

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Dasar Perkembangan Anak**

##### **2.1.1 Pengertian perkembangan**

Perkembangan merupakan pola gerakan atau perubahan secara dinamis dimulai pembuahan atau konsepsi dan terus berlanjut sepanjang siklus kehidupan manusia. Perubahan-perubahan dalam perkembangan merupakan hasil dari proses-proses biologis, kognitif, dan sosio-emosional yang saling berkaitan. Interaksi ketiga faktor tersebut berlangsung sepanjang rentang kehidupan individu. Dengan demikian perkembangan pada dasarnya berlangsung sepanjang masa hidup seseorang.

Proses biologis meliputi perubahan pada sifat fisik individu yang semakin bertambah usia akan mengarah kepada kematangan. Untuk proses kognitif meliputi perubahan pada pemikiran, inteligensi dan bahasa individu, sedangkan proses sosio-emosional meliputi perubahan pada relasi individu dengan orang lain, serta perubahan emosi dan kepribadian.

Pada tahapan dalam perkembangan, masa kanak-kanak merupakan periode yang sangat penting dan unik yang meletakkan suatu landasan penting bagi tahun-tahun orang dewasa atau masa selanjutnya. Pada usia ini, setiap anak mengikuti pola perkembangan yang berbeda

antara satu dengan yang lain, anak-anak belajar dari pengalamannya menghadapi manusia dan benda-benda di sekitarnya.

Anak memiliki suatu ciri yang khas yaitu tumbuh dan berkembang sejak konsepsi sampai berakhirnya masa remaja. Hal ini yang membedakan anak dengan dewasa. Anak menunjukkan ciri-ciri pertumbuhan dan perkembangan yang sesuai dengan usianya. Perkembangan adalah bertambahnya struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan gerak kasar, gerak halus, bicara, dan bahasa serta sosialisasi dan kemandirian (Kemenkes RI,2016). Perkembangan (*development*) adalah perubahan yang bersifat kuantitatif dan kualitatif. Perkembangan adalah bertambahnya kemampuan (skill) struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks, dalam pola yang teratur dan dapat diramalkan, sebagai hasil dari proses pematangan atau maturasi.

Pertumbuhan terjadi secara simultan dengan perkembangan. Berbeda dengan pertumbuhan,perkembangan merupakan hasil interaksi kematangan susunan saraf pusat dengan organ yang mempengaruhinya, misalnya perkembangan sistem neuromuskuler, kemampuan bicara, emosi dan sosialisasi (Kemenkes RI, 2016). Perkembangan menyangkut proses diferensiasi sel tubuh, jaringan tubuh, organ dan sistem organ yang berkembang sedemikian rupa sehingga masing-masing dapat memenuhi fungsinya. Termasuk juga perkembangan kognitif, bahasa, motorik, emosi dan perkembangan perilaku sebagai hasil dari interaksi dengan lingkungannya.

### 2.1.2 Pengertian anak prasekolah

Anak usia prasekolah adalah anak yang berusia 3 sampai 6 tahun yang memiliki kemampuan berinteraksi dengan sosial dan lingkungannya sebagai tahap menuju perkembangan selanjutnya (Astarani, 2017). Menurut Mariani (2015) anak

usia prasekolah yaitu antara 3-6 tahun dimana masa usia prasekolah merupakan masa kritis dalam pembentukan sumber daya yang berkualitas. Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa anak prasekolah adalah anak dengan usia 3-6 tahun dimana anak sudah mampu mengikuti program prasekolah atau Taman Kanak-kanak.

### 2.1.3 Faktor-faktor yang berpengaruh pada perkembangan anak

Kualitas anak juga sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor lain, seperti faktor lingkungan yang tidak lepas dari pengaruh faktor psikososial. Baik faktor bawaan atau disebut faktor keturunan dan faktor lingkungan yang berbeda-beda antara anak yang satu dengan *individual differences*. Masing-masing individu atau anak memiliki keunikan atau kekhasan sendiri baik dalam ranah kognitif, afeksi dan psikomotorik yang terlihat dalam kemampuan berpikir, merasakan sesuatu, serta sikap dan perilakunya sehari-hari.

a. Faktor Bawaan

Faktor bawaan atau faktor genetik adalah faktor yang diturunkan oleh kedua orang tuanya. Faktor ini dimulai dari masa pembuahan sel telur oleh sel jantan. Unsur – unsur di dalam struktur genetik adalah yang memprogramkan tumbuhnya sel tumbuh pada manusia. Gen inilah yang menentukan warna rambut, kulit, ukuran tubuh, jenis kelamin, kemampuan intelektual, serta emosi. Potensi genetik inilah yang akan berinteraksi dengan lingkungan sehingga membentuk bagaimana individu tersebut tumbuh dan berkembang.

