

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Fase Perkembangan Anak Sekolah Dasar

Dalam buku *Human Development and Learning* oleh Lester D. Crowe (dalam Oktarisma *et al.*, 2021) dijelaskan bahwa terdapat tiga tahap perkembangan, yaitu masa kanak-kanak (*childhood*), masa kematangan (*maturity*), dan masa dewasa (*adulthood*). Masa kanak-kanak dimulai sejak masa kandungan, kelahiran, bayi, kanak-kanak, hingga usia sekolah. Masa kematangan adalah proses perkembangan di mana seseorang mencapai kematangan sebelum memasuki masa dewasa. Kematangan fungsi ini akan mempengaruhi perubahan fungsi-fungsi kejiwaan. Masa dewasa merupakan masa di mana seseorang mencapai kedewasaan.

Fase perkembangan anak Sekolah Dasar (SD) menurut Khaulani (2020) dapat dilihat dari beberapa aspek utama kepribadian individu anak, yaitu aspek fisik-motorik, kognisi, sosio-emosional, bahasa, dan moral keagamaan. Fase perkembangan anak akan dijelaskan sebagai berikut.

1. Fisik dan Motorik

Pertumbuhan fisik anak pada usia sekolah dasar ditandai dengan peningkatan tinggi badan, berat badan, dan kekuatan dibandingkan dengan saat mereka berada di PAUD atau TK. Perubahan ini terlihat pada sistem tulang, otot, dan keterampilan gerak mereka. Anak-anak menjadi lebih aktif dan kuat untuk melakukan berbagai kegiatan fisik seperti berlari, memanjat, melompat, berenang, dan aktivitas lainnya. Kegiatan fisik ini dilakukan anak-anak untuk melatih koordinasi, motorik, kestabilan tubuh, serta menyalurkan energi yang terpendam (Izzaty, 2008). Perkembangan fisik anak laki-laki dan perempuan di usia sekolah dasar berbeda. Anak perempuan umumnya lebih ringan dan lebih pendek dibandingkan dengan anak laki-laki (Slavin, 2011). Aspek perkembangan fisik-motorik

memiliki pengaruh terhadap aspek perkembangan lainnya. Misalnya, kondisi fisik anak yang kurang normal seperti terlalu tinggi, terlalu pendek, terlalu kurus, atau terlalu gemuk dapat mempengaruhi rasa percaya diri anak. Rasa percaya diri ini berhubungan erat dengan emosi, kepribadian, dan sosial anak (Laifa, 2017).

2. Kognisi

Aspek perkembangan kognitif berkaitan dengan kemampuan anak untuk berpikir dan memecahkan masalah. Anak usia sekolah dasar memiliki cara berpikir yang khas, berbeda dengan anak prasekolah dan orang dewasa. Cara mereka mengamati lingkungan sekitar dan mengorganisasi pengetahuan yang mereka peroleh berbeda dari cara anak prasekolah dan orang dewasa. Salah satu teori perkembangan kognitif yang terkenal adalah teori perkembangan Piaget. Menurut Piaget, anak usia sekolah dasar yang umumnya berusia 7 sampai 11 tahun berada pada tahap ketiga perkembangan kognitif, yaitu tahap operasional konkret. Pada tahap ini, anak mampu melakukan penalaran logis terhadap hal-hal konkret, tetapi belum mampu melakukan penalaran untuk hal-hal abstrak (Trianingsih, 2016). Anak usia sekolah dasar mengalami perkembangan kognitif yang signifikan. Mereka mulai belajar membentuk konsep, melihat hubungan, dan memecahkan masalah dalam situasi konkret (Slavin, 2011). Oleh karena itu, guru sebaiknya menciptakan suasana belajar yang konkret untuk memudahkan anak berpikir logis dan memecahkan masalah (Trianingsih, 2016).

3. Perkembangan Sosio-Emosional

Pada tahap ini, anak-anak menunjukkan peningkatan intensitas hubungan dengan teman sebaya dan berkurangnya ketergantungan pada keluarga. Hubungan sosial mereka menjadi lebih baik dari sebelumnya, sehingga mereka lebih senang bermain dan berbicara dalam lingkungan sosial. Oleh karena itu, teman sebaya memiliki peran penting dalam perkembangan sosial anak, karena melalui teman sebaya, anak dapat belajar dan memperoleh informasi tentang dunia luar keluarga (Murni,

2017). Pada fase ini, anak juga mulai membentuk konsep dini sebagai anggota kelompok sosial di luar keluarga. Hubungan sosial anak dengan orang dewasa di luar keluarga sangat mempengaruhi perkembangan rasa percaya diri anak. Anak mungkin merasa tidak percaya diri jika mereka tidak mampu menyelesaikan tugas seperti teman-teman mereka. Dalam kegiatan pembelajaran, peran guru sangat penting karena dapat meningkatkan rasa percaya diri anak serta mendorong semangat berkarya sesuai dengan kemampuan masing-masing anak.

4. Perkembangan Bahasa

Bahasa adalah alat komunikasi dalam interaksi sosial. Perkembangan bahasa pada anak dimulai sejak awal masa sekolah dasar dan mencapai kesempurnaan pada akhir masa remaja. Pada usia akhir masa sekolah dasar (7-8 tahun), anak mengalami perkembangan bahasa yang sangat pesat. Mereka sudah memahami tata bahasa, meskipun kadang-kadang menemui kesulitan dan membuat kesalahan, tetapi mereka dapat memperbaikinya. Anak sudah mampu menjadi pendengar yang baik, menyimak cerita yang didengar, dan mengungkapkannya kembali dengan urutan dan susunan yang benar. Anak juga memiliki kemampuan untuk memahami lebih dari satu arti kata dan menggunakannya untuk menciptakan humor (Surna, 2014). Salah satu faktor yang mempengaruhi perkembangan bahasa anak sekolah dasar adalah lingkungan. Anak banyak belajar dari orang-orang di sekitarnya, terutama dari lingkungan keluarga yang merupakan lingkungan terdekat mereka. Orang tua dan masyarakat sebaiknya menggunakan istilah-istilah bahasa yang lebih selektif dan baik ketika berada di sekitar anak-anak, karena bahasa anak pada dasarnya dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggalnya (Adriana, 2008).

5. Perkembangan Moral Keagamaan

Lingkungan keluarga dan lingkungan sosial yang lebih luas di luar keluarga menjadi fokus utama dalam pembelajaran perkembangan moral anak. Konsep perkembangan moral menjelaskan bahwa norma dan nilai

yang berlaku di lingkungan sosial siswa akan mempengaruhi siswa untuk memiliki moral yang baik atau buruk (Trianingsih, 2016). Pada masa perkembangan kanak-kanak awal, moral anak belum berkembang pesat karena perkembangan kognitif mereka belum mencapai pemahaman mengenai prinsip benar dan salah. Pada tahap ini, anak belum mampu membedakan hal-hal yang benar untuk dilakukan dan hal-hal yang tidak boleh dilakukan (Mumi, 2017).

