

PENGARUH *SCREEN TIME* ANAK DAN GAYA PENGASUHAN AYAH TERHADAP REGULASI EMOSI ANAK SEKOLAH DASAR

AFIZAH DWI SAFITRI

I2401221101



**PROGRAM STUDI ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengaruh *Screen Time* Anak dan Gaya Pengasuha Ayah Terhadap Regulasi Emosi Anak Sekolah Dasar” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, 11 Agustus 2026

Afizah Dwi Safitri
I2401221101

ABSTRAK

AFIZAH DWI SAFITRI. Pengaruh *Screen time* Anak dan Gaya Pengasuhan Ayah Terhadap Regulasi Emosi Anak Sekolah Dasar. Dibimbing oleh NUR ISLAMIAH.

Anak usia sekolah dasar (SD) berada pada tahap perkembangan emosi yang penting, namun kemampuan meregulasi emosi mereka dapat di pengaruhi oleh penggunaan perangkat digital (*screen time*) dan gaya pengasuhan ayah. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh *screen time* dan gaya pengasuhan ayah terhadap regulasi emosi anak kelas 4-6 SD. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Responden terdiri dari 90 pasang ayah, ibu, dan anak yang dipilih melalui *simple random sampling* dan *cluster random sampling* dari tiga SD swasta berakreditasi A di Kecamatan Tanah Sareal, Kota Bogor. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan bantuan *Microsoft Excel* dan perangkat lunak IBM SPSS versi 26.0 *for Windows* melalui analisis deskriptif, korelasi, dan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lama pendidikan ayah berpengaruh positif signifikan terhadap *cognitive reappraisal*, sedangkan *screen time* pada hari libur berpengaruh negatif signifikan terhadap *cognitive reappraisal*. Sebaliknya, karakteristik anak, sebagian besar karakteristik ayah, *screen time* hari sekolah dan waktu khusus, serta gaya pengasuhan ayah tidak berpengaruh signifikan terhadap regulasi emosi anak. Penelitian ini menyimpulkan bahwa lama pendidikan ayah dan *screen time* pada hari libur merupakan faktor yang berperan penting dalam memengaruhi *cognitive reappraisal* anak usia SD, artinya pendidikan ayah berkontribusi meningkatkan kemampuan penilaian ulang kognitif anak, sedangkan *screen time* hari libur yang tinggi justru menurunkannya.

Kata kunci: gaya pengasuhan ayah, karakteristik anak, karakteristik ayah, regulasi emosi, *screen time*

ABSTRACT

AFIZAH DWI SAFITRI. Title of Thesis The Influencing of Child *Screen Time* and Father Parenting Style on Emotional Regulation of Elementary School Children. Supervised by NUR ISLAMIAH.

Elementary school aged children are at an important stage of emotional development, yet their ability to regulate emotions can be influenced by digital device usage (*screen time*) and paternal parenting style. This study aims to analyze the influence of *screen time* and paternal parenting style on the emotional regulation of children in grades 4 to 6 of elementary school. This study used a quantitative approach with a cross sectional design. Respondents consisted of 90 pairs of fathers, mothers, and children selected through simple random sampling and cluster random sampling from three A accredited private elementary schools in Tanah Sareal Subdistrict, Bogor City. The collected data were analyzed using Microsoft Excel and IBM SPSS software version 26.0 for Windows through descriptive analysis, correlation analysis, and multiple linear regression analysis. The results showed that the length of the father's education had a significant positive effect on cognitive reappraisal, while *screen time* on holidays had a significant negative effect on cognitive reappraisal. In contrast, child characteristics, most father characteristics,

screen time on school days and special time, as well as paternal parenting style, had no significant effect on children's emotional regulation. This study concludes that the length of the father's education and screen time on holidays are important factors influencing cognitive reappraisal in elementary school aged children, meaning that paternal education contributes to improving children's cognitive reappraisal ability, while high screen time on holidays actually decreases it.

Keywords: father parenting style child characteristic, emotion regulation, father parenting style, father characteristic, screen time



- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.

PENGARUH *SCREEN TIME* ANAK DAN GAYA PENGASUHAN AYAH TERHADAP REGULASI EMOSI ANAK SEKOLAH DASAR

AFIZAH DWI SAFITRI

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen

**PROGRAM STUDI ILMU KELUARGA DAN KONSUMEN
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:

- 1 Dr. Ir. Melly Latifah, M.Si
- 2 Dr. Irni Rahmayani Johan, S.P., M.M



Judul Skripsi : Pengaruh *Screen Time* Anak dan Gaya Pengasuhan Ayah Terhadap Regulasi Emosi Anak Sekolah Dasar
Nama : Afizah Dwi Safitri
NIM : I2401221101

Disetujui oleh

Pembimbing:

Nur Islamiah S.Psi., M.Psi., Ph.D.
NIP.19850209 201404 2001

Diketahui oleh

Ketua Program Studi Ilmu Keluarga dan
Konsumen:

Dr. Alfiasari, S.P., M.Si
NIP.198112182006042015

Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan
dan Alumni Fakultas Ilmu Sosial dan Ekologi
Manusia:

Prof. Dr. Megawati Simanjuntak, SP, M.Si.
NIP. NIP.197211032005012002

Tanggal Ujian:
4 Agustus 2026

Tanggal Lulus:
11 Agustus 2026



PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga karya ilmiah ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak bulan Maret 2026 sampai bulan Juni 2026 ini dengan judul “Pengaruh *Screen Time* dan Gaya Pengasuhan Ayah Terhadap Regulasi Emosi Anak Sekolah Dasar”.