Pada masa pembentukan sel-sel tubuh, banyak faktor yang dapat mempengaruhi kondisi janin di samping keunikan yang telah ada pada kedua orang tuanya. Faktor- faktor tersebut antara lain adalah faktor penyimpangan yaitu ada atau tidaknya penyakit keturunan dari kedua orang tuanya, kondisi ibu pada saat kehamilan baik secara fisik maupun psikologis. Dari segi fisik keadaan gizi yang buruk, dipengaruhi berbagai jenis obat-obatan yang berbahaya, rokok, alkohol, serta zat-zat kimia dapat merugikan janin. Dari segi psikologis, pembentukan sel-sel tubuh juga dipengaruhi oleh keadaan psikologis selama kehamilan. Emosi yang tidak stabil tau stress yang berat dapat menumbuhkan kelainan pada janin.

b. Faktor Lingkungan

Meliputi faktor kesehatan anak, lingkungan fisik dan lingkungan psikososial.

1. Faktor kesehatan anak

Kesehatan anak sangat tergantung pada pemberian gizi yang baik dan berimbang. Asupan gizi pada masa ini merupakan faktor yang sangat penting dalam merangsang tumbuh kembang anak dan merangsang perkembangan otak dan sistem sarafnya yang merupakan bagian paling penting dalam

menentukan tumbuh dan kembang anak. Walaupun perkembangan otak tidak secepat masa bayi, namun otak terus tumbuh pada masa awal anak-anak. Oleh karena itu, pemberian gizi yang baik tidak hanya ditentukan pada saat setelah kelahiran saja. Pasca kelahiran dimulai dari pemberian ASI yang sangat baik bagi anak karena sesuai dengan keadaan tubuh bayi pada saat itu. Adapun kebutuhan gizi yang diperlukan adalah masukan kalori dan protein, ditambah dengan perlunya masukan vitamin, zat besi, yodium dan kalsium.

Kalori didapatkan dari karbohidrat sebagai sumber energi untuk pembakaran sel sel tubuh yang menunjang gerakan motorik dan aktivitas berpikir. Sumber karbohidrat ini didapatkan dari nasi,roti, mie, jagung ataupun berbagai macam makanan yang mengandung tepung.

Protein diperlukan tubuh untuk pembentukan sel-sel tubuh serta menggantikan zat-zat tubuh yang sudah aus dan membuat hormon-hormon pertumbuhan. Protein ini bisa berasal dari hewan seperti : daging sapi, ayam, telur maupun ikan, sementara protein nabati atau yang berasal dari tumbuhan seperti tempe, tahu, kacang hijau. Berbagai macam protein ini haruslah disajikan secara bervariasi pada anak sehingga dapat saling melengkapi.

Vitamin dan mineral sangat diperlukan untuk meningkatkan metabolisme tubuh, yaitu proses perubahan bahan makanan menjadi energy, menjaga daya tahan tubuh dari infeksi dan penyakit. Sumber vitamin dan mineral dapat didapat dari berbagai macam sayuran dan buah-buahan.

Zat yang paling berperan langsung pada daya pikir adalah zat besi dan yodium. Kekurangan zat besi berakibat jumlah oksigen yang dibawa oleh sel-sel ke seluruh tubuh termasuk ke dalam otak berkurang, sehingga terlihat

anak lesu, tidak bergairah dan menurunnya daya konsentrasi. Zat besi banyak terdapat dalam daging berwarna merah, hati dan sayuran berwarna tua.

Yodium berfungsi untuk kerja kelenjar tiroid yang menghasilkan hormone tiroksin yang mengontrol laju metabolisme. Kekurangan yodium dapat mengakibatkan merosotnya IQ dan keterbelakangan mental. Yodium ini banyak terdapat pada makanan yang berasal dari laut dan garam.

Zat lain yang sangat berguna bagi tubuh adalah kalsium yang digunakan untuk pertumbuhan tulang, gigi, kelancaran impuls saraf di otak dan kerja jantung. Kalium ini bisa didapat dari susu, keju, ikan laut, ayam dan brokoli.

## 2. Lingkungan Fisik

Lingkungan ini mencakup kondisi keamanan, cuaca, keadaan geografis, sanitasi atau kebersihan lingkungan, serta keadaan rumah yang meliputi ventilasi, cahaya, dan kepadatan hunian. Semua kondisi di atas sangat mempengaruhi bagaimana anak dapat menjalankan proses kehidupannya. Sebagai contoh, kondisi daerah yang tidak aman karena adanya pertikaian dapat menyebabkan tekanan tersendiri bagi anak dan proses imitasi atau peniruan perilaku kekerasan yang dapat berpengaruh dalam pola perilaku anak. Sementara itu kondisi yang jelek pada faktor cuaca, kurangnya sanitasi atau kebersihan lingkungan, keadaan rumah yang tidak menunjang hidup sehat, serta keadaan geografis yang sulit, misalnya karena di daerah terpencil yang jauh dari informasi, sulit dijangkau, serta rawan akan bencana alam, selain dapat mempengaruhi tekanan psikis juga mempengaruhi faktor kesehatan karena pengobatan yang sulit didapatkan.

