

BAB II

TINJAUAN TEORI

2.1 Konsep Pengetahuan

2.1.1 Pengertian

Pengetahuan adalah ketika kita menyadari sesuatu, persepsi kita tentang hal itu mengarah pada pengetahuan kita. Saat kita menggunakan panca indera—penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan sentuhan untuk menafsirkan lingkungan, kita terlibat dalam penginderaan. Selain itu, pengetahuan sebenarnya hanyalah seperangkat keyakinan dan fakta yang dimiliki seseorang yang membantu mereka menghadapi situasi sulit. Baik pengalaman langsung maupun ringkasan cerita orang lain berkontribusi pada kumpulan pengetahuan ini (Notoatmodjo, 2018).

2.1.2 Tingkatan pengetahuan

Notoatmodjo (2018) mengkategorikan dominasi kognitif menjadi enam tingkat pengetahuan yang berbeda.

1. *Tahu* (know)

Mengetahui mengacu pada tindakan mengingat informasi yang telah diperiksa sebelumnya. Derajat pengetahuan ini meliputi kemampuan mengingat informasi spesifik dari seluruh materi yang dipelajari atau stimulus yang diterima. Dengan demikian, pengetahuan ini mewakili tingkat pemahaman yang paling dasar.

2. *Memahami* (comprehension)

Pemahaman adalah kemampuan untuk secara akurat mengartikulasikan informasi tentang entitas yang dikenal dan secara akurat menafsirkan materi pelajaran. Individu yang memiliki pemahaman komprehensif terhadap suatu benda atau bahan harus memiliki kemampuan mengartikulasikan, memberikan ilustrasi, menarik kesimpulan, membuat prediksi, dan lain sebagainya.

3. *Aplikasi* (application)

Penerapan mengacu pada kapasitas untuk memanfaatkan pengetahuan atau keterampilan yang diperoleh melalui pembelajaran dalam situasi praktis atau kehidupan nyata. Penerapan dalam pengertian ini mengacu pada pemanfaatan hukum, rumus, metodologi, konsep, dan unsur serupa dalam konteks atau situasi berbeda.

4. *Analisis* (analysis)

Kemampuan untuk membedah suatu bahan atau benda menjadi bagian-bagian komponennya sambil mempertahankan struktur dan sifat yang saling berhubungan dikenal sebagai analisis. Kepemilikan kemampuan analitis ditunjukkan melalui penggunaan kata kerja, seperti kemampuan mendeskripsikan, membedakan, mengisolasi, dan mengklasifikasikan.

5. *Sintesis* (synthesis)

Kemampuan untuk menggabungkan bagian-bagian yang berbeda menjadi satu kesatuan yang baru dikenal dengan istilah sintesis, yang merupakan nama lain dari integrasi. Sintesis, dalam bentuknya yang paling sederhana, adalah

kemampuan untuk menghasilkan formulasi baru dengan menggabungkan formulasi yang sudah ada sebelumnya. Metode seperti pengorganisasian, perencanaan, merangkum, dan menyesuaikan dengan teori atau formulasi yang sudah ada sebelumnya adalah beberapa contohnya.

6. Evaluasi (evaluation)

Kapasitas untuk mempertimbangkan dan menilai berbagai hal sangat penting dalam penilaian ini. Kriteria yang sudah ada sebelumnya atau kriteria yang ditetapkan oleh individu itu sendiri menjadi dasar evaluasi ini. Bagian kognitif membahas tentang kemampuan berpikir, dari yang sederhana seperti ingatan hingga yang lebih maju seperti kemampuan memecahkan masalah dengan menggabungkan berbagai ide, konsep, pendekatan, atau prosedur.