2.2 Tugas Perkembangan Anak Sekolah Dasar

Menurut Havigurst (dalam Khaulani, 2020), terdapat delapan tugas perkembangan anak pada periode usia 6-12 tahun. Terdapat delapan tugas perkembangan anak diantaranya sebagai berikut:

1. Mempelajari keterampilan fisik yang diperlukan dalam permainan
 Anak-anak belajar menggunakan otot-otot mereka untuk mempelajari berbagai keterampilan. Pertumbuhan otot dan tulang pada anak berlangsung dengan cepat. Mereka memiliki kebutuhan yang sangat besar untuk melakukan aktivitas dan bermain. Anak-anak dapat mengikuti permainan dengan aturan tertentu. Semakin tinggi tingkat kelas mereka di sekolah, semakin jelas karakteristik aturan permainan yang harus mereka patuhi.
2. Pengembangan sikap terhadap diri sendiri sebagai seseorang yang sedang berkembang
 Anak sudah memahami dan mampu mengembangkan kebiasaan hidup sehat dengan menjaga kebersihan, kesehatan, dan keselamatan diri serta lingkungannya. Mereka juga menyadari konsekuensi yang akan terjadi jika mereka melakukan tindakan yang dapat membahayakan diri sendiri dan lingkungan sekitarnya.
3. Berkawan dengan teman sebaya
 Anak usia sekolah dasar seharusnya sudah mampu berteman dengan orang di luar lingkungan keluarganya, seperti berteman dengan teman sebaya sebagai bentuk interaksi sosial. Hubungan antar teman

sebayanya di kalangan siswa sekolah dasar menunjukkan perkembangan sosial mereka. Interaksi sosial anak meluas, sehingga mereka tidak hanya berinteraksi dalam lingkup keluarga saja. Selain itu, anak belajar untuk memikirkan orang lain, yang terlihat dari bagaimana mereka merefleksikan dirinya dalam pergaulan dengan orang lain (Dewi *et al.*, 2020). Ketika anak berinteraksi, mereka akan mencerminkan cara mereka bergaul. Dengan berinteraksi dalam lingkungan yang baik dan masyarakat yang suportif, tingkah laku anak akan menunjukkan hal yang positif dalam perkembangan sosial mereka (Riadi & Lestari, 2021).

4. Belajar melakukan peranan sosial sesuai dengan jenis kelamin

Pada usia 9-10 tahun, anak mulai menyadari peran sesuai dengan jenis kelaminnya. Anak perempuan menunjukkan perilaku yang sesuai dengan gender mereka, demikian pula anak laki-laki. Pada masa ini, anak-anak mulai menunjukkan ketertarikan terhadap aktivitas yang sesuai dengan jenis kelamin mereka. Misalnya, anak perempuan senang bermain boneka atau bermain masak-masakan dengan teman perempuan lainnya, sementara anak laki-laki senang bermain bola dengan teman laki-lakinya.

5. Belajar menguasai keterampilan dasar seperti membaca, menulis, dan berhitung

Pada masa ini, anak sekolah dasar sudah mampu membaca, menulis, dan berhitung dasar. Perkembangan kognitif dan biologis anak telah matang untuk bersekolah, sehingga mereka mampu belajar di sekolah dan mengenali simbol-simbol sederhana. Matang untuk bersekolah, sehingga mereka mampu belajar di sekolah dan mengenali simbol-simbol sederhana.

6. Pengembangan konsep yang diperlukan dalam kehidupan anak

Anak sebaiknya memiliki berbagai konsep yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari, seperti konsep warna, konsep jumlah, konsep perbandingan, dan lain-lain.

7. Pengembangan moral, nilai dan kata hati

Pada usia sekolah dasar, anak sebaiknya belajar mengontrol tingkah laku sesuai dengan nilai dan moral yang berlaku. Anak juga diharapkan mampu menaati peraturan, menerima dan belajar tanggung jawab, serta mengakui adanya perbedaan antara dirinya dan orang lain.

8. Mengembangkan sikap terhadap kelompok dan lembaga-lembaga sosial

Anak sudah mampu belajar menyadari perannya dalam keluarga dan masyarakat sekolah. Anak harus belajar menaati peraturan-peraturan yang ada baik di keluarga maupun di sekolah.

2.3 Perkembangan Teknologi Dalam Pendidikan

Menurut Cholik (2021) peranan Teknologi Informasi dan Komunikasi (TIK) di bidang pendidikan mencakup beberapa aspek berikut.

1. Infrastruktur pembelajaran

TIK berperan sebagai infrastruktur pembelajaran dengan menyediakan bahan ajar dalam format digital, sehingga proses belajar bisa dilakukan di mana saja dan kapan saja. Siswa tidak terbatas belajar secara offline di tempat dan waktu yang telah ditentukan. Saat memiliki waktu luang dan berada di tempat umum, mereka tetap bisa belajar melalui *smartphone*.

2. Sumber bahan ajar

Saat ini, sumber bahan ajar bagi tenaga pendidik tidak hanya berasal dari buku. TIK dapat digunakan sebagai sumber bahan ajar yang mengikuti perkembangan zaman, dengan banyaknya materi pembelajaran yang dapat diakses dari seluruh dunia sehingga pengetahuan yang diperoleh menjadi lebih luas.

3. Alat bantu dan fasilitas pembelajaran

Sebagian besar sekolah tidak lagi menggunakan papan tulis dan kapur. Proses belajar mengajar kini didukung oleh TIK, membuatnya lebih inovatif dan menyenangkan. Cara ini dinilai efektif karena lebih modern. Tenaga pendidik wajib mengikuti perkembangan teknologi agar bisa

mengajar sesuai tren. Siswa dapat mencari ilmu pengetahuan dengan lebih luas dan mandiri.

4. Skill dan kompetensi

Pemanfaatan TIK harus proporsional, artinya TIK harus bisa diakses oleh seluruh lapisan masyarakat sesuai dengan porsi dan kebutuhan masing-masing. TIK untuk masyarakat berpendidikan tinggi tidak seharusnya diberikan kepada masyarakat pedesaan dengan latar belakang pendidikan rendah.

5. Sumber informasi penelitian

Proses penelitian dalam pendidikan menjadi lebih mudah dengan adanya TIK sebagai sumber informasi. TIK memungkinkan penelitian seseorang dimanfaatkan dan diketahui oleh orang lain, mencegah terjadinya penelitian yang serupa.

6. Media konsultasi

Internet banyak dimanfaatkan sebagai media konsultasi dengan pakar yang berada di tempat lain. Baik tenaga pendidik maupun pelajar dapat memanfaatkannya untuk mendukung kegiatan belajar mereka langsung dari pakar tanpa biaya mahal.

7. Media belajar online

Saat ini, belajar bisa dilakukan di mana saja, termasuk secara online menggunakan internet. Adanya website, blog, forum, atau aplikasi memungkinkan siapa saja untuk belajar secara online. Misalnya, perpustakaan online menyediakan akses mudah ke sumber-sumber ilmu tanpa dibatasi jarak dan waktu. Diskusi online di forum-forum internet memungkinkan siapa saja berdiskusi dan bertukar pendapat dengan orang lain yang tergabung dalam forum tersebut.

2.4 Media Media Sosial

2.4.1 Pengertian Media Sosial

Menurut tata bahasa, media sosial atau "*Social Media*" terdiri dari kata "*Social*" yang merujuk pada interaksi sosial atau kemasyarakatan, dan "*Media*" yang mengacu pada wadah atau platform untuk interaksi tersebut (Salam, 2020). Media sosial merupakan platform daring di mana pengguna dapat dengan mudah berpartisipasi, berbagi, dan menciptakan konten, termasuk blog, media sosial, wiki, forum, dan dunia virtual (Liedfray *et al.*, 2022). Media sosial adalah aplikasi yang menghubungkan banyak orang dalam satu lingkaran sosial pada waktu yang sama (Ardi & Sukmawati, 2019). Definisi media sosial oleh Braghieri *et al.* (2022) menggambarkan sebagai bentuk komunikasi elektronik yang memungkinkan pengguna untuk membentuk komunitas online, berbagi informasi, ide, pesan pribadi, dan konten lainnya, seperti video. Dengan memfasilitasi konektivitas internet, media sosial mempermudah akses informasi bagi pengguna (Suhartati *et al.*, 2021).

2.4.2 Karakteristik Media Sosial

Pada buku yang berjudul Media Sosial oleh Indriyanto Banyumurti (dalam Fitriani, 2021), media sosial memiliki beberapa karakteristik sebagai berikut:

1. Bersifat terbuka
Memungkinkan semua orang atau pengguna untuk membuat akun.
2. Halaman profil pengguna
Menu profil yang memungkinkan pengguna menampilkan informasi tentang diri mereka.
3. Interaksi dengan pengguna lain
Terdapat fitur untuk berinteraksi dengan pengguna lain seperti like, komentar, sharing dan lain sebagainya.

4. *User generated content*

Fitur yang memungkinkan pengguna untuk membuat dan menyebarkan konten.

5. Tanda waktu disetiap postingan

Pada setiap postingan memiliki tanda waktu sehingga pengguna dapat mengetahui kapan postingant postingan dibuat.