Ada dua elemen dasar yang menyebabkan manusia bertingkah laku terhadap lingkungannya. Elemen pertama dalam stressor dan elemen kedua adalah stress itu sendiri. Stressor adalah elemen lingkungan yang merangsang individu seperti kebisingan, suhu udara, dan kepadatan, ataupun lingkungan rumah yang tidak sehat. Sementara stress diartikan sebagai ketegangan atau tekanan jiwa yang merupakan akibat dari hubungan antara stress dengan reaksi yang ditimbulkan dalam diri individu.

Berkenaan dengan teori stress lingkungan ini ada dua pendapat mengenai stress itu. Menurut Selye stress diawali dengan reaksi waspada terhadap adanya ancaman yang ditandai oleh proses tubuh secara otomatis seperti meningkatnya denyut jantung dan meningkatnya produksi adrenalin, salah satu hormone pada tubuh manusia. Selanjutnya, menurut Lazarus, stress bukan hanya mengandung faktor faal atau reaksi fisik saja, melainkan juga melibatkan kesadaran atau kognisi, khususnya dalam tingkah laku penyelesaian terhadap suatu masalah.

### 3. Faktor Psikososial

Ada beberapa hal yang termasuk faktor psikososial yaitu stimulasi, motivasi dalam mempelajari sesuatu, pola asuh, serta kasih sayang dari orangtua.

#### a. Stimulasi.

Hal ini merupakan faktor yang penting dalam menunjang perkembangan anak . Anak yang mendapat stimulasi atau rangsangan yang terarah dan teratur akan lebih cepat mempelajari sesuatu karena lebih cepat berkembang dibandingkan anak yang tidak mendapatkan banyak stimulasi anak akan berkembang pola-pola berpikir, merasakan sesuatu,

dan bertingkah laku, bila banyak diberi rangsangan yang berupa dorongan dan kesempatan dari lingkungan di sekitarnya. Walaupun mungkin ada anak yang berbakat, namun bila lingkungan tidak mendukung, potensinya untuk berkembang pun dapat terhambat. Sebaliknya, bila ada anak yang belum terlihat potensi pada dirinya, namun rangsangan dan kesempatan bereksplorasi diberikan secara maksimal dan sesuai dengan kebutuhan usianya, maka anak tersebut dapat berkembang jauh lebih baik. Sebagai contoh, anak yang sejak dini diajarkan bagaimana memecahkan masalah lain karena adanya pengalaman belajar. Misalnya, anak yang sedang bermain bola kemudian bola-bolanya masuk ke bawah meja. Hal yang dapat kita lakukan adalah tidak mengambil bola tersebut tetapi mengajarkan bagaimana mengambil bola dengan menggunakan alat bantu seperti tongkat. Dengan begitu, anak akan memahami salah satu strategi pemecahan masalah dengan memahami bagaimana caranya mengambil bola yang ada di bawah meja. Proses belajar dari pengalaman ini akan memberikan pemahaman kepada anak bagaimana memecahkan masalah yang serupa nantinya.

b. Motivasi dalam mempelajari sesuatu

Motivasi yang ditimbulkan dari sejak usia awal akan memberikan hasil yang berbeda pada anak dalam menguasai sesuatu. Dorongan yang bersifat membangun daya pikir dan daya cipta anak, akan membuat anak termotivasi untuk melakukan yang lebih baik lagi. Pemberian kesempatan pada anak dalam mengeksplorasi sesuatu merupakan salah satu cara dalam memotivasi untuk menjelajah, meneliti, berkarya, atau memegang sesuatu untuk memuaskan rasa ingin tahunya merupakan hal yang yang



dibutuhkan anak pada usia ini. Bila terlihat hal yang dilakukannya mengandung unsur bahaya, hal yang dapat dilakukan adalah memberi pengertian namun bukan untuk melarang atau menghapuskan rasa ingin tahunya dengan kemarahan.

c. Pola asuh dan kasih sayang dari orang tua

Orangtua merupakan area terdekat pada anak. Anak sangat memerlukan kasih sayang, perlindungan, rasa aman, sikap dan perlakuan yang adil dari orangtua. Bagaimana gaya pengasuhan orang tua yang diberikan pada anak ; apakah permisif atau seba boleh, otoriter yang tidak membolehkan anak berbuat apapun, ataukah bersifat otoritatif yang merupakan perpaduan dari kedua nya, semua nya akan memberikan dampak yang berbeda pada anak. Pola asuh ini sangat dipengaruhi oleh kualitas interaksi antara anak dan orangtua. Bagaimana anak terbentuk tentunya didapat dari pembiasaan-pembiasaan yang terjadi pada situasi rumah. Hal ini yang terkadang mendasari anak untuk mengembangkan dirinya. Sebagai contoh, anak yang mendapat gaya pengasuhan otoriter yang bercirikan semua diatur oleh orangtua anak tersebut akan menjadi anak yang selalu bergantung serta memiliki daya kreativitas yang rendah karena adanya pembatasan-pembatasan dalam berpikir dan berperilaku. Sebaiknya anak yang selalu mendapatkan kebebasan berperilaku semauanya akan mengembangkan sikap dan perilaku yang sulit memahami dan menerima keadaan yang berbeda dengan dirinya.

