

Peningkatan *Trend Screentime* selama Pandemi Covid 19 dan Efeknya pada Perilaku Anak

Nurul Istiqomah^{1*}, Susi Roida Simanjuntak²

¹S1 Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

²Akademi Keperawatan HKBP Balige

*Email: nurulistiwa207@itspku.ac.id

Kata Kunci

Masalah perilaku,
Pandemi Covid-19,

Abstrak

Latar belakang. Salah satu kebijakan yang dilakukan oleh WHO dan pemerintah Indonesia dalam menyikapi peningkatan dan penanganan Covid-19 adalah pembatasan aktifitas fisik. Kebijakan tersebut mengharuskan seluruh masyarakat untuk lebih banyak berdiam diri rumah. Seiring dengan hal tersebut, aktifitas anak di luar rumah juga dibatasi. *Tujuan.* Untuk mengetahui peningkatan screen time pada anak usia 4-12 tahun selama Pandemi Covid 19 berlangsung dan pengaruhnya terhadap masalah perilaku anak. *Metode.* Penelitian dengan desain cross sectional dilakukan dengan menyebarkan kuesioner pada orangtua yang memiliki anak usia 4-12 tahun. Kuesioner disebar dengan menggunakan google formulir selama 4 minggu melalui media sosial seperti Whatsapp, Instagram dan Facebook. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ). *Hasil.* Selama 4 minggu didapatkan 74 responden. Durasi screen time memiliki hubungan yang signifikan terhadap keseluruhan masalah perilaku pada anak ($p=0,024$). *Kesimpulan.* Peningkatan screen time melebihi durasi yang dianjurkan dapat menimbulkan berbagai masalah perilaku pada anak seperti masalah emosi, conduct dan hiperaktif,

Increased Trend Screentime during the Covid-19 Pandemic and Its Effects on Children's Behavior

Key Words:

Screen time, Strength
and Difficulties
Questionnaire (SDQ)

Abstract

Background. One of the policies carried out by WHO and the Indonesian government in handling of increasing and handling Covid-19 is physical activity restrictions. This policy requires all people to stay at home more. Along with this, children's activities outside the home are also restricted the aim of the study is to know foundation. **Goal.** To see the increase in screen time in children aged 4-12 years during the COVID-19 Pandemic and its effects on children's behavior problems. **Method.** This research was cross sectional design is conducted by using questionnaires to parents who had children aged 4-12 years. The questionnaire was distributed using Google Forms for 4 weeks via social media such as WhatsApp, Instagram, and Facebook. Questionnaire used in this study was the Strength and Difficulty Questionnaire (SDQ) questionnaire. **Result.** During 4 weeks, 74 respondents were obtained. The duration of screen time has a significant correlation with the total behavior problems in children ($p = 0.024$). **Conclusion.** The Correlation is the increasing of screen time beyond the recommended Increasing the screen time beyond the recommended duration can cause various behavioral problems in children such as emotional problems, behavior and hyperactivity.

1. PENDAHULUAN

Sejak awal wabah di kota Wuhan di China pada bulan Desember 2019, Coronavirus (COVID-19) telah menyebar ke seluruh dunia, dan tidak menunjukkan tanda-tanda melambat (WHO, 2020). Data jumlah kasus Covid-19 di Indonesia dari Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid -19 tahun 2020 terus meningkat. Data hingga tanggal 16 Juli 2020 terdapat 80.094 kasus dalam status terkonfirmasi, 37.247 kasus dengan status dalam perawatan atau 46,5% dari yang terkonfirmasi, dan terdapat sebanyak 3.797 pasien meninggal atau 4,7% dari yang terkonfirmasi serta pasien yang sembuh sebanyak 39,050 atau 48,8% dari yang terkonfirmasi. Jumlah kasus di Jawa tengah sendiri mencapai 5,653 (7,2%). Jumlah kasus positif Covid -19 berdasarkan usia, pada usia anak 0-5 tahun sebanyak 2,3%, 6-17 tahun mencapai 5,8%. Jiao et al., (2020) telah melakukan sebuah studi pendahuluan di China terkait masalah emosi dan perilaku pada anak saat Pandemi Covid-19. Hasil menunjukkan anak usia 3-6 tahun lebih merasakan tergantung dan takut jika keluarganya terinfeksi covid -19. Anak usia 6-18 tahun lebih menunjukkan ketidakpedulian dan persistent inquiry. Tingkat rasa takut, cemas, dan emosi lainnya lebih meningkat pada anak yang berada didaerah beresiko tinggi. Ye (2020) dalam penelitiannya juga menyatakan bahwa adanya gangguan perilaku dan emosi pada anak dimasa covid-19. Masalah perilaku sendiri merupakan perilaku yang menyimpang dari normal, yang mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak (Cooper, 2011). Anak usia 2-8 tahun di Amerika Serikat sebanyak 17,4% telah terdiagnosis memiliki masalah perilaku (Cree et al., 2018).