Pada buku seri Literasi Digital oleh kementrian kominfo (dalam Fitriani, 2021) media sosial memiliki beberapa karakteristik sebagai berikut:

1. *Platfrom* yang berbasis pengguna

Sebelum era digital didominasi oleh platform media sosial, semua konten yang tersebar di suatu platform bersifat satu arah saja dan bergantung pada satu pihak, yaitu webmaster. Saat ini, semua konten yang tersebar di platform media sosial berada dalam kendali para pengguna platform tersebut.

2. Bersifat interaktif

Pada setiap platform media sosial, interaksi antar pengguna sangat penting.

3. Pengguna merupakan pembuat konten

Media sosial adalah situs atau platform yang berbasis pengguna, di mana semua konten yang ada di dalamnya sepenuhnya berada dalam kendali masing-masing pengguna. Jenis konten seperti tulisan, gambar, video, dan audio dapat dipasang di setiap platform atau situs media sosial dengan cara yang berbeda-beda.

4. Pengguna bebas menentukan sendiri pengaturan akunnya

Setiap platform media sosial menyediakan pilihan pengaturan akun bagi penggunanya, memberikan kebebasan untuk menyesuaikan tampilan profil serta fitur-fitur yang akan ditampilkan.

5. Bergantung pada hubungan atau interaksi antar pengguna yang lain hingga komunitas yang terbentuk

Semakin banyak interaksi antar pengguna di platform media sosial, semakin besar pula kemungkinan terbentuknya hubungan dan komunitas yang memiliki kesamaan minat, yang dibagikan oleh setiap pengguna di platform tersebut.

6. Memberikan peluang koneksi yang tak terbatas

Media sosial memungkinkan penggunanya terhubung dengan siapa saja, di mana saja, dan kapan saja. Pengguna suatu platform media sosial dapat terhubung dengan teman-teman lama hingga seseorang dari negara yang mungkin belum pernah mereka dengar atau kunjungi sebelumnya, selama mereka terhubung dengan internet.

2.4.3 Jenis-Jenis Media Sosial

Pada buku yang berjudul Media Sosial oleh Nasrullah (2015) (dalam Puspitarini & Nuraeni, 2019) terdapat enam kategori pada media sosial, yaitu:

1. *Social Networking*

Social Networking adalah sarana untuk melakukan interaksi, termasuk efek yang dihasilkan dari interaksi tersebut di dunia maya. Karakter utama dari situs media sosial adalah penggunanya dapat membuat jaringan pertemanan baru berdasarkan kesamaan minat, seperti hobi yang sama. Contoh jejaring sosial antara lain Facebook, Instagram, LinkedIn, Twitter, TikTok, WhatsApp, dan Telegram.

2. *Blog*

Blog adalah media sosial yang memungkinkan pengguna untuk mengunggah aktivitas sehari-hari, memberikan komentar, dan berbagi dengan pengguna lain, seperti WordPress, Weebly, Medium, Tumblr, blogger, dan Squarespace.

3. *Microblogging*

Microblogging adalah jenis media sosial yang memfasilitasi pengguna untuk menulis dan mengunggah kegiatan serta pendapat mereka. *Microblogging* merujuk pada platform seperti Twitter, Tumblr, dan Mastodon.

4. *Media Sharing*

Media berbagi memungkinkan pengguna menyimpan dan membagikan media seperti dokumen, video, audio, dan gambar secara daring. Contoh media sosial berbagi media adalah YouTube, Tiktok, Instagram, Flickr, PhotoBucket, dan Snapfish.

5. *Social Bookmarking*

Penanda sosial adalah media sosial yang berfungsi untuk mengorganisasi, menyimpan, mengelola, dan mencari informasi atau berita secara online. Situs social bookmarking yang populer termasuk Pinterst, Delicious, StumbleUpon, Digg, Reddit, dan LintasMe.

6. *Wiki*

Wiki atau media konten kolaboratif adalah situs di mana isinya merupakan hasil kerja sama para pengguna. Setiap pengguna web dapat menyunting konten yang sudah dipublikasikan. Contoh Wikipedia, Wikia, dan WikiHow.

2.4.4 Manfaat Media Sosial

Pada buku seri Literasi Digital oleh kementrian kominfo (dalam Fitriani, 2021) media sosial memiliki beberaa manfaat sebagai berikut:

1. Media komunikasi digital

Media sosial membantu pengguna berinteraksi dengan siapa saja, kapan saja, dan di mana saja secara online. Bagi organisasi atau komunitas, media sosial bisa digunakan sebagai saluran komunikasi digital dengan masyarakat.

2. Sarana pembelajaran dan pengembangan diri

Media sosial menjadi sarana untuk pembelajaran dan pertumbuhan pribadi karena melimpahnya informasi yang dapat diakses di internet, sehingga banyak orang memanfaatkannya untuk keperluan belajar dan pengembangan diri.

3. Media hiburan

Media sosial juga digunakan sebagai wadah hiburan karena ragamnya konten yang tersebar di berbagai platform, sehingga banyak individu yang mengandalkan media sosial untuk menghibur diri dalam rutinitas sehari-hari.

4. Tempat membuka lapangan pekerjaan

Banyak pekerjaan yang muncul dari perkembangan media sosial, seperti pembuat konten, penulis artikel, hingga berjualan produk atau barang yang dapat dilakukan dengan bantuan media sosial.

5. Media pemasaran

Jangkauan media sosial yang sangat luas menjadikannya sebagai salah satu alat utama bagi organisasi dalam meningkatkan penjualan dan pemasaran digital saat ini.

2.4.5 Durasi Penggunaan Media Sosial

Menurut Andreassen & Pallesen (2014) (dalam Jamaludin *et al.*, 2022), durasi penggunaan media sosial dapat dikategorikan sebagai berikut:

1. 1-3 jam/hari: termasuk pengguna rekreasional yang menggunakan media sosial untuk hiburan
2. 4-6 jam/hari: termasuk dalam kategori pengguna yang berisiko
3. Lebih dari 6 jam/hari: termasuk dalam kategori adiksi

2.5 Adiksi Media Sosial

2.5.1 Pengertian Adiksi Media Sosial

Adiksi adalah keadaan di mana seseorang kehilangan kendali atas dirinya dan menghadapi dampak negatif akibat kebiasaannya (Yunita & Kurniasari, 2022). Ini mencakup adiksi terhadap aktivitas tertentu atau penggunaan zat tertentu, terlepas dari konsekuensi merugikan terhadap kesejahteraan fisik, sosial, spiritual, mental, dan finansial (Young & Abreu, 2017). Adiksi menunjukkan ketidakmampuan psikologis dan fisik untuk menghentikan konsumsi atau aktivitas tertentu, meskipun mengetahui potensi kerusakannya (Salsabila & Sari, 2023).

Adiksi media sosial adalah ketidakmampuan seseorang untuk mengendalikan penggunaan internet, yang kemudian dapat mengganggu fungsi otaknya (Young & Abreu, 2017). Adiksi terhadap media sosial adalah adiksi non-medis atau adiksi non substance dan bisa juga dikatakan adiksi behavioral, yaitu adiksi yang bukan ditimbulkan karena penggunaan narkoba dan zat-zat adiktif lainnya, melainkan ditimbulkan oleh hal lain yang umumnya berkaitan dengan penggunaan teknologi, seperti internet, game, smartphone dan media sosial (Young & Abreu, 2017). Adiksi media sosial sebagai perilaku individu yang menghabiskan waktu berlebihan di platform media sosial, dengan dorongan untuk mendapatkan informasi segera, yang dapat menghasilkan toleransi online, komunikasi online yang berlebihan, dan masalah online lainnya (Sahin, 2018). Adiksi media sosial mencerminkan ketidakmampuan individu untuk mengendalikan penggunaan media sosial secara berlebihan, yang mengakibatkan masalah psikologis dan sosial (Kootesh *et al.*, 2016). Pendapat Grau *et al.*, (2019) menyatakan bahwa adiksi media sosial merujuk pada individu yang menghabiskan banyak waktu di platform-media sosial seperti Instagram, Twitter, Facebook, atau platform lainnya, yang mengganggu aktivitas sehari-hari mereka.