## 2.2 Konsep Dasar Perkembangan Mental Emosional

### 2.2.1. Pengertian perkembangan mental emosional

Definisi mengenai emosi sangat beragam, sebagian orang memfokuskan emosi sebagai suatu komponen yang terdapat dalam perasaan atau keadaan fisiologis. Sebagian yang lain menggambarkan emosi sebagai seperangkat komponen dengan suatu struktur yang deterministik atau probabilistik, yang melihat emosi sebagai suatu keadaan atau proses yang dialami seseorang dalam merespon suatu peristiwa. Emosi dapat diartikan sebagai kondisi intrapersonal, seperti perasaan, keadaan tertentu, atau pola aktivitas motor. Unit-unit emosi dapat dibedakan berdasarkan tingkat kompleksitas yang terbentuk, berupa perasaan menyenangkan atau tidak menyenangkan, komponen ekspresi wajah individu, dan suatu keadaan sebagai penggerak tertentu. Emosi dapat diartikan sebagai sebagai aktivitas badaniah secara eksternal, atau reaksi menyenangkan atau tidak menyenangkan terhadap peristiwa atau suatu kondisi mental tertentu.

Emosi adalah suatu keadaan yang kompleks pada diri organisme, yang meliputi perubahan secara badaniah dalam bernapas, detak jantung, perubahan kelenjar dan kondisi mental, seperti keadaan menggembirakan yang ditandai dengan perasaan yang kuat dan biasanya disertai dengan dorongan yang mengacu pada suatu bentuk perilaku.

Jika emosi terjadi sangat intensif, biasanya akan mengganggu fungsi intelektual. Variabel emosi terdiri dari dua bentuk yaitu *action*, berupa perilaku menyerang, menghindar, mendekat atau menjauh dari tempat atau orang, menangis, ekspresi wajah, dan postur tubuh serta *physiological reaction*, berupa aktivitas sistem saraf otonomi, aktivitas otak, dan sekresi hormonal. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa emosi lebih sebagai reaksi yang terpadu ketimbang sekedar kejadian yang tidak

terorganisasi dan emosi juga terkait erat dengan proses *coping* sebagai upaya pemecahan masalah dalam kehidupan individu.

Emosi yang berasal dari bahasa Latin *movere*, berarti menggerakkan atau bergerak, dari asal kata tersebut emosi dapat diartikan sebagai dorongan untuk bertindak. Emosi merujuk pada suatu perasaan atau pikiran –pikiran khasnya, suatu keadaan biologis dan psikologis serta serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi dapat berupa perasaan marah, ketakutan, kebahagiaan, cinta rasa, terkejut, jijik dan rasa sedih .

#### 2.2.2. Faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Emosi pada Anak Prasekolah

Terdapat sejumlah faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi anak prasekolah atau TK. Faktor ini dapat berasal dari dalam diri individu, konflik-konflik dalam proses perkembangan, dan sebab yang bersumber dari lingkungan. Namun dari kedua faktor ini, Hurlock lebih menekankan pentingnya pengaruh belajar untuk perkembangan emosi anak, karena belajar merupakan faktor yang dapat dikendalikan.

Lingkungan dalam proses belajar, berpengaruh besar untuk perkembangan emosi, terutama lingkungan yang paling berada paling dekat dengan anak khususnya ibu atau pengasuh anak. Dalam pengembangan emosi, proses modeling terhadap lingkungan mikro dapat terbentuk ketika anak mendapat stimulus berupa pengalaman-pengalaman emosi dari orang-orang yang ada disekitarnya.

Berdasarkan uraian tersebut disimpulkan bahwa perkembangan emosional dipengaruhi oleh faktor kematangan dan belajar. Faktor kematangan berpengaruh terhadap proses individu dalam menyikapi berbagai keadaan yang dihadapi, baik dari dalam diri maupun konflik-konflik dalam proses perkembangan yang terjadi. Faktor belajar diperoleh dari lingkungan yang ada di sekitar anak terutama lingkungan yang berada dalam mikrosistem, ekosistem, Pola makrosistem dan kronosistem.

### 2.2.3 Jenis Emosi

Berdasarkan hasil pengetahuan terhadap ekspresi dan pola sistem saraf otonom. Emosi di bagi menjadi dua kategori, yaitu emosi primer atau dasar (*basic*) dan emosi sekunder (*derived*). Emosi primer merupakan emosi yang ada pada spesies mamalia, sedangkan emosi sekunder merupakan kombinasi dari beberapa emosi primer.

Terdapat beberapa perbedaan antara ahli emosional dalam mengategorikan emosi primer. Mengacu pada pendapat Darwin, karakteristik yang biasa terdapat pada emosi primer; pertama, emosi primer berakar dari evolusi warisan, yang telah dimiliki sejak awal masa bayi dan muncul dengan cepat dan otomatis dalam interaksinya dengan lingkungan; kedua, emosi primer memiliki karakteristik sebagai ekspresi wajah yang universal dan dapat dikenali pada berbagai budaya yang berbeda; ketiga, emosi primer berkaitan dengan sistem sirkuit saraf di otak dan berkorelasi dengan aktivitas sistem otonom.

