasan penggunaan ataupun pemberian arahan penggunaan *gadget* anak, sehingga perkembangan regulasi emosi anak dapat berjalan dengan baik dan anak menggunakan dengan tujuan mendapatkan pengetahuan dari penggunaan *gadget*.

Kata Kunci: Intensitas Penggunaan *Gadget*, Regulasi Emosi, Anak Usia 5-6 Tahun.

THE INFLUENCE OF GADGET USAGE INTENSITY ON EMOTION REGULATION IN CHILDREN AGED 5–6 YEARS IN CILEUNGSI URBAN VILLAGE

Leavanny Setyani Santoso

ABSTRACT

This ex post facto study aimed to determine the effect of gadget usage intensity on the emotional regulation of children aged 5–6 years. The sample consisted of 123 parents of children aged 5–6 years from selected schools in Cileungsi Village, selected using a cluster random sampling technique. A quantitative method was employed, utilizing a causal approach and an ex-post facto research design. Data were collected via questionnaires and analyzed using a simple linear regression test. The t-test yielded a significance value of <0.001 (less than 0.05); consequently, the null hypothesis (H_0) was rejected, and the alternative hypothesis (H_1) was accepted. Furthermore, the calculated t-value (11.815) exceeded the t-table value (1.980), indicating that gadget usage intensity has a significant effect on emotional regulation. An R-squared (R^2) value of 53.6% was obtained, meaning that gadget usage intensity accounts for 53.6% of the influence on emotional regulation. The findings demonstrate that the intensity of gadget usage affects the emotional regulation of children aged 5–6 years; specifically, higher levels of gadget usage are associated with poorer emotional regulation. Therefore, the roles of parents, teachers, and the community are crucial in limiting usage or providing guidance on gadget use, ensuring that children's emotional regulation develops properly and that gadgets are used for the purpose of acquiring knowledge.

Keywords: Gadget Usage Intensity, Emotional Regulation, Children Aged 5–6 Years.

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama Mahasiswa: Leavanny Setyani Santoso

Nomor Registrasi: 1105622157

Program Studi: Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "Pengaruh Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun Di Kelurahan Cileungsi" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian/ pengembangan pada bulan Juni – Juli 2026
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi yang pernah dibuat oleh orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang timbul jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 12 Juli 2026

Yang membuat pernyataan



Leavanny Setyani Santoso

MOTTO

“One shot, no filters, no retakes. Just like life— raw, real and unedited.”

(Leavanny, 2026)

“University life is good, but i’m a roller-coaster rider”

(also Leavanny, 2026)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini dipersembahkan kepada:

1. Kedua orang tua tercinta yang telah mendukung, memberi kasih sayang dan cinta yang begitu melimpah serta doa yang tidak pernah terputus dalam penyusunan skripsi ini.
2. Kedua dosen pembimbing yang senantiasa membantu dan mengarahkan peneliti untuk menyusun dan menyelesaikan skripsi ini
3. Seluruh pihak sekolah yang menjadi sampel dalam penelitian ini, peneliti ucapkan terima kasih sebesar-besarnya atas kerjasama, dukungan dan bantuannya.

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah Subhanahu Wa Ta'ala Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, peneliti panjatkan puja dan puji syukur atas kehadiran-Nya, yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Pengaruh Intensitas Penggunaan Gadget Terhadap Regulasi Emosi Anak Usia 5-6 Tahun Di Kelurahan Cileungsi”. Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat kelulusan pada Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta. Selama penulisan, peneliti menyadari bahwa skripsi ini dapat diselesaikan dengan adanya bantuan dari berbagai pihak. Peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Komarudin, M.Si., selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta
2. Dr. Aip Badrujaman, M. Pd. Dan Karta Sasmita, M,Si., Ph.D selaku Dekan dan Wakil Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta.
3. Dr. Sri Wulan, M.Si., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Negeri Jakarta.
4. Dr. Hapidin, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, memberikan dukungan, bimbingan, masukan, arahan, serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Endah Windiastuti, S.Pd., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, memberikan dukungan, bimbingan, masukan, arahan, serta saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Seluruh jajaran dosen dan staf Program Studi S1 Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini yang telah memberi ilmu, informasi, dan pelayanan selama perkuliahan.
7. Keluarga besar Harun Hartono Wongsodirjo terutama Mama, Papa, Kakek, Nenek, Om dan Tante tercinta yang telah membantu, memanjatkan doa, memberikan bantuan moral, materi, dan kasih sayang yang begitu melimpah. Setiap usaha, pengorbanan, dan kasih sayang yang diberikan

menjadi penyemangat bagi peneliti dalam menghadapi berbagai tantangan selama menempuh perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