Dampak lain yang timbul pada anak selama Covid 19 adalah meningkatnya screen time pada anak. Screen time adalah waktu yang digunakan untuk menggunakan komputer, televisi, gadget maupun video games. Hasil penelitian di Turki menjelaskan bahwa screen time pada anak selama pandemi covid 19 meningkat sebesar 71,7% (Ozturk and Yalçin, 2020). Penggunaan media elektronik yang berlebihan pada anak

dapat mengganggu kualitas hidup anak (Wu et al., 2017).

Ikatan Dokter Indonesia (IDAI, 2014) merekomendasikan bahwa screen time pada anak tidak lebih dari 2 jam sehari. Screen time pada anak-anak tetap harus dibatasi, jika tidak akan menimbulkan efek negative (WHO, 2020). Pertanyaan penelitian dalam penelitian ini, selama Pandemi Covid-19 bagaimanakah gambaran dan hubungan screentime dan perilaku pada Anak usia 4-12 tahun.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian dengan desain *cross sectional* dilakukan dengan menyebarkan kuesioner melalui google form dengan link <http://bit.ly/SurveyPerilakuAnak>. Link disebar-kan oleh peneliti melalui *group Whatsapp*, dan memberikan keterangan untuk menyebarkan link tersebut pada orang tua yang lain yang memiliki anak usia 4-12 tahun. Populasi yang digunakan adalah pasangan Ibu dan anak usia 4-12 tahun, yang tinggal satu rumah dan bersedia mengikuti penelitian. Penelitian ini menggunakan kuesioner *Strength and Difficulties Questionnaire* (SDQ) (Goodman, 2001) untuk mengetahui Perilaku Anak, dan kuesioner *Screentime* untuk mengetahui durasi *screentime*. Pengolahan data dengan SPSS 20.0, kemudian dilakukan analisis data dengan *chi square* atau *Fisher's*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden tertera pada tabel 1. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden berusia 4-6 tahun atau dalam kategori pra sekolah yakni sebanyak 45 (60,8%). Perilaku anak dalam penelitian ini diukur menggunakan instrument SDQ yakni untuk mengetahui kekuatan dan kelemahan atau permasalahan terkait perilaku anak. Kekuatan yang diukur meliputi perilaku prososial, sedangkan permasalahannya meliputi, masalah emosi, *conduct*, hiperaktivitas, dan permasalahan dengan teman sebaya (*peer*)

Tabel 1. Karakteristik dasar subjek penelitian (n=74)

Karakteristik	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Usia Anak		
Pra Sekolah (4-6 tahun)	45	60,8
Sekolah (7-12 tahun)	29	39,2
Jenis Kelamin Anak		
Laki-laki	33	44,6
Perempuan	41	55,4
Perilaku Anak		
Emosi		
Normal	70	94,6
Abnormal	4	5,4
<i>Conduct</i>		
Normal	69	93,2
Abnormal	5	6,8
Hiperaktif		
Normal	68	91,9
Abnormal	6	8,1
<i>Peer</i>		
Normal	67	90,5
Abnormal	7	9,5
Prososial		
Normal	69	93,2
Abnormal	5	6,8
Total Masalah		
Normal	62	83,3
Abnormal	12	16,2
Durasi <i>Screentime</i>		
Kurang dari 1 jam	47	63,5
Lebih dari 2 jam	27	36,5

Responden dalam penelitian ini menunjukkan untuk keseluruhan total masalah perilaku dialami oleh sebanyak 12 (16,2%) anak. Masalah emosi dialami oleh 4 (5,4%) anak, masalah conduct dialami oleh 5 (6,8%) anak, Masalah hiperaktif dialami oleh 6 (8,1%) anak, dan masalah dengan teman sebaya dialami oleh 7 (9,5%) anak. Hasil dari penelitian ini juga menjelaskan bahwa, responden anak sebanyak 27 (36,5%) menghabiskan waktu selama lebih dari 2

jam. Hasil penelitian ini juga didapatkan kekuatan perilaku anak, yg dilihat dari hasil perilaku prososial, Sebagian besar anak memiliki nilai prososial anak yg baik atau normal.