## 2.3 Konsep Dasar Penggunaan Gadget

### 2.3.1 Pengertian Gadget

*Gadget* adalah perangkat atau alat elektronik yang berukuran relatif kecil serta memiliki fungsi khusus dan praktis dalam penggunaannya. Pendapat lain mengatakan bahwa gadget merupakan benda elektronik yang berukuran kecil yang dapat dibawa kemana-mana dengan mudah. *Gadget* adalah perangkat portable karena dapat digunakan tanpa harus terhubung dengan stop kontak beraliran listrik.

*Gadget* merupakan salah satu bagian dari perkembangan teknologi yang selalu menghadirkan teknologi terbaru yang dapat membantu aktivitas manusia menjadi lebih mudah. Dengan kata lain teknologi adalah bahasa secara umumnya, sedangkan gadget adalah bahasa spesifiknya. Salah satu hal yang membedakan gadget dengan

perangkat elektronik lainnya adalah unsur kebaruan, artinya dari hari ke hari gadget selalu muncul dengan menyajikan lebih praktis.

*Gadget* adalah media yang dipakai sebagai alat komunikasi modern. *Gadget* semakin mempermudah dalam kegiatan komunikasi manusia. Kini kegiatan komunikasi telah berkembang semakin lebih maju dengan munculnya *gadget*. *Gadget* adalah perangkat elektronik kecil yang banyak memiliki fungsi khusus. Diantaranya *smartphone* seperti *iphone* dan *blackberry*, serta *netbook* (perpaduan antara computer portable seperti *notebook* dan internet). Novitasari (2016) menyatakan bahwa media memungkinkan seseorang untuk melakukan sebuah interaksi sosial, khususnya untuk kontak sosial maupun berkomunikasi satu dengan yang lainnya tidaklah susah, hanya dengan menggunakan gadget seseorang dapat berinteraksi satu dengan lainnya. *Gadget* menurut kamus berarti perangkat elektronik kecil memiliki fungsi khusus. *Gadget* merujuk pada suatu piranti atau instrumen kecil yang memiliki tujuan dan fungsi praktis spesifik yang berguna (Febriana, 2017).

Pada awalnya belum dikenal istilah handphone, karena alat komunikasi masih menggunakan perantara kabel (telepon) atau menggunakan sinyal radio dengan istilah Handy Talky (sekarang Walkie Talkie). Saat itu perangkat telephone belum bisa disebut gadget sepenuhnya karena penggunaannya yang masih terkesan sulit, bobotnya pun saat itu mencapai sekitar 350 gram sehingga kurang efektif. Dan akhirnya pada generasi 1 dan ke 2 perangkat telepon mulai dimodifikasi lebih ringan dan menggunakan antena mini dengan sinyal radio yang rendah sehingga aman bagi kesehatan pengguna.

Dan pada akhirnya setelah memasuki generasi ke 3 sudah mulai dikenalkan adanya sistem operasi pada handphone (Java, Symbian dan Android). Disini

penggunaan internet juga mulai digencarkan, bisa dibayangkan fungsi handphone semakin mendekati PC. Dan ketika memasuki generasi ke 4 hingga saat ini mulai muncul istilah *smartphone* dengan teknologi sinyal 4G.

Pada dasarnya, *gadget* diciptakan untuk kemudahan konsumen dalam menggunakan media komunikasi. Definisi komunikasi menurut Laswell adalah suatu proses yang menjelaskan siapa, mengatakan apa, dengan saluran apa, kepada siapa, dengan akibat atau hasil apa, *gadget* jika dilihat melalui model komunikasi Lasswell, merupakan media dalam menyampaikan pesan antara komunikator dan komunikan. Dapat disimpulkan bahwa *gadget* merupakan salah satu media untuk berkomunikasi dengan tujuan untuk mempermudah kegiatan komunikasi manusia.

### 2.3.2 Penggunaan *Gadget* Pada Anak Prasekolah

*Gadget* tidak hanya beredar dikalangan usia dewasa, tetapi juga beredar dikalangan anak usia dini ataupun prasekolah. Seiring perkembangan zaman, masyarakat modern termasuk anak-anak, memang tidak bisa dilepaskan dari keberadaan *gadget* yang semakin beredar luas. Sehingga saat ini tidak aneh lagi apabila anak kecil berusia balita bahkan prasekolah di zaman sekarang sudah menggunakan *gadget*.

*Gadget* merupakan wujud nyata dari teknologi baru yang berisi aneka aplikasi dan program yang menyenangkan seolah-olah telah menjadi sahabat bagi anak, bahkan bisa menyihir anak-anak untuk duduk manis berjam-jam dengan bermain *gadget*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rideout (2015) didapatkan hasil bahwa terdapat anak usia 2 sampai 4 tahun telah menghabiskan waktunya di depan layar selama 1 jam 58 menit perhari nya dan anak usia 5 hingga 8 tahun menghabiskan waktu di depan layar selama 2 jam 21 menit setiap harinya.