2.5.2 Indikator Adiksi Media Sosial

Menurut Young & Abeu (2017) terdapat beberapa indikator dari adiksi media sosial diantaranya sebagai berikut:

1. *Salience* (Menonjol)

Ketika kegiatan itu menjadi hal terpenting di dalam kehidupan seseorang. Komponen ini dapat dibagi menjadi kognitif (ketika individu sering memikirkan tentang kegiatan itu) dan perilaku (misalnya, ketika seorang individu mengabaikan kebutuhan-kebutuhan dasar seperti tidur, makanan, atau *hygiene* untuk Melakukan kegiatan itu).

2. *Mood modification* (Perubahan Suasana Perasaan)

Pengalaman subyektif yang dipengaruhi kegiatan yang dilakukan itu. Aktivitas tertentu mempengaruhi keadaan emosional seseorang dapat terjadi melalui berbagai mekanisme, tergantung pada jenis aktivitasnya.

3. *Tolerance* (Toleransi)

Kondisi di mana seseorang membutuhkan jumlah yang semakin besar dari suatu stimulus untuk mencapai efek yang sama. *Tolerance* merujuk pada kondisi di mana seseorang membutuhkan jumlah yang semakin besar dari suatu stimulus untuk mencapai efek yang sama yang sebelumnya dicapai dengan jumlah yang lebih kecil.

4. *Withdrawal symptoms* (Gejala Penarikan)

Perasaan dan sensasi negatif yang menyertai dihentikannya kegiatan atau ketidakmungkinan untuk melakukan kegiatan yang diperlukan. Gejala penarikan yang muncul akibat perilaku yang dihentikan, pengguna media sosial yang mengalami adiksi akan mengalami efek yang tidak menyenangkan seperti perasaan yang tidak nyaman atau kekurangan akan suatu hal ketika tidak mengakses media sosialnya.

5. *Conflict* (Konflik)

Konflik interpersonal (biasanya dengan lingkungan sosialterdekat, keluarga, pasangan) atau intrapersonal yang disebabkan oleh kegiatan yang dilakukan. Konflik sering disertai dengan kemunduran di sekolah atau hasil pekerjaan, meninggalkan hobi sebelumnya, dan sebagainya.

6. *Relapse and Reinstatement*

Kondisi di mana seseorang yang telah mencoba untuk mengurangi atau menghentikan penggunaan media sosial, namun gagal dan kembali ke pola penggunaan sebelumnya atau bahkan lebih buruk.

2.5.3 Faktor Penyebab Adiksi Media Sosial

Faktor-faktor penyebab adiksi media sosial yang disebutkan oleh Young (2011) (dalam Destiyan *et al.*, 2020) yaitu:

1. Jenis kelamin

Laki-laki cenderung menghadapi risiko adiksi seperti game online, cybersex, dan judi, sedangkan perempuan lebih mungkin mengalami adiksi terhadap platform media sosial yang berfokus pada konten visual.

2. Kondisi psikologis

Masalah yang terkait dengan emosional misalnya, depresi, kecemasan dan menggunakan media sosial untuk pengganti dari perasaan psikologis yang tidak disukai atau keadaan yang membuatnya tertekan.

3. Kondisi sosial ekonomi

Orang yang sudah bekerja lebih mungkin mengalami adiksi media sosial daripada mereka yang belum bekerja, karena mereka memiliki akses internet yang lebih mudah di tempat kerja dan memiliki sumber daya finansial yang cukup untuk memiliki perangkat seperti laptop.

4. Tujuan dan waktu penggunaan internet

Evaluasi risiko adiksi internet sering kali melibatkan seberapa sering seseorang menggunakan smartphone untuk mengakses internet dan di mana mereka menghabiskan waktu online, khususnya di platform media sosial. Penggunaan media sosial sering kali digunakan sebagai cara untuk mengatasi masalah atau sebagai sarana hiburan dalam kehidupan sehari-hari.

2.5.4 Gejala-Gejala Adiksi Media Sosial

Enam gejala seseorang mengalami adiksi media sosial menurut Andreassen (2016) sebagai berikut:

1. Mengalokasikan banyak waktu untuk memikirkan dan merencanakan aktivitas yang akan dilakukan di media sosial
2. Merasa selalu memiliki dorongan kuat untuk mengakses dan menggunakan media sosial
3. Menggunakan media sosial sebagai tempat untuk menghindari atau melupakan masalah pribadi
4. Gagal berulang kali dalam upaya untuk mengurangi penggunaan media sosial
5. Merasa gelisah dan terganggu saat dilarang menggunakan media sosial
6. Penggunaan media sosial yang sering mengganggu kinerja dalam pekerjaan atau pendidikan

2.5.5 Alat Ukur Adiksi Media Sosial

Terdapat beberapa alat ukur dalam penelitian terhadulu untuk pengukuran adiksi media sosial, diantaranya:

1. *Internet Addiction Media TEST (ADMT)*

Kuisisioner ini digunakan untuk menilai adiksi media sosial pada responden yang terdiri dari 20 item pernyataan yang telah dimodifikasi dan diadaptasi dari *Internet Addiction Midia Test* milik Young (1998) serta disusun berdasarkan aspek-aspek yang

dijelaskan oleh Kuss & Griffiths (2011). Parameter *salience* terdapat dalam pernyataan nomor 4 dan 11, *mood modification* terdapat dalam pernyataan nomor 2 dan 3, *tolesunce* terdapat dalam pernyataan nomor 1,7,14,15,19 *withdrawal* terdapat dalam pernyataan nomor 12,13,20, *conflict* terdapat dalam pernyataan 5,6,9,10,16,18 serta *relapse* terdapat dalam pernyataan nomor 8 dan 17. Penilaian kuisioner ini jika total nilai 0-49 maka penggunaan media sosial dalam batas normal, jika total nilai 50-79 maka dinyatakan adiksi media sosial, dan jika total nilai 80-100 maka dapat dinyatakan adiksi media sosial berat (Izzati, 2017).

2. *Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS)*

Maheswari and Dwiutami (2013) telah memodifikasi versi Bahasa Indonesia dari *Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS)*. Kuesioner BSMAS terdiri dari 18 item pertanyaan dengan 9 pertanyaan favorable dan 9 pertanyaan unfavorable. Nilai satu diberikan untuk pertanyaan dengan jawaban sangat jarang dan nilai lima diberikan pada pertanyaan dengan jawaban sangat sering. Setelah semua item diberikan nilai maka nilai dari semua item ditambah apabila hasilnya 280 maka responden termasuk kedalam kategori addict, apabila hasilnya dalam rentang 50 sampai dengan 79 maka responden termasuk kedalam kategori alert, dan apabila hasilnya 50 maka responden termasuk kedalam kategori normal (Ratri, 2018)

3. *Social Media Addiction Scale (SMAS)*

Social Media Addiction Scale (SMAS) yang disusun oleh Al-Menayes (2015a) diadaptasi dari *Internet Addiction Test (IAT)* milik Young yang juga diadaptasi dari kriteria *pathological gambling* DSM-IV karena kemiripannya. SMAS terdiri dari 12 item yang terbagi dalam tiga dimensi yang sebelumnya dipaparkan, yakni *social consequences* ($\alpha = 0.75$), *time distortion* ($\alpha = 0.66$), dan *compulsive feeling* ($\alpha = 0.61$) (Islami, 2020).

2.6 Kecemasan

2.6.1 Pengertian Kecemasan

Istilah "kecemasan" berasal dari bahasa Latin "anxius," yang menggambarkan efek negatif dan rangsangan psikologis (Muyasaroh *et al.*, 2020). Menurut Wong *et al.*, (2009) (dalam Syaiful *et al.*, 2024), kecemasan adalah respon emosional yang kompleks terhadap situasi yang dirasakan sebagai ancaman atau berbahaya. Kecemasan disebabkan oleh hal yang belum diketahui dan menyertai semua pengalaman baru, seperti masuk sekolah, memulai pekerjaan baru, atau melahirkan anak. Menurut Wong (2009) (dalam Larasaty, 2020) menyatakan bahwa berbagai perasaan yang sering muncul pada anak meliputi cemas, marah, sedih, takut, dan rasa bersalah. Kecemasan adalah reaksi normal seseorang terhadap stres dan menjadi masalah psikologis ketika berlangsung lama dan mengganggu aktivitas sehari-hari (Rahmadiani, 2020).