Hasil analisa bivariat tertera pada tabel 2. Durasi *screentime* memiliki hubungan yang signifikan terhadap keseluruhan masalah perilaku pada anak, dimana didapatkan nilai signifikan sebesar 0,024

Tabel 2. Analisis bivariat hubungan durasi *screentime* dengan masalah perilaku keseluruhan anak (n=74)

Variabel	Perilaku Keseluruhan						P
	Normal		Abnormal		Total		
	f	%	f	%	f	%	
<i>Durasi Screentime</i>							
Kurang dari 1 jam	43	91,4	4	8,6	47	100	0,024*
Lebih dari 2 jam	19	70,3	8	29,7	27	100	

Pembahasan

Covid-19 merupakan virus yang menyerang saluran pernafasan melalui droplet dan kontak langsung dari sekret yang bersifat infeksius (Jacob *et al.*, 2020). Peningkatan kasus Covid-19 disikapi oleh pemerintah dan WHO dengan menginstruksikan kepada seluruh masyarakat untuk mengurangi kegiatan tatap muka dan sebaiknya berdiam diri di rumah. Instruksi untuk mengurangi aktifitas termasuk juga dengan pembatasan kegiatan anak di sekolah (Tanoue *et al.*, 2020). Pandemi Corona Virus Disease 19 (Covid-19) sangat berdampak pada kesehatan fisik dan mental (WHO, 2020).

Penutupan sekolah, yang akhirnya mengharuskan anak-anak melakukan pembelajaran dari rumah dengan menggunakan laptop, tablet ataupun gawai dalam bentuk lain (Robbin *et al.*, 2020). Pembatasan jarak sosial yang diberlakukan selama Pandemi Covid-19 dapat meningkatkan *screen time* pada anak dan remaja (Nagata, Abdel Magid and Pettee Gabriel, 2020). Anak-anak dimasa pandemi ini menghabiskan waktu untuk menonton televisi atau menggunakan media digital dengan tujuan sekolah maupun media hiburan (UNICEF, 2020). Pada penelitian ini, mayoritas responden adalah anak yang berusia 6 tahun yakni sebanyak 19 (25,7%). Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa anak usia pra sekolah memiliki durasi *screen time* yang melebihi ketentuan. Ketentuan menurut WHO durasi *screentime* pada anak usia pra sekolah dalam sehari tidak lebih dari 1 jam (WHO, 2019).

Hasil penelitian sejalan dengan penelitian di Kanada terhadap 254 keluarga, terhadap anak-anak adaya peningkatan waktu layar atau *screen-*

time pada ibu, ayah, dan anak selama COVID-19 masing-masing sebagai 74%, 61%, dan 87% (Carroll *et al.*, 2020).

Data lain yang ditampilkan pada penelitian ini menunjukkan 48,6% responden menghabiskan waktu *screen time* selama < 1 jam untuk mengerjakan hal-hal yang berkaitan dengan tugas sekolah. Sementara itu, sebanyak 37,8% responden memiliki *screen time* <1 jam untuk hal-hal yang tidak berhubungan dengan kegiatan sekolah.

Rekomendasi dari WHO, *screen time* yang direkomendasikan pada anak yang berusia kurang dari 5 tahun adalah < 1 jam (American Optometric Association, 2019). Hal ini bertentangan dengan hasil penelitian ini yakni, sebanyak 60,6% anak yang berusia 4-5 tahun melakukan *screen time* dengan durasi \geq 1 jam. Periode umur 0-5 tahun merupakan periode proses perkembangan yang pesat terjadi pada anak sehingga perlu diisi dengan kegiatan yang sehat seperti aktifitas fisik, mengurangi waktu duduk dan meningkatkan kualitas tidur (American Optometric Association, 2019).