Terima kasih penulis ucapkan kepada semua pihak yang turut membantu, memberikan bimbingan, arahan dan semangat dalam penyusunan Skripsi ini, yakni Nur Islamiah S.Psi., M.Psi., Ph.D. selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan banyak waktu, tenaga, pikiran, serta kesabaran dalam memberikan bimbingan dan arahan hingga selesainya Skripsi ini. Dr. Neti Hernawati, S.P., M.Si. selaku dosen pembimbing akademik yang selalu menyediakan waktu untuk membantu proses akademik peneliti selama di Ilmu Keluarga dan Konsumen.

Tidak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada seluruh dosen pengajar Program Studi Ilmu Keluarga dan Konsumen yang telah memberikan wawasan yang luar biasa dan bermanfaat bagi penulis. Disamping itu, penghargaan penulis sampaikan kepada SDIT Al-Azhhar, SDIT Al-Munawwar, dan SD Bosowa Bina Insani yang telah memberikan izin pada penelitian ini. Terima kasih sedalam-dalamnya penulis ucapkan kepada kedua orang tua, Ibu Alfitriani dan Almarhum Bapak Hendrizal, ayah tercinta yang meskipun telah tiada semangat dan doanya senantiasa menyertai setiap langkah penulis, beserta keluarga Uni, Bunga, dan Tulus yang senantiasa mendoakan, memberi dukungan, kasih sayang, dan semangatnya kepada penulis.

Penulis ucapkan terima kasih kepada Azaria selaku teman dekat penulis dari masa Sekolah Menengah Pertama (SMP) yang selalu menemani penulis hingga masa perguruan tinggi IPB *University*. Penulis ucapkan terima kasih kepada Hanum selaku teman pertama di IPB *University* yang selalu menemani dan mendukung penulis hingga saat ini. Penulis ucapkan terima kasih kepada Rina, Charlie, Firman, Niyya, Azka, Alvira, dan Hasna selaku teman baik penulis yang telah menemani masa-masa perguruan tinggi. Kepada rekan-rekan satu bimbingan, terima kasih karena selalu menguatkan selama masa bimbingan dan pengambilan data penelitian. Uni bakwan, IKK 59, FEMA 59, dan Pamaung 59 yang telah memberikan semangat, dukungan, kerjasama, dan bantuan selama proses perkuliahan sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian.

Semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu Pengetahuan.

Bogor, 11 Agustus 2026

Afizah Dwi Safitri

DAFTAR ISI

DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xi
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Model Tripartit Perkembangan Regulasi Emosi	Error! Bookmark not defined.
2.2 <i>Screen Time</i>	8
2.3 Gaya Pengasuhan Ayah Terhadap Anak	9
2.4 Regulasi Emosi	11
2.5 <i>Middle Childhood</i>	12
III KERANGKA PEMIKIRAN	13
IV METODE PENELITIAN	18
4.1 Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian	18
4.2 Prosedur Penarikan Contoh	18
4.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	20
4.4 Pengelolaan dan Analisis Data	22
4.5 Definisi Operasional	23
V HASIL DAN PEMBAHASAN	26
5.1 Hasil	26
5.1.1 Karakteristik Anak	26
5.1.2 Karakteristik Ayah	26
5.1.3 <i>Screen Time</i>	27
5.1.4 Gaya Pengasuhan Ayah	30
5.1.5 Regulasi Emosi	31
5.1.6 Hubungan Karakteristik Anak, Karakteristik Ayah, <i>Screen Time</i> , Gaya Pengasuhan Ayah, dan Regulasi Emosi	33
5.1.7 Pengaruh <i>Screen Time</i> dan Gaya Pengasuhan Ayah Terhadap Regulasi Emosi	35
5.2 Pembahasan	37
5.3 Keterbatasan Penelitian	44
VI SIMPULAN DAN SARAN	48
6.1 Simpulan	48
6.2 Saran	48
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN	69



RIWAYAT HIDUP

82

DAFTAR TABEL

1 Variabel penelitian, skala, dan kode data	22
2 Karakteristik anak	26
3 Karakteristik ayah	27
4 Sebaran responden berdasarkan <i>screen time</i> dari persepsi ibu	29
5 Sebaran responden berdasarkan aplikasi yang digunakan dari persepsi ibu	29
7 Jumlah dan persentase tipologi gaya pengasuhan ayah	31
8 Analisis contoh butir pertanyaan gaya pengasuhan ayah	31
9 Sebaran responden berdasarkan regulasi emosi	33
10 Analisis contoh butir pertanyaan Regulasi Emosi	33
11 Hasil uji hubungan karakteristik anak, karakteristik ayah, <i>screen time</i> , gaya pengasuhan ayah, dan regulasi emosi anak	34
12 Hasil uji regresi dimensi <i>cognitive reappraisal</i>	36
13 Hasil uji regresi dimensi <i>expressive suppression</i>	37

DAFTAR GAMBAR

1 Teori Morris	13
2 Kerangka berpikir	16
3 Skema penarikan contoh	20

DAFTAR LAMPIRAN

1 Kuesioner	69
2 Validitas dan Reliabilitas	74
3 Hasil Uji Korelasi	79
4 Hasil Uji Normalitas	79



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.