Hal ini bertentangan dengan pendapat Strasburger (2014) yang menyatakan bahwa anak hanya boleh berada di depan layar < 1 jam setiap harinya.

### 2.3.3 Lama Penggunaan *Gadget*

Orang tua harus mempertimbangkan berapa banyak waktu yang diperbolehkan untuk usia prasekolah dalam bermain *gadget*, karena total lama penggunaan gadget dapat mempengaruhi perkembangan anak. Strasburger (2014) berpendapat bahwa seorang anak hanya boleh berada di depan layar < 1 jam setiap harinya. Pendapat tersebut didukung oleh Sigman (2015) yang mengemukakan bahwa waktu ideal lama anak usia prasekolah dalam menggunakan *gadget* yaitu 30 menit hingga 1 jam dalam sehari.

Sedangkan menurut asosiasi dokter anak Amerika dan Kanada, mengemukakan bahwa anak usia 0-2 tahun alangkah lebih baik apabila tidak terpapar oleh *gadget*, sedangkan anak usia 3-5 tahun diberikan batasan durasi bermain gadget sekitar 1 jam perhari, dan 2 jam perhari untuk anak usia 6-18 tahun . Akan tetapi, faktanya di Indonesia masih banyak anak-anak yang menggunakan *gadget* 4-5 kali lebih banyak dari jumlah yang direkomendasikan. Pemakaian *gadget* yang terlalu lama dapat berdampak bagi kesehatan anak, selain radiasinya yang berbahaya, penggunaan *gadget* yang terlalu lama dapat mempengaruhi tingkat agresif pada anak. Anak akan cenderung malas bergerak dan lebih memilih duduk atau berbaring sambil menikmati cemilan yang nantinya dapat menyebabkan anak kegemukan atau berat badan bertambah secara berlebihan. Selain itu, anak menjadi tidak peka terhadap lingkungan di sekelilingnya. Anak yang terlalu asik dengan gadgetnya berakibat lupa untuk berinteraksi atau berkomunikasi dengan orang sekitar maupun keluarga dan akan berdampak sangat buruk apabila dibiarkan secara terus menerus.

#### 2.3.4 Fungsi *Gadget*

Fungsi utama dari gadget agar memudahkan segala pekerjaan kita. Contohnya seperti kemudahan dalam hal berkomunikasi, mencari informasi atau aktivitas lainnya. Dengan pemanfaatan yang benar suatu *gadget* juga dapat mendorong produktivitas dari pekerjaan. Sudah tidak terhitung banyaknya bidang pekerjaan yang secara langsung maupun tidak langsung melibatkan penggunaan gadget. Adapun beberapa fungsi *gadget* sebagai berikut :

##### 1. Media Komunikasi

Fungsi *gadget* yang paling bermanfaat bagi manusia adalah sebagai media komunikasi. Setiap orang dapat terhubung dan saling berkomunikasi dengan menggunakan perangkat komunikasi seperti *smartphone*, laptop, *mart watch*, dan lainnya.

##### 2. Akses Informasi

Selain sebagai media komunikasi, gadget juga berfungsi sebagai alat untuk mengakses berbagai informasi yang terdapat di internet.

##### 3. Media Hiburan

Beberapa jenis *gadget* dibuat khusus untuk tujuan hiburan. Misalnya *iPad* untuk mendengar musik dan *smartphone* yang dapat membuka video.

##### 4. Gaya Hidup

*Gadget* sudah menjadi bagian penting kehidupan manusia saat ini. Boleh dikatakan bahwa *gadget* akan mempengaruhi gaya hidup setiap penggunanya.

#### 2.3.5 Manfaat *Gadget*

Ada beberapa manfaat *gadget* di antaranya yaitu :



## 1. Komunikasi

Pengetahuan manusia semakin luas dan maju. Jika zaman dahulu manusia berkomunikasi melalui batin, kemudian berkembang melalui batin, kemudian berkembang melalui tulisan yang dikirimkan melalui pos. Sekarang zaman era globalisasi dan lebih efisien dengan menggunakan *handphone*.

## 2. Sosial

*Gadget* memiliki banyak fitur dan aplikasi yang tepat untuk kita dapat berbagi berita, kabar, dan cerita. Sehingga dengan pemanfaatan tersebut dapat menambah teman dan menjalin hubungan kerabat yang jauh tanpa harus menggunakan waktu yang relatif lama untuk berbagi.

## 3. Pendidikan

Seiring berkembangnya zaman, sekarang belajar tidak hanya terfokus dengan buku. Namun melalui gadget kita dapat mengakses berbagai ilmu pengetahuan yang kita perlukan. Tentang pendidikan, politik, ilmu pengetahuan umum, agama, tanpa harus repot ke perpustakaan yang mungkin jauh untuk dijangkau.