2.1.3 Faktor yang mempengaruhi pengetahuan

Ada berbagai elemen yang dapat berdampak pada pengetahuan, seperti yang diidentifikasi oleh Wawan dan Dewi pada tahun 2017:

a. Pendidikan

Sejauh mana pemahaman seseorang terhadap suatu mata pelajaran sebagian besar dipengaruhi oleh pencapaian pendidikannya. Proses memperoleh ilmu pengetahuan sangat dipengaruhi oleh pendidikan. Informasi lebih mudah diserap oleh mereka yang mempunyai tingkat pendidikan lebih tinggi.

b. Intelegensi

Kecerdasan adalah kapasitas bawaan pada seseorang yang melakukan tugas dengan cara tertentu. Individu yang memiliki tingkat kecerdasan yang tinggi memiliki tingkat pengetahuan yang sesuai, dan sebaliknya, individu yang

memiliki pengetahuan yang baik cenderung memiliki tingkat kecerdasan yang tinggi.

c. Pengalaman

Perilaku seseorang dipengaruhi oleh gagasan dan emosi internalnya. Perilaku ini dibentuk oleh kombinasi pengalaman pribadi dan pengalaman orang lain, yang berkontribusi terhadap perolehan pengetahuan.

d. Kepercayaan

Komponen kognitif mencakup keyakinan individu yang berkaitan dengan objek sikap. Begitu ide-ide ini terbentuk, maka ide-ide tersebut akan berfungsi sebagai landasan pemahaman individu tentang apa yang diharapkan dari suatu objek tertentu.

e. Umur

Usia dapat berdampak pada seseorang, dan individu yang lebih tua sering kali menunjukkan tingkat kemampuan yang lebih tinggi. Selain itu, seiring bertambahnya usia, pemikiran dan kemampuan memproses informasi cenderung menjadi lebih matang.

f. Sosial budaya

Perspektif sosial dan agama, serta pengelompokan etnis, dapat berdampak pada proses perolehan pengetahuan, khususnya dalam penggunaan prinsip-prinsip agama untuk memperkuat superego.

g. Pekerjaan

Bekerja di luar rumah memperluas lingkaran pergaulan seseorang. Hal ini menunjukkan bahwa individu dipekerjakan pada posisi yang memungkinkan

mereka memperoleh pengetahuan dari lingkungan kerjanya karena koneksi sosial yang luas.

h. Lingkungan

Lingkungan memberikan dampak yang signifikan terhadap perolehan pengetahuan, perkembangan sikap, dan pembentukan perilaku orang-orang yang ada di dalamnya.

i. Sosial Ekonomi

Perilaku dapat dipengaruhi oleh status sosial ekonominya. Individu dengan latar belakang sosio-ekonomi tinggi lebih cenderung memiliki persepsi diri yang baik dan pandangan optimis terhadap masa depan mereka dibandingkan dengan individu dengan latar belakang sosio-ekonomi miskin.

j. Sumber Informasi

Banyak orang yang meyakini bahwa media massa sebagai suatu sistem informasi sangat mempengaruhi pikiran, perasaan, dan tindakan masyarakat. Sebagai bagian dari kemampuan kognitif kita, kita dapat membangun sikap, membangun sistem, menciptakan keyakinan bersama, dan membenarkan atau menjelaskan nilai-nilai.

2.1.4 Pengukuran Pengetahuan

Pengukuran variabel yang akurat sangat penting dalam penelitian. Pasalnya, variabel penelitian harus memenuhi kriteria keterukuran. Alat ukur digunakan untuk melakukan pengukuran variabel. Terkait dengan variabel pengetahuan, biasanya alat atau instrumen yang digunakan berupa serangkaian pertanyaan yang

menanyakan pemahaman seseorang. Istilah kuesioner mengacu pada kumpulan pertanyaan yang kita kenal. Untuk variabel pengetahuan, ada berbagai macam kuesioner yang sering digunakan. Hal ini mencakup survei dengan pilihan jawaban benar dan salah, serta pilihan jawaban benar, salah, dan tidak pasti. Selain itu, terdapat kuesioner pengetahuan yang memberikan responden pilihan ganda sehingga memungkinkan mereka memilih jawaban yang dianggap paling sesuai (Swarjana, 2021).

Penting untuk memahami skala pengukuran variabel pengetahuan. Variabel pengetahuan dapat diwakili oleh variabel yang mempunyai skala numerik atau kategorikal. Berikut beberapa contoh pengukuran yang skalanya mungkin berbeda.