Kecemasan muncul sebagai rasa khawatir atau takut akan bahaya yang tak terduga di masa depan, dan ini adalah kondisi normal (Muslimahayati & Rahmy, 2021). Kecemasan pada anak diartikan sebagai keadaan di mana anak merasakan ketakutan dan kekhawatiran berlebih yang mempengaruhi kestabilan emosi mereka (Habibi, 2022). Berdasarkan penelitian terdahulu oleh Nguyen *et al.*, (2020), ditemukan bahwa gejala depresi dan kecemasan berkaitan dengan penggunaan media sosial yang berlebihan, jika penggunaan media sosial lebih dari tiga jam sehari meningkatkan risiko depresi dan kecemasan serta dapat mengarah pada adiksi media sosial.

2.6.2 Manifestasi Klinis Kecemasan

Manifestasi klinis kecemasan pada anak menurut Wong (dalam Praghlapati *et al.*, 2019) diantaranya sebagai berikut:

1. Palpitasi atau jantung berdebar
2. Gelisah
3. Sulit berkonsentrasi
4. Pikiran negatif berlebihan
5. Otot tegang
6. Berkeringat
7. Tangan dan kaki dingin
8. Tubur bergemetar
9. Sakit perut dan kepala
10. Sulit tidur
11. Mengalami serangan panik
12. Kelelahan

2.6.3 Fase-Fase Kecemasan

Menurut Wong (2003) (dalam Pulungan *et al.*, 2017) manifestasi kecemasan yang timbul terbagi menjadi tiga fase yaitu:

1. Fase protes (*phase of protest*)

Anak-anak akan bereaksi dengan cara menangis dan berteriak memanggil orang tua, menarik perhatian agar orang lain tahu bahwa dirinya tidak ingin ditinggalkan oleh orang tuanya, menolak perhatian orang lain dan sulit untuk ditenangkan.

2. Fase putus asa (*phase of despair*)

Dimana tangisan anak akan berhenti dan muncul depresi yang terlihat adalah anak kurang begitu aktif, tidak tertarik untuk bermain atau terhadap makanan dan menarik diri dari orang lain.

3. Fase menolak (*phase of denial*)

Anak mulai mampu beradaptasi dengan kehilangan, menunjukkan minat pada lingkungannya, berinteraksi dengan orang lain, dan mulai membentuk hubungan baru. Namun, perilaku tersebut lebih merupakan hasil dari kepasrahan dari pada kesenangan.

2.6.4 Aspek-Aspek Kecemasan

Menurut Clark dan Beck (dalam Fadila, 2018), kecemasan memiliki beberapa aspek yang meliputi:

1. Aspek afektif

Aspek afektif yaitu ketika seseorang sedang merasakan kecemasan, seperti tersinggung, gugup, tegang, gelisah, kecewa dan tidak sabar.

2. Aspek fisiologis

Aspek fisiologis merupakan ciri fisik yang muncul ketika seseorang sedang mengalami kecemasan, seperti sesak nafas, nyeri dada, nafas menjadi lebih cepat, denyut jantung meningkat, mual, diare, kesemutan, berkeringat, menggigil, kepanasan, pingsan, lemas, gemetar atau tremor, mulut kering dan otot tegang..

3. Aspek kognitif

Aspek kognitif yaitu ketika seseorang merasa takut tidak dapat menyelesaikan masalah, takut mendapatkan komentar negatif, kurangnya perhatian, fokus, dan kurangnya konsentrasi, sulit melakukan penalaran.

4. Aspek perilaku

Respon yang biasanya muncul seperti menghindari situasi yang mengancam, mencari perlindungan, diam, banyak bicara atau terpaku, dan sulit bicara. Bisa disimpulkan bahwa aspek perilaku meliputi semua sisi dalam diri manusia, baik sisi afektif, kognitif maupun psikomotorik individu yang sedang mengalami kecemasan.

2.6.5 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan anak menurut Saputro & Fazrin (2017) diantaranya sebagai berikut:

1. Jenis Kelamin

Jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkat stress hospitalisasi, dan anak perempuan yang dirawat di rumah sakit memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi daripada anak laki-laki. Dapat diketahui faktor yang mempengaruhi kecemasan.

2. Karakteristik Saudara Kandung

Karakteristik saudara kandung dapat memengaruhi kecemasan anak terkait hospitalisasi. Dibandingkan dengan anak kedua, anak sulung mungkin lebih cenderung menunjukkan kecemasan berlebihan. Anak tunggal cenderung memiliki karakteristik mudah cemas, antisosial, dan selalu bergantung pada orang tuanya. Anak tersebut sering kali terlindungi secara berlebihan dan semua kebutuhannya terpenuhi, sehingga ia tumbuh menjadi anak yang perfeksionis dan cenderung pencemas. Posisi anak tengah, yang berada di antara anak sulung dan anak bungsu, biasanya lebih mampu beradaptasi dengan lingkungan dan lebih mandiri, sehingga mampu meminimalkan kecemasan yang dialami. Anak bungsu, yang termuda dalam keluarga dan sering menjadi pusat perhatian keluarga, dapat menjadi manja, mudah putus asa, dan cepat cemas akibat perhatian berlebihan dari keluarga (Hanum, 2017).

3. Usia

Usia dan tingkat perkembangan, semakin tua usia seseorang atau semakin tinggi perkembangan seseorang maka semakin banyak pengalaman hidup yang dimilikinya. Pengalaman hidup yang luas dapat mengurangi kecemasan (Rukmanawati, 2019).

2.6.6 Klasifikasi Kecemasan

Menurut Oktamarin *et al.*, (2022) menjelaskan mengenai gangguan kecemasan pada anak diantaranya sebagai berikut:

1. Pengertian gangguan kecemasan

Gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) adalah kondisi psikologis yang melibatkan ketegangan motorik (seperti gemetar, sulit untuk duduk tenang, dan kesulitan dalam bersantai), hiperaktivitas (seperti pusing, detak jantung yang cepat, dan berkeringat), serta pikiran dan harapan yang mendalam. Gangguan kecemasan berbeda dari kecemasan sehari-hari yang mungkin dialami oleh orang banyak. Kecemasan ini sulit untuk dikendalikan, tidak sebanding dengan bahaya nyata yang ada, dan mengganggu aktivitas sehari-hari seseorang.

2. Faktor-faktor gangguan kecemasan

a. Faktor predisposisi

Berbagai teori telah dikembangkan untuk menjelaskan asal kecemasan, yaitu sebagai berikut:

1) Teori psikoanalitis

Dalam pandangan psikoanalitis, kecemasan adalah konflik emosional yang terjadi antara dua elemen kepribadian yaitu Id dan Super ego. Id mewakili dorongan insting dan impuls primitive, sedangkan super ego mencerminkan hati nurani dan dikendalikan oleh norma budaya. Ego atau aku berfungsi menegahi tuntutan dari dua elemen yang bertentangan tersebut, dan fungsi kecemasan adalah mengingatkan ego bahwa ada bahaya.

2) Teori interpersonal

Menurut perspektif interpersonal, kecemasan timbul karena takut akan ketidaksetujuan dan penolakan antarpersonal. Kecemasan juga terkait dengan pengalaman trauma, seperti perpisahan dan kehilangan, yang

menciptakan kerentanan tertentu. Orang dengan harga diri rendah memiliki risiko tinggi mengalami kecemasan yang parah.