### 2.3.6 Jenis Gadget

Banyak orang yang menganggap gadget hanya terbatas pada *smartphone*. Padahal *smartphone* merupakan salah satu jenis *gadget*. Beberapa jenis *gadget* yang banyak digunakan:

## 1. Handphone

Handphone merupakan jenis *Gadget* yang paling banyak digunakan oleh masyarakat saat ini. Handphone merupakan perangkat yang paling populer di semua kalangan masyarakat bahkan anak-anak sekalipun. Fungsi utamanya adalah sebagai alat telekomunikasi namun seiring berkembangnya zaman terdapat banyak fungsi lain seperti untuk mencari informasi, game, kamera dan masih banyak lagi.

Perkembangan handphone pun mengalami perubahan teknologi yang sangat cepat. Jenis handphone yang populer saat ini yaitu smartphone dengan menggunakan beberapa operating system seperti Ios, Android, dan Windows Phone.

## 2. Tablet dan iPad

Jenis *gadget* ini merupakan bentuk lebih besar dari handphone. Dengan ukuran layar yang lebih besar dari handphone, tablet dan iPad dapat menampilkan gambar yang lebih besar dan jelas sehingga pengguna lebih nyaman ketika ingin menonton, bermain game, dan kegiatan lainnya.

### 2.3.7 Dampak *Gadget* Pada Anak Prasekolah

#### 1) Dampak Positif

Penggunaan *gadget* memiliki dampak tersendiri bagi para penggunanya, baik orang dewasa maupun anak-anak. Dampak yang timbul tergantung dengan bagaimana orang tersebut menggunakannya dan memanfaatkan. Adapun beberapa dampak positif gadget pada anak yaitu menjadi media pembelajaran yang menarik, belajar bahasa Inggris lebih mudah, serta meningkatkan logika lewat game interaktif yang edukatif. Hal tersebut dapat terjadi apabila orang tua

mampu memberikan pengawasan, penegasan, serta pendekatan kepada anak terhadap gadget dengan baik (Iswidharmanjaya,2016).

## 2) Dampak Negatif

Selain memiliki dampak positif, penggunaan gadget juga dapat berdampak negatif bagi anak. Aneka aplikasi *gadgetnya* berisi game,video yang mengandung unsur sara, ataupun ajaran sesat sekalipun semua tersedia dan dalam jangkauan akses yang sangat mudah dan cepat dalam hitungan detik saja. Penggunaan gadget yang berlebihan (kecanduan), apalagi dengan akses konten yang tidak baik, seperti adegan kekerasan yang anak lihat dalam game dan film, serta pornografi, dipercaya mempengaruhi secara negatif baik perilaku maupun kemampuan anak. Menurut Cris Rowan dampak negatif *gadget* bagi anak diantaranya : pertumbuhan otak terlalu cepat, agresif, pikun digital, adiksi, radiasi, dan tidak berkelanjutan,2017).

Dampak bagi kesehatan dan perkembangan sosial anak

- a) Tumbuh kembang yang lambat
- b) Obesitas

Sudah menjadi kebiasaan seorang anak untuk terus bergerak, lari-larian, melompat, menari dan bermain untuk membantu pertumbuhan fisik yang sehat dan juga kuat. Namun anak-anak sekarang terlalu nyaman bermain *gadget* yang sudah pasti hanya duduk diam, dan ini tentu memiliki dampak buruk bagi anak. Jika hal tersebut terlalu sering terjadi, maka bisa saja anak akan mengalami obesitas.

- c) Kelainan mental

Penelitian di Bristol University tahun 2014 mengungkapkan, bahaya penggunaan *gadget* pada anak dapat meningkatkan risiko depresi, gangguan

kecemasan, kurang atensi, autism, kelainan bipolar, psikosis, dan perilaku bermasalah lainnya. Dari sudut pandang ilmu kesehatan jiwa, penggunaan gadget untuk anak usia dini sangat tidak disarankan karena nantinya anak tidak dapat belajar secara alami bagaimana berkomunikasi dan bersosialisasi, anak juga tidak mampu mengenali dan berbagi aneka emosi, misal simpati, sedih atau senang, dan akhirnya anak tidak dapat merespon hal yang ada disekelilingnya baik secara emosi maupun verbal (Sari,2016).

d) Gangguan pada mata

Terlalu sering menatap layar dianggap bisa menyebabkan mata jadi buram, kering. Menurut dr. Devina Nur Annisa, SpM, spesialis mata dari Jakarta Eye Center, menggunakan gadget dalam kegiatan sehari-hari dan jarak dekat (30-40 cm) akan menyebabkan kontraksi otot siliaris di dalam bola mata, atau yang dikenal dengan istilah akomodasi. Akomodasi berlebihan pada mata akan merangsang timbulnya mata minus. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh University of Toledo di Amerika Serikat, mengungkapkan bahwa paparan sinar biru yang terlalu lama bisa memicu sel-sel fotoreseptor (peka cahaya) pada mata untuk menghasilkan molekul beracun yang membahayakan mata.

e) Nyeri atau sakit pada bagian tubuh

Terlalu lama bermain *gadget* bisa menyebabkan sakit pada beberapa bagian tubuh, seperti pada bahu, leher, punggung, tangan dan jari. Ajarkan anak untuk sering beristirahat dan ajarkan juga mereka posisi duduk yang baik dan posisi *gadget* jangan sampai lebih tinggi dari mata. Hal ini untuk mengurangi dampak leher terlalu lama mendongkakan.