8. Teruntuk Fathimah, Kamiliya, Hanna dan Fadia yang telah kebersamai sejak 2015 yang sudah memberikan semangat dan dukungan yang tidak pernah terputus hingga saat ini. Terima kasih peneliti ucapkan sebesar-besarnya.
9. Teruntuk teman-teman bimbingan Abiya, Ara, Dina, Gita, Naya dan Tia yang selalu memberikan dukungan dan kebersamaan selama proses penyusunan skripsi.
10. Teruntuk sobat Alifia, Amel dan Aurel yang telah kebersamai dan menemani selama masa perkuliahan.
11. Teruntuk teman-teman PG-PAUD Angkatan 2022 yang telah kebersamai sejak masa orientasi mahasiswa baru yang senantiasa mendukung dan membantu peneliti selama masa perkuliahan.
12. Teruntuk pihak sekolah tempat peneliti melaksanakan penelitian, terima kasih atas kerjasama, bantuan dan dukungan yang selalu diberikan.
13. Teruntuk Kiwi yang selalu menghibur dengan tingkah lucu dan absurdnya setiap hari, peneliti ucapkan terima kasih karena telah memberikan kebahagiaan dengan caranya tersendiri.

Jakarta, 12 Juli 2026

Peneliti,

Leavanny Setyani Santoso.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
ABSTRAK.....	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	vi
MOTTO.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	13
C. Pembatasan Masalah	14
D. Perumusan Masalah	14
E. Tujuan Umum Penelitian.....	14
F. Kegunaan Penelitian.....	15
BAB II KAJIAN TEORETIK, KERANGKA BERPIKIR, DAN HIPOTESIS	
PENELITIAN.....	17
A. Kajian Teoretik	17
1. Regulasi Emosi.....	17
2. Intensitas Penggunaan <i>Gadget</i>	35
B. Hasil Penelitian yang Relevan.....	64
C. Kerangka Berpikir	70
D. Hipotesis Penelitian.....	73
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	74
A. Tujuan Penelitian.....	74
1. Tujuan Umum.....	74
2. Tujuan Khusus.....	74
B. Tempat dan Waktu Penelitian	74
1. Tempat Penelitian	74
2. Waktu Penelitian.....	74
C. Metode Penelitian.....	76

D. Populasi dan Sampel	78
E. Teknik Pengumpulan Data.....	80
1. Definisi Konseptual Variabel.....	81
2. Definisi Operasional Variabel	82
3. Kisi-kisi Instrumen	84
4. Validasi Instrumen.....	87
F. Teknik Analisis Data	90
1. Statistik Deskriptif.....	91
2. Statistik Inferensial.....	91
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	99
A. Deskripsi Data.....	99
1. Deskripsi Umum	99
2. Deskripsi Khusus.....	103
B. Pengujian Persyaratan Analisis	124
1. Uji Coba Instrumen Penelitian	124
2. Uji Asumsi Klasik	127
C. Pengujian Hipotesis.....	129
1. Uji Regresi Linear Sederhana	129
2. Uji Hipotesis.....	131
3. Uji Koefisien Determinasi.....	133
D. Pembahasan Hasil	134
E. Keterbatasan Penelitian	146
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	147
A. Kesimpulan	147
B. Implikasi.....	148
C. Saran.....	149
DAFTAR PUSTAKA.....	151
LAMPIRAN.....	159
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	179