3) Teori perilaku

Menurut perspektif perilaku, kecemasan adalah segala sesuatu yang mengganggu kemampuan individu untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Kecemasan dianggap sebagai dorongan yang dipelajari berdasarkan keinginan dalam diri untuk menghindari kepedihan. Ahli teori pembelajaran percaya bahwa individu yang sejak kecil sering dihadapkan pada ketakutan berlebihan cenderung menunjukkan kecemasan lebih sering dalam kehidupan selanjutnya. Ahli teori konflik melihat kecemasan sebagai bentuk pertentangan antara dua kepentingan yang bertentangan. Mereka percaya bahwa terdapat hubungan timbal balik antara konflik dan kecemasan, di mana konflik memicu kecemasan dan perasaan tidak berdaya, yang kemudian meningkatkan konflik yang dirasakan.

b. Faktor presipitasi

Stresor yang memicu kecemasan bisa berasal dari sumber internal maupun eksternal. Stresor ini dapat dikategorikan menjadi dua jenis:

- 1) Ancaman terhadap integrasi fisik meliputi disabilitas fisiologis yang akan terjadi atau penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas hidup sehari-hari.
- 2) Ancaman terhadap integritas individu dapat merugikan identitas, harga diri, dan fungsi sosial yang tergabung dalam dirinya.

c. Faktor psikososial

Contohnya adalah harga diri rendah, berkurangnya toleransi terhadap stres, dan kecenderungan untuk berfokus pada faktor eksternal dalam keyakinan kontrol. Strategi koping dapat membantu mengurangi ketegangan dan kecemasan berlebihan, termasuk imajinasi, distraksi, dan pemikiran optimis.

3. Gejala-gejala gangguan kecemasan

Gangguan kecemasan berasal dari suatu mekanisme pertahanan diri yang dipilih secara alamiah oleh manusia bila menghadapi sesuatu yang mengancam dan berbahaya. Kecemasan yang dialami dalam situasi semacam memberi syarat kepada manusia agar melakukan tindakan mempertahankan diri untuk menghindari atau mengurangi bahaya atau ancaman. Menurut Zhifar (2015) gejala atau bentuk timbulnya kecemasan dapat dibedakan menjadi:

a. Gejala fisiologis

Gejala fisiologis yaitu reaksi tubuh terutama organ-organ yang dikontrol oleh saraf otonom simpatik seperti jantung, peredaran darah, kelenjar, pupil mata, sistem sekresi. Jika emosi atau perasaan cemas sedang meningkat, maka satu atau lebih fungsi dari organ tersebut juga akan meningkat, sehingga jumpai meningkatkannya detak jantung dalam memompa darah, sering buang air atau sekresi berlebihan. Gejala fisiologi dari kecemasan yaitu ujung kaki dan tangan dingin, banyak mengeluarkan keringat, gangguan pencernaan, tidur tidak nyenyak, kepala pusing, nafsu makan hilang dan pernafasan terganggu.

b. Gejala psikologi

Gejala psikologi yaitu reaksi yang disertai dengan reaksi fisiologi, misalnya adanya perasaan tegang, bingung atau perasaan tidak menentu, terancam, tidak berdaya, rendah diri, kurang percaya diri, tidak dapat menimbulkan perhatian dan adanya gerakan yang tidak terarah dan tidak pasti.

2.6.7 Respon Terhadap Kecemasan

Kecemasan dapat mempengaruhi kondisi fisik seseorang, respon kecemasan menurut Saputro dan Fazrin (2017), antara lain:

1. Respon fisiologis terhadap kecemasan

Secara fisiologis respon tubuh terhadap kecemasan adalah dengan mengaktifkan system saraf otonom (simpatis dan parasimpatis). Anak akan menderita kecemasan karena demam, mual, muntah, mudah marah, sakit kepala, sakit perut, kelelahan, dan kurang perhatian.

2. Respon psikologis terhadap kecemasan

Reaksi perilaku tampak gelisah, termasuk ketegangan tubuh, tremor, reaksi syok, peningkatan kecepatan bisara, penarikan interpersonal, penghindaran dan kewaspadaan ekstrim.

3. Respon kognitif

Kecemasan mempengaruhi kemampuan berpikir tentang proses berpikir dan isi pikiran, yaitu ketidakmampuan untuk berkonsentrasi, penurunan konsentrasi, pelupa, kebingungan, sangat waspada, takut kehilangan kendali, takut cedera atau kematian dan mimpi buruk.

4. Respon afektif

Klien mengekspresikan respon emosionalnya terhadap kecemasan dalam bentuk kebingungan. Ketegangan, ketakutan, kewaspadaan, rasa bersalah, kekhawatiran dan keraguan yang berlebihan.

2.6.8 Indikator Kecemasan

Menurut Hayat (2017) terdapat beberapa indikator pada kecemasan yaitu sebagai berikut.

1. Kecemasan

Kecemasan adalah gangguan mental yang ditandai oleh perasaan cemas atau takut yang berlebihan dan tidak rasional. Gangguan kecemasan dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari individu, termasuk kinerja di tempat kerja, interaksi sosial, dan kesejahteraan emosional.

2. *Generalized Anxiety Disorder*

Gangguan kecemasan umum atau *generalized anxiety disorder* (GAD) adalah jenis gangguan kecemasan yang ditandai dengan kecemasan kronis, rasa khawatir, dan tegang berlebihan. Gejala-gejala tersebut bisa muncul bahkan saat Anda sedang tidak menghadapi situasi yang menegangkan. Pengidap GAD bisa tiba-tiba sangat cemas saat tidak ada apa-apa.

3. *Separation Anxiety Disorder*

Separation anxiety disorder adalah bentuk gangguan kecemasan yang ditandai dengan rasa cemas berlebih saat ditinggal orang terdekat, misalnya orang tua. Kondisi ini biasanya terjadi pada anak-anak dan perlu mendapatkan penanganan karena dapat mengganggu aktivitasnya, termasuk saat bersekolah.

4. *Social Phobic Disorder*

Gangguan yang ditandai dengan kecemasan klinis yang signifikan dan dipicu oleh paparan beberapa jenis situasi sosial atau kinerja, yang sering menimbulkan perilaku pencegahan.

5. *School Avoidance Symptoms*

Cemas yang dirasakan akibat lingkungan sekolah dan sikap yang ditimbulkan yakni menghindari sekolah.

2.6.9 Alat Ukur Kecemasan

Menurut Saputro & Fazrin (2017) kecemasan dapat terlihat dari manifestasi yang ditimbulkan oleh seseorang. Alat ukur kecemasan yang dapat digunakan beberapa versi, antara lain:

1. *Zung Self Rating Anxiety Scale (ZSRAS)*

Zung Self Rating Anxiety Scale dikembangkan oleh W.K Zung tahun 1971 adalah metode untuk pengukuran tingkat kecemasan. Berfokus pada kecemasan umum dan koping untuk mengatasi stress. *Zung Self Rating Anxiety Scale* terdiri dari 20 pertanyaan dengan 15 pertanyaan tentang peningkatan kecemasan dan 5 pertanyaan tentang penurunan kecemasan.

2. *Hamilton Anxiety Scale (HAS)*

Hamilton Anxiety Scale (HAS) atau *Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS)*, dikembangkan oleh Max Hamilton pada tahun 1956, untuk mengukur semua tanda kecemasan baik secara psikologis ataupun somatik. HARS terdiri dari 14 item pertanyaan yang digunakan untuk mengukur tanda-tanda adanya kecemasan pada anak-anak dan dewasa. HARS telah distandarkan atau dapat digunakan untuk mengevaluasi tanda kecemasan bagi individu yang telah menjalani pengobatan terapi, setelah mendapatkan obat antidepresan dan setelah mendapatkan obat psikotropika (Fahmy, 2007).

3. *Preschool Anxiety Scale*

Preschool Anxiety Scale dikembangkan oleh Spence *et al*, kuesioner ini mencakup pernyataan dari anak (*Spence Children's Anxiety Scale*) tahun 1994 dan laporan orang tua (*Spence Children's Anxiety Scale Parent Report*) pada tahun 2000. Masing-masing memiliki 45 dan 39 item pertanyaan dengan menggunakan pernyataan tidak pernah, kadang-kadang, sering dan selalu.