f) Kemampuan bersosialisasi berkurang

Kecenderungan penggunaan *gadget* yang berlebihan akan menjadikan anak bersikap tidak peduli pada lingkungan baik dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat (Novitasari & Khotimah,2016). Sedangkan menurut Ismanto dan Onibala (2015) menyatakan anak lebih memilih bermain bersama *gadget* daripada bermain bersama teman di lingkungan sekitar tempat tinggalnya. Sehingga interaksi sosial anak dengan masyarakat , lingkungan sekitar berkurang, bahkan semakin luntur. Saat menggunakan *gadget* anak tetap mampu untuk bersosialisasi dengan menggunakan *gadget* anak tetap mampu untuk bersosialisasi dengan melakukan hubungan melalui berbagai aplikasi yang ada. Namun anak-anak juga perlu untuk memiliki kemampuan membaca emosi orang lain, caranya dengan melakukan interaksi langsung dengan bertatap muka. Itu sebabnya pembatasan waktu dalam penggunaan *gadget* adalah jalan keluar terbaiknya.

g) Sifat Agresif

Agresif merupakan pelaku serius yang tidak seharusnya dan menimbulkan konsekuensi yang serius baik untuk siswa maupun untuk orang lain yang ada di lingkungannya. Salah satu bentuk emosi anak adalah amarah yang dieskpresikan melalui agresi (Sagal dalam Ariani,2014). Konten di media yang bisa diakses anak, dapat menimbulkan sifat agresif pada anak. Kekerasan fisik dan seksual banyak tersebar di internet, dan jika tidak dilakukan pengawasan, anak bisa terpapar itu semua. Sehingga memicu timbulnya perilaku agresif.

### 2.3.8 Pengaruh *gadget* terhadap perkembangan mental emosional pada anak prasekolah

*Gadget* salah satu faktor yang memengaruhi terhadap pola interaksi sosial dan mental emosional pada anak prasekolah karena *gadget* menjadi magnet yang kuat dalam ingatan anak dan merupakan salah satu alat yang memengaruhi anak memiliki sifat individual dan kurang peka terhadap lingkungan. Selain itu *gadget* juga mengubah kebiasaan komunikasi langsung menjadi serba menggunakan *gadget* dan anak menghabiskan waktu bermain menggunakan *gadget*. (Marsal A & Hidayati F, 2017).

Orangtua harus mendampingi anaknya saat bermain *gadget*, selain itu penggunaan *gadget* jangan sampai menjauhkan anak dari bersosialisasi dengan lingkungan sekitarnya. Penggunaan aplikasi yang tepat untuk pendidikan anak sangat dianjurkan, tetapi jangan sampai salah pilih aplikasi. Orangtua membatasi penggunaan *gadget* pada anak tidak lebih dari 30 menit persatu kali bermain, jeda sejenak dengan berjalan, bergerak, ke toilet yang menggerakkan tubuh atau memandang ke arah jauh untuk relaxasi mata.

Hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh Yulia Trinika (2016) tentang Pengaruh *gadget* terhadap Perkembangan Psikososial Anak Usia Prasekolah di TK Swasta Kristen Immanuel, hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara penggunaan *gadget* dengan perkembangan psikososial. Penelitian terkait yang mendukung ini adalah Kim (2016) yang menyatakan bahwa penggunaan media digital memiliki efek terhadap kemampuan perhatian anak seperti peningkatan hiperaktivitas dan kesulitan dalam berkonsentrasi serta mereka juga lebih banyak merasa sedih atau bosan dengan teman-temannya. Teori lain yang mendukung hasil penelitian ini yaitu : Iswidhwarmanjaya & Agency(2014) tentang dampak negatif penggunaan *gadget*

pada anak, yaitu ketika anak telah kecanduan gadget, Hal tersebut akan mengganggu kedekatan anak dengan orangtuanya, lingkungannya, bahkan teman sebayanya.

Perkembangan mental emosional anak menjadi tidak baik setelah menggunakan gadget karena gadget memberikan efek kecanduan. Saat anak sudah tergantung dengan gadget anak akan lupa untuk bermain. Padahal aktivitas bermain anak dapat mengasah emosi anak, karena saat bermain anak akan belajar untuk mengalah, belajar untuk kembali berdamai dengan teman, dan anak dapat berempati pada sesama dan memiliki keterampilan sosial. Namun dengan situasi pandemi seperti ini orangtua dapat memberikan pengetahuan dan informasi pada anak bagaimana menggunakan gadget yang sehat selama pandemi, seperti waktu penggunaan, durasi, dan konten yang di lihat. Buat aturan yang jelas mengenai penggunaan gadget/internet, kapan, dimana, dan bagaimana serta diikuti oleh anggota keluarga.

Dengan adanya kesamaan antara hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya dan teori, maka dapat disimpulkan adanya pengaruh penggunaan *gadget* dengan perkembangan mental emosional pada anak prasekolah.