Menurut American Optometric Association (2019) *screen time* yang berlebihan pada anak yang berusia 4-5 tahun dapat mengakibatkan kerusakan pada penglihatan, berkurangnya kemampuan motorik halus karena waktu lebih banyak digunakan untuk duduk serta berkurangnya kemampuan berkomunikasi, perbendaharaan kata dan kontak mata selama berinteraksi sosial. (Madigan *et al.*, 2019) mengatakan bahwa *screen time* yang berlebihan pada anak dapat mengurangi komunikasi verbal dan non verbal antara anak dengan pengasuhnya untuk. Peningkatan *screen time* pada anak merupakan hal yang tidak dapat dihindarkan terutama pada anak-anak yang

orangtuanya bekerja di luar rumah (Nagata, Abdel Magid and Pettee Gabriel, 2020)

Media yang digunakan oleh mayoritas responden (47,3%) selama melakukan *screen time* adalah *smart phone*. Selama Pandemi Covid-19, kegiatan sekolah dilaksanakan secara daring. Berbagai platform pengajaran digunakan seperti google classroom, grup whatsapp, zoom, google meet. Akan tetapi, hasil mengejutkan dari penelitian ini adalah mayoritas responden membuka platform Youtube selama *screen time*. Terkait dengan hasil tersebut, sebanyak 74,3% orangtua melaporkan bahwa mereka selalu mengawasi anak-anak mereka selama *screen time*.

Screen time pada anak sering dihubungkan sebagai kegiatan yang tidak membutuhkan banyak kalori sehingga dapat meningkatkan risiko obesitas dan penyakit jantung (Lissak, 2018). Ketika anak menghabiskan waktu dengan mengamati layar tanpa ada interaksi dan kegiatan fisik maka anak kehilangan kesempatan dalam melatih keterampilan motorik kasar seperti berjalan dan berlari (Madigan *et al.*, 2019). Akan tetapi, screen time dapat juga memberikan manfaat positif pada anak jika digunakan dengan bijaksana. Anak dapat mengikuti aktifitas fisik yang dapat diakses dengan menggunakan smart phone (WHO, 2020)

Peningkatan terhadap waktu layar atau durasi *screentime*, memiliki dampak negative terhadap kesehatan (Sultana *et al.*, 2020). Masalah perilaku pada penelitian ini dialami oleh 16,2%, sedangkan berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Liu *et al.* (2021) mengemukakan bahwa masalah perilaku total yang terjadi pada anak sebesar 8,2%. *Conduct problem* (7,0%), masalah teman sebaya (*peer*) (6,6), hiperaktivitas (6,3%), masalah emosi (4,7%).

Hasil analisa bivariat pada penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara durasi *screentime* terhadap masalah perilaku pada anak. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Guerrero *et al.* (2019) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara *screentime* dengan perilaku anak, semakin meningkatnya durasi, akan semakin tinggi juga

masalah perilaku pada anak. Penelitian yang dilakukan di China menyatakan bahwa anak dengan durasi *screen time* >60 menit cenderung mengalami masalah perilaku dibanding dengan anak yang memiliki durasi *screen time* <60 menit (Xie *et al.*, 2020). Penelitian Wu *et al.* (2017) juga menggunakan kuesioner SDQ dalam penelitiannya, hasil pada penelitian tersebut menjelaskan durasi *screen time* >2 jam secara signifikan meningkatkan masalah perilaku pada anak.

Durasi *screentime* berpengaruh terhadap kurangnya kuantitas dan kualitas tidur dimana hal tersebut juga mempengaruhi ke masalah perilaku yang timbul (Wu *et al.*, 2017). Materi yang terpapar pada anak selama *screen time* yakni video yang dilihat oleh anak juga mempengaruhi emosi yang dialami anak, video permainan sangat mempengaruhi pola emosi anak dibandingkan dengan acara di televisi (Guerrero *et al.*, 2019) Sinar biru yang dimunculkan pada saat *screen time* juga mempengaruhi kesehatan mata anak (American Optometric Association, 2019)

4. SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara durasi *screentime* dengan masalah perilaku pada anak. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat, meneliti *screentime* tidak hanya dari durasi serta kebutuhan tidur yang mungkin dapat mempengaruhi masalah perilaku pada anak selama Pandemi Covid-19. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi baik pada orang tua dan guru untuk mengawasi, dan memperhatikan durasi terhadap *screentime*.

Pendanaan

Penelitian ini merupakan penelitian mandiri dosen, yang didanai oleh pribadi. Tidak ada konflik kepentingan yang relevan.