4. *Children Manifest Anxiety Scale (CMAS)*

Children Manifest Anxiety Scale (CMAS) ditemukan oleh Janet Taylor. CMAS berisi 50 butir item pernyataan, responden akan menjawab dengan pilihan jawaban “ya” atau “tidak”, dengan memberi tanda (O) pada kolom jawaban “ya” atau tanda (X) pada kolom jawaban “tidak”.

5. *Screen for Child Anxiety Related Disorders (SCARED)*/Instrumen Skrining Gangguan Kecemasan pada Anak

Screen for Child Anxiety Related Disorders (SCARED) adalah instrumen untuk mengukur kecemasan pada anak yang terdiri dari 41 item, dalam instrumen ini responden orang tua yang memiliki anak atau anak diminta untuk menjelaskan bagaimana perasaan yang dialami dalam 3 bulan terakhir. Instrumen ini ditujukan atau dapat digunakan pada anak usia 8 tahun hingga 18 tahun.

6. *The Pediatric Anxiety Rating Scale (PARS)*

The Pediatric Anxiety Rating Scale (PARS) digunakan untuk menilai tingkat keparahan kecemasan pada anak-anak dan remaja berusia 6 sampai 17 tahun. PARS memiliki dua bagian yaitu daftar periksa gejala dan item keparahan. Pada daftar periksa gejala digunakan untuk menentukan gejala-gejala pada minggu-minggu terakhir. Ke tujuh item tingkat keparahan dapat digunakan untuk menentukan tingkat keparahan gejala dan skor total pada PARS. Gejala yang termasuk kedalam penilaian umumnya diamati pada pasien dengan gangguan-gangguan seperti gangguan panik dan fobia spesifik.

2.7 Interaksi Sosial

2.7.1 Pengertian Interaksi Sosial

Interaksi sosial berasal dari kata "interaksi" yang berarti tindakan yang terjadi antara satu orang dengan orang lain, baik secara langsung maupun tidak langsung. Sedangkan "sosial" mencakup hubungan, kesinambungan, atau kerja sama, sebagaimana manusia adalah makhluk sosial yang tidak bisa hidup sendiri dan memerlukan bantuan orang lain. Interaksi sosial adalah hubungan timbal balik yang saling memengaruhi antara individu, kelompok sosial, dan masyarakat (Indriyani *et al.*, 2021). Interaksi sosial adalah hubungan antara individu di mana mereka bisa saling memengaruhi satu sama lain (Sudirjo & Alif, 2021). Interaksi sosial adalah hubungan antara satu individu dengan individu lainnya, di mana satu individu dapat mempengaruhi yang lain atau sebaliknya, sehingga terdapat hubungan timbal balik (Harahap, 2020). Interaksi sosial adalah hubungan sosial yang dinamis yang melibatkan hubungan antarindividu, antarkelompok, serta antara individu dan kelompok (Fauziyah *et al.*, 2022).

Interaksi sosial dalam pendidikan memengaruhi cara siswa belajar, mengembangkan keterampilan sosial, serta memahami nilai dan norma yang berkaitan dengan pendidikan (Ekawati *et al.*, 2020). Interaksi dalam pendidikan membentuk dasar bagi individu untuk memahami, menghormati, dan berinteraksi dengan orang-orang dari berbagai latar belakang, keyakinan, dan budaya (Desiani, 2020). Pengaruh positif dari interaksi sosial dalam konteks pendidikan meliputi peningkatan motivasi belajar, kemampuan berpikir kritis, dan penguasaan materi pelajaran (Rohanah *et al.*, 2020). Namun, dampak negatifnya dapat mencakup bullying, stres akademik, dan gangguan lain yang memengaruhi pengalaman belajar siswa (Tabi'in, 2017).

2.7.2 Ciri-Ciri Interaksi Sosial

Menurut Sudirjo & Alif (2021) dalam bukunya yang berjudul *Komunikasi dan Interaksi Sosial Anak*, ciri-ciri interaksi sosial pada anak antara lain:

1. Adanya pelaku yang berjumlah lebih dari 1 orang
2. Adanya komunikasi antarpelaku dengan menggunakan simbol-simbol
3. Adanya dimensi waktu (masa lalu, masa kini, dan masa depan) yang mempengaruhi aktivitas yang sedang berlangsung.

Adapun ciri-ciri dari interaksi sosial menurut Siregar (2021) yaitu:

1. Adanya dua pelaku atau lebih
2. Adanya hubungan timbal balik antar pelaku yang dapat disebut komunikasi dengan simbol-simbol
3. Adanya dimensi waktu dan tujuan tertentu

2.7.3 Faktor Interaksi Sosial

Menurut Soekanto (dalam Krisdiyansah *et al.*, 2022), proses interaksi sosial didasarkan pada empat faktor yaitu:

1. Imitasi

Imitasi adalah tindakan meniru perilaku dan tindakan orang lain secara persis. Imitasi dapat bersifat positif jika perilaku yang ditiru adalah perilaku individu yang baik sesuai dengan nilai dan norma sosial masyarakat. Namun, imitasi bisa bersifat negatif jika yang ditiru adalah perilaku yang buruk atau menyimpang dari nilai dan norma sosial yang berlaku. Dalam konteks pendidikan, siswa dalam proses interaksi sosial mereka akan berusaha meniru teman, guru, orang tua, atau masyarakat sekitar dalam sikap, gaya hidup, maupun cara berbicara.

2. Sugesti

Sugesti adalah proses dalam interaksi sosial yang biasanya digunakan untuk membuat seseorang menerima cara, perkataan, atau tingkah laku pihak lain tanpa kritikan terlebih dahulu. Hal ini menyebabkan seseorang yang dipengaruhi akan segera mengikuti dan melakukannya tanpa berpikir panjang. Seorang siswa atau peserta didik akan bertingkah laku sesuai sugesti yang mereka dapatkan, baik saat bergaul dengan sesama siswa maupun dengan masyarakat sekitar. Misalnya, seorang siswa yang bolos sekolah karena diajak temannya bermain. Tanpa mempertimbangkan manfaatnya, ajakan tersebut diterima dan dilaksanakan untuk membolos dan meninggalkan sekolah.

3. Identifikasi

Identifikasi adalah kecenderungan dalam diri individu untuk meniru orang lain. Proses ini sangat erat kaitannya dengan konsep imitasi dan sugesti, namun memiliki pengaruh yang lebih kuat. Dalam konteks pendidikan, seorang pendidik adalah sosok yang menjadi panutan bagi peserta didik, sehingga segala tingkah laku dan cara berpakaian akan diamati dan ditiru oleh peserta didik.

4. Simpati

Simpati adalah proses sosial dan interaksi sosial di mana seseorang merasa tertarik pada pihak lain dan memiliki keinginan untuk memahami serta bekerja sama dengan orang tersebut. Ketertarikan ini biasanya didasarkan pada keinginan untuk memahami peristiwa yang dialami oleh orang lain di lingkungannya. Jika simpati terjadi dalam lingkungan yang baik dan positif, hal ini akan berdampak langsung pada perilaku seseorang yang semakin baik. Interaksi dengan orang lain di lingkungan yang positif akan mempengaruhi perubahan perilaku yang semakin baik pula.

2.7.4 Bentuk Interaksi Sosial

Menurut Sudirjo & Alif (2021) dalam bukunya yang berjudul *Komunikasi dan Interaksi Sosial Anak*, bentuk interaksi sosial pada anak dibagi menjadi dua diantaranya sebagai berikut:

1. Interaksi sosial asosiatif

Interaksi sosial asosiatif adalah hubungan sosial yang menuju pada kerja sama. Bentuk interaksi ini bersifat positif, terutama dalam penyelesaian masalah dan diarahkan pada persatuan. Menurut Siregar (2021), interaksi yang dilakukan oleh individu atau kelompok yang memiliki kesamaan pandangan mengarah kepada persatuan mencakup:

a. Kerjasama

Usaha bersama untuk mencapai tujuan melalui bargaining (tawar-menawar), cooptation (kooptasi), koalisi, dan joint-venture (usaha patungan).

b. Akomodasi

Proses penyesuaian antara individu dengan individu lain, individu dengan kelompok, atau kelompok dengan kelompok guna mengurangi konflik.

c. Akulturasi

Proses perpaduan dua atau lebih unsur kebudayaan yang berbeda tanpa menghilangkan ciri kepribadian masing-masing.

d. Asimilasi

Peleburan unsur kebudayaan yang berbeda dengan mengurangi perbedaan, sehingga menghilangkan ciri kepribadian yang ada.