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Tahapan dan Waktu Penelitian	75
Tabel 3. 2 Skala Penilaian Instrumen	85
Tabel 3. 3 Indikator Intensitas Penggunaan <i>Gadget</i>	85
Tabel 3. 4 Indikator Regulasi Emosi	86
Tabel 3. 5 Uji Reliabilitas.....	90
Tabel 4. 1 Tabel Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Usia	99
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Jenis Kelamin.....	100
Tabel 4. 3 Nilai Mean, Median, dan Standar Deviasi Variabel X	103
Tabel 4. 4 Tinggi Rendahnya Penggunaan <i>Gadget</i>	103
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Data Intensitas Penggunaan <i>Gadget</i>	104
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Tinggi Rendahnya Tingkat Rata-Rata Intensitas Penggunaan <i>Gadget</i>	106
Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Aspek <i>Media Exposure</i>	106
Tabel 4. 8 Distribusi Frekuensi Aspek <i>Audience Activity</i>	107
Tabel 4. 9 Distribusi Frekuensi Aspek <i>Attention to Media</i>	108
Tabel 4. 10 Distribusi Frekuensi Aspek <i>Uses and Gratification</i>	108
Tabel 4. 11 Distribusi Frekuensi Aspek <i>Cyber Communication</i>	109
Tabel 4. 12 Distribusi Frekuensi Aspek <i>Media Use</i>	109
Tabel 4. 13 Rata-rata Skor Setiap Aspek Intensitas Penggunaan <i>Gadget</i>	110
Tabel 4. 14 Distribusi Frekuensi Kategori Rendah, Sedang, Tinggi Intensitas Penggunaan <i>Gadget</i>	111
Tabel 4. 15 Nilai Mean, Median, dan Standar Deviasi Variabel Y	114
Tabel 4. 16 Distribusi Frekuensi Data Regulasi Emosi.....	114
Tabel 4. 17 Distribusi Frekuensi Tinggi Rendahnya Tingkat Rata-Rata Regulasi Emosi.....	116
Tabel 4. 18 Distribusi Frekuensi Aspek <i>Situation Selection</i>	117
Tabel 4. 19 Aspek <i>Situation Modification</i>	117
Tabel 4. 20 Distribusi Frekuensi Aspek <i>Attention Deployment</i>	118
Tabel 4. 21 Distribusi Frekuensi Aspek <i>Cognitive Change</i>	119
Tabel 4. 22 Distribusi Frekuensi Aspek <i>Response Modulation</i>	120
Tabel 4. 23 Rata-rata Skor Setiap Aspek Regulasi Emosi	120
Tabel 4. 24 Distribusi Frekuensi Kategori Rendah, Sedang, Tinggi Regulasi Emosi	121
Tabel 4. 25 Hasil Uji Validitas Intensitas Penggunaan <i>Gadget</i>	124
Tabel 4. 26 Hasil Uji Validitas Regulasi Emosi	125
Tabel 4. 27 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Intensitas Penggunaan <i>Gadget</i>	126
Tabel 4. 28 Hasil Uji Reliabilitas Variabel Regulasi Emosi.....	126
Tabel 4. 29 Hasil Uji Normalitas.....	127

Tabel 4. 30 Hasil Uji Linearitas	128
Tabel 4. 31 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana	130
Tabel 4. 32 Hasil Pengujian Uji T	131
Tabel 4. 33 Hasil Pengujian Uji F	132
Tabel 4. 34 Hasil Uji Koefisien Determinasi	133



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Alur Kerangka Berpikir	72
Gambar 4. 1 Hasil Pengujian Heteroskedastisitas.....	129
Diagram 4. 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia	100
Diagram 4. 2 Jenis <i>Gadget</i> Yang Digunakan	103
Grafik 4. 3 Intensitas Penggunaan <i>Gadget</i>	105
Diagram 4. 4 Aspek <i>Media Exposure</i>	107
Diagram 4. 5 Aspek <i>Audience Activity</i>	107
Diagram 4. 6 Aspek <i>Attention to Media</i>	108
Diagram 4. 7 Aspek <i>Uses and Gratification</i>	109
Diagram 4. 8 Aspek Aspek <i>Cyber Communication</i>	109
Diagram 4. 9 Aspek <i>Media Use</i>	110
Diagram 4. 10 Regulasi Emosi.....	115
Diagram 4. 11 Aspek <i>Situation Selection</i>	117
Diagram 4. 12 Aspek <i>Situation Modification</i>	118
Diagram 4. 13 Aspek <i>Attention Deployment</i>	119
Diagram 4. 14 Aspek <i>Cognitive Change</i>	119
Diagram 4. 15 Aspek <i>Response Modulation</i>	120

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian	159
Lampiran 2 Perhitungan Hasil Uji Coba Instrumen.....	162
Lampiran 3 Hasil Perhitungan Uji Asumsi Klasik.....	163
Lampiran 4 Hasil Perhitungan Uji Hipotesis	165
Lampiran 5 Data Karakteristik Responden.....	165
Lampiran 6 Surat Permohonan <i>Expert Judgements</i>	166
Lampiran 7 Surat Keterangan Penilai Ahli	167
Lampiran 8 Halaman Persetujuan Perbaikan Seminar Proposal Skripsi	171
Lampiran 9 Halaman Persetujuan Sidang Skripsi.....	171
Lampiran 10 Lembar Persetujuan Perbaikan Hasil Sidang Skripsi	173
Lampiran 11 Surat Permohonan Penelitian Skripsi	174
Lampiran 12 Dokumentasi Bersama Pihak Sekolah.....	178