5. REFERENSI

- American Optometric Association (2019) *New WHO guidance: Very limited daily screen time recommended for children under 5.*
- Cooper, P. (2011). *Teacher strategies for effective*

- intervention with students presenting social, emotional and behavioural difficulties: An international review. *European Journal of Special Needs Education*, 26(1) : 7–86.
- Cluver, L., Lachman, J. M., Sherr, L., Wessels, I., Krug, E., Rakotomalala, S., Blight, S., Hillis, S., Bachman, G., Green, O., Butchart, A., Tomlinson, M., Ward, C. L., Doubt, J., & McDonald, K. (2020). Parenting in a time of COVID-19. *The Lancet*, 395(10231), e64. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30736-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30736-4)
- Cree, R. A. *et al.* (2018). Health Care, Family, and Community Factors Associated with Mental, Behavioral, and Developmental Disorders and Poverty Among Children Aged 2–8 Years — United States, 2016. *MMWR. Morbidity and Mortality Weekly Report*, 67(50), pp. 1377–1383. doi: 10.15585/mmwr.mm6750a1.
- Dahlan, S. (2015). *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta : Epidemiologi Indonesia.
- Fegert, J. M., Vitiello, B., Plener, P. L., & Clemens, V. (2020). Challenges and burden of the Coronavirus 2019 (COVID-19) pandemic for child and adolescent mental health: A narrative review to highlight clinical and research needs in the acute phase and the long return to normality. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*. 14(1) : 1–11. <https://doi.org/10.1186/s13034-020-00329-3>
- Goodman, A. (2001). Psychometric properties of the Strength and Difficulties Questionnaire (SDQ). *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*. 40: 1337-1345.
- Guerrero, M. D. *et al.* (2019). Screen time and problem behaviors in children: Exploring the mediating role of sleep duration. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 16(1) : 1–11. doi: 10.1186/s12966-019-0862-x.
- Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19. (2020). Peta Sebaran. <https://covid19.go.id/peta-sebaran>
- Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI). (2014). Keamanan Menggunakan Internet bagi Anak. diakses pada <https://www.idai.or.id/>
- Jacob, L. *et al.* (2020). The relationship between physical activity and mental health in a sample of the UK public: A cross-sectional study during the implementation of COVID-19 social distancing measures. *Mental Health and Physical Activity*. Elsevier Ltd, p. 100345. doi: 10.1016/j.mhpa.2020.100345.
- Jiao, W. Y., Wang, L. N., Liu, J., Fang, S. F., Jiao, F. Y., Pettoello-Mantovani, M., & Somekh, E. (2020). Behavioral and Emotional Disorders in Children during the COVID-19 Epidemic. *Journal of Pediatrics*. 221 : 264-266.e1. <https://doi.org/10.1016/j.jpeds.2020.03.013>
- Lissak, G. (2018). Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study. *Environmental Research*. Elsevier Inc., 164(January): 149–157. doi: 10.1016/j.envres.2018.01.015.
- Madigan, S. *et al.* (2019). Association between Screen Time and Children’s Performance on a Developmental Screening Test. *JAMA Pediatrics*. 173(3) : 244–250. doi: 10.1001/jamapediatrics.2018.5056.
- Nagata, J. M., Abdel Magid, H. S. and Pettee Gabriel, K. (2020). Screen Time for Children and Adolescents During the Coronavirus Disease 2019 Pandemic. *Obesity*. 28(9) : 1582–1583. doi: 10.1002/oby.22917.
- Ozturk, A. and Yalçın, A. (2020). Relationship Between Parenting Practices and Children’s Screen Time During the COVID-19 Pandemic in Turkey. (January).

- Tanoue, Y. *et al.* (2020). Mental health of family, friends, and co-workers of COVID-19 patients in Japan. *Psychiatry Research*. Elsevier Ireland Ltd, 291(May), p. 113067. doi: 10.1016/j.psychres.2020.113067.
- The United Nations International Children's Fund (UNICEF). (2020). COVID-19 and children. <https://data.unicef.org/topic/covid-19-and-children/>
- WHO. (2020). *Stay physically active during self-quarantine*.
- Wu, X. *et al.* (2017). The relationship between screen time, nighttime sleep duration, and behavioural problems in preschool children in China. *European Child and Adolescent Psychiatry*. Springer Berlin Heidelberg, 26(5) : 541–548. doi: 10.1007/s00787-016-0912-8.
- Xie, G. *et al.* (2020). Digital screen time and its effect on preschoolers' behavior in China: Results from a cross-sectional study. *Italian Journal of Pediatrics*. Italian Journal of Pediatrics, 46(1) : 1–7. doi: 10.1186/s13052-020-0776-x.
- Ye, J. (2020). Pediatric mental and behavioral health in the period of quarantine and social distancing (COVID-19). *JMIR Pediatrics and Parenting*. <https://doi.org/10.2196/19867>