2. Interaksi sosial disosiatif

Interaksi sosial disosiatif menyebabkan perpecahan atau persaingan, termasuk kompetisi, kontravensi, dan konflik. Persaingan adalah upaya mencari keuntungan tanpa menggunakan ancaman atau kekerasan. Pertentangan adalah perjuangan langsung antara individu atau kelompok.

Menurut Siregar (2021), interaksi disosiatif bertujuan untuk bersaing mencapai tujuan, dengan bentuk-bentuknya sebagai berikut:

a. Persaingan/kompetisi

Kompetensi adalah Perjuangan yang dilakukan individu atau kelompok sosial untuk memperoleh kemenangan secara kompetitif tanpa ancaman atau benturan fisik.

b. Kontravensi

Kontravensi adalah perasaan tidak suka namun tidak diperlihatkan secara langsung contohnya seperti memfitnah, adu domba dan rasa membenci.

c. Konflik

Konflik adalah suatu keinginan untuk mencapai suatu tujuan dengan menghancurkan pihak lain dengan berbagai cara, misalnya tauran, demonstrasi dengan tindakan anarkisme dan lain-lain.

2.7.5 Syarat Interaksi Sosial

Terjadinya interaksi sosial tidak serta merta terjadi begitu saja, suatu interaksi sosial tidak akan mungkin terjadi apabila tidak memenuhi dua syarat yaitu adanya kontak sosial dan komunikasi (Soekanto, 2017) (dalam Ginanjar & Saleh, 2020). Menurut Siregar (2021) syarat terjadinya interaksi sosial adalah:

1. Kontak sosial

Kontak sosial merupakan hubungan sosial antara individu satu dengan individu lain yang bersifat langsung, seperti tatap muka ataupun melalui perantara seperti melalui media maupun lainnya.

2. Komunikasi

Komunikasi merupakan proses penyampaian pesan dari suatu pihak ke pihak lain.

2.7.6 Indikator Interaksi Sosial

Terdapat beberapa indikator interaksi sosial menurut Simanjuntak *et al.*, (2024) yaitu sebagai berikut.

1. Kontak Sosial

Kontak sosial adalah upaya hubungan antara satu pihak dengan pihak lain. Hal tersebut merupakan awal terjadinya interaksi sosial, di mana masing-masing pihak saling bereaksi meski tidak harus bersentuhan secara fisik.

2. Komunikasi Sosial

Komunikasi adalah suatu proses penyampaian dan penerimaan pesan (ide, gagasan) dari satu pihak kepada pihak lain agar terjadi upaya saling memengaruhi antara keduanya.

2.7.7 Alat Ukur Interaksi Sosial

Terdapat beberapa alat ukur dalam penelitian terhadulu untuk pengukuran interaksi sosial, diantaranya:

1. *Social Interaction Anxiety Scale (SIAS)*

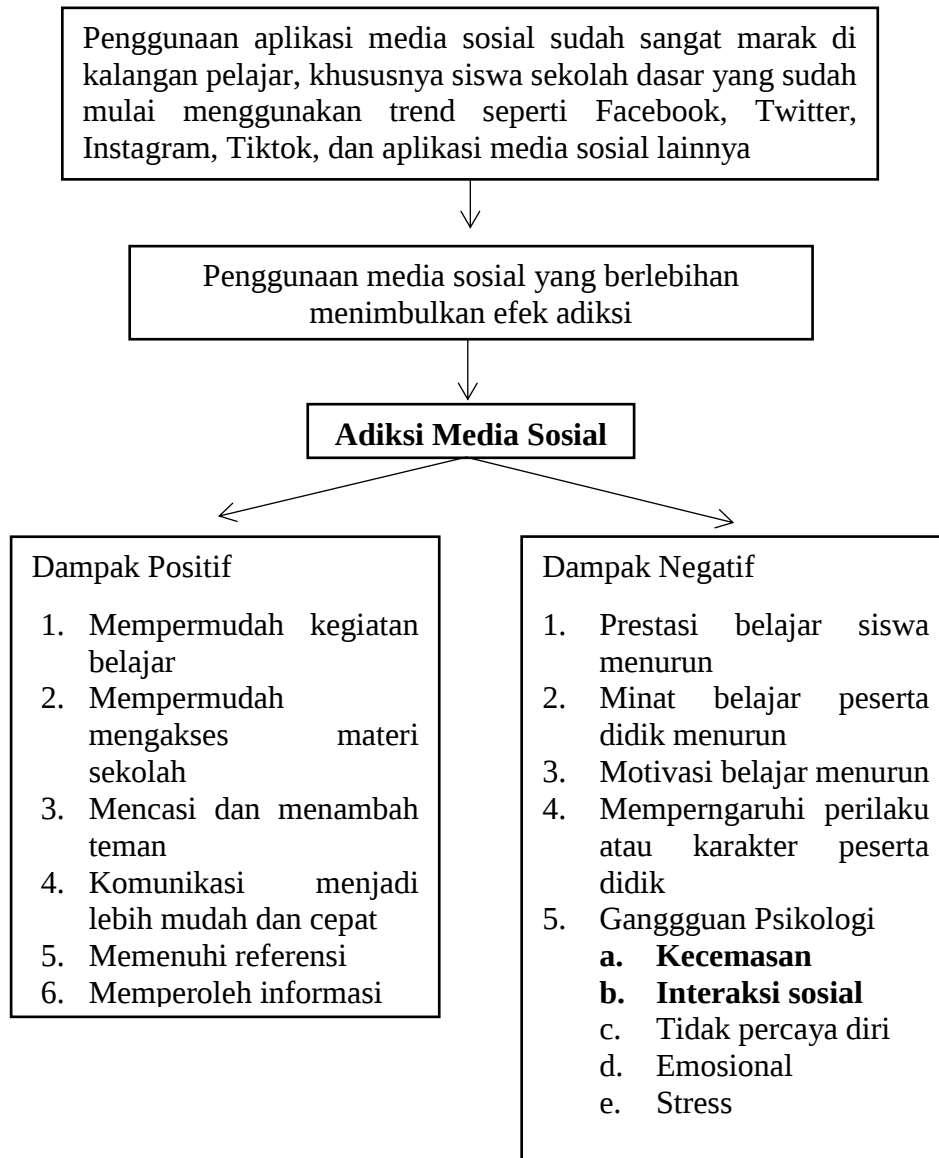
Social Interaction Anxiety Scale (SIAS) yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan sosial pada individu. Skala ini dikembangkan oleh Mattick & Clarke (1998), SIAS terdiri dari 20 item. Norma interpretasi menggunakan norma yang ada pada skala SIAS dengan skor 34 hingga 42 menunjukkan skor sedang dan skor 43 atau lebih menunjukkan kecemasan sosial yang tinggi (Darusman, 2023).

2. Kuesioner Interaksi Sosial

Kuesioner Interaksi Sosial yang diadaptasi dari penelitian Helvi Widiyana Putri (2023) Pada kuesioner ini memuat 30 pertanyaan terkait interaksi sosial pada anak sekolah. Kategori tinggi 91- 120, sedang 61- 90, rendah 30- 60 (Putri, 2023).

2.8 Kerangka Konseptual

Bagan 2.1 Kerangka Konseptual



Sumber:

Asdiniah & Lestari (2021), Bujuri *et al.*, (2023), Fajar & Machmud (2020), Feliyandra *et al.*, (2017), Fitri (2017), Hudaya (2018), Putri *et al.*, (2016) (dalam Faliyandra, 2021), Umam *et al.*, (2023)