1. Pengetahuan dengan skala numerik

Pengetahuan numerik mengacu pada representasi pengetahuan menggunakan angka. Misalnya, skor pengetahuan keseluruhan dapat dinyatakan sebagai nilai numerik atau persentase yang berkisar antara 1 hingga 100%.

2. Pengetahuan dengan skala kategorial

Pengetahuan yang mungkin diukur dengan menggunakan skala kategorikal, diwakili oleh skor total atau persentase, yang kemudian dikategorisasikan atau dikelompokkan ke dalam contoh berikut:

a. Pengetahuan dengan skala ordinal

Pengetahuan dengan skala ordinal dapat dilakukan dengan mengonversi dari total skor atau persen menjadi bentuk ordinal menggunakan *Bloom's cut off point*.

- 1) Pengetahuan baik/tinggi/good/high knowledge: skor 80-100%.
- 2) Pengetahuan sedang/cukup/fair/moderate knowledge: skor 60-79%.
- 3) Pengetahuan kurang/rendah/poor knowledge: skor <60%.

b. Pengetahuan dengan skala nominal

Variabel pengetahuan dapat diubah menjadi variabel nominal melalui pengkodean ulang atau kategorisasi ulang. Caranya dengan membaginya menjadi dua kelompok berdasarkan mean jika datanya berdistribusi normal, atau berdasarkan median jika datanya tidak berdistribusi normal.

- 1) Pengetahuan tinggi/baik.
- 2) Pengetahuan rendah/kurang/buruk.

Atau dengan cara lainnya dengan melakukan convert:

- 1) Pengetahuan tinggi.
- 2) Pengetahuan rendah/sedang.

Arikunto mengemukakan, penilaian pengetahuan dilakukan dengan kusioner atau wawancara mengenai spesifik dari materi dapat diukur dengan subjek penelitian atau responden. Data kualitatif diungkapkan melalui deskripsi verbal. Data kuantitatif terutama terdiri dari nilai numerik yang diperoleh dari perhitungan atau pengukuran. Nilai-nilai ini dapat dimanipulasi dengan melakukan penambahan, perbandingan dengan nilai yang diharapkan, dan konversi menjadi data persentase. Setelah disajikan, data tersebut kemudian diinterpretasikan ke dalam kalimat kualitatif (Arikunto, 2017).

Arikunto (2017) menyatakan bahwa penilaian dalam penelitian biasanya dinyatakan dalam persentase dan diklasifikasikan ke dalam kategori yang berbeda untuk memudahkan kategorisasi.

- a. Baik : jika responden menjawab benar 76-100%
- b. Cukup : jika responden menjawab benar 56-75%
- c. Kurang : jika responden menjawab benar, jika skor <56%

2.2 Konsep Manajemen Penggunaan Gadget

2.2.1 Pengertian *Gadget*

Gadget adalah istilah dari bahasa Inggris yang mengacu pada perangkat elektronik kompak dengan beragam fitur dan fungsi khusus. *Gadget* atau *gizmo* adalah frasa bahasa Inggris yang digunakan untuk mendeskripsikan perangkat atau alat yang baru dan praktis. Dalam arti luas, *gadget* adalah perangkat listrik yang memiliki tujuan berbeda-beda di setiap perangkatnya. *Gadget* seperti laptop, telepon, tablet, dan iPad dicontohkan dalam penelitian Rohmah (2017). *Gadget* mengacu pada perangkat teknologi yang berfungsi sebagai media informasi, pembelajaran, dan kesenangan (Syifa, Setianingsih, & Sulianto, 2019). Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *gadget* adalah suatu peralatan elektronik kompak yang menggabungkan berbagai fitur kontemporer dan fungsi khusus untuk memudahkan tugas seseorang. Selain itu, perangkat berfungsi sebagai sumber kesenangan dan alat pendidikan.

2.2.2 Tipe-tipe Gadget

Awalnya, gadget dikembangkan untuk memfasilitasi pemanfaatan media komunikasi dan meningkatkan pengalaman pengguna. Gadget khusus ini tidak terbatas pada smartphone saja, melainkan memiliki beragam aplikasi. Menurut Magdalena dkk. (2021), barang elektronik kompak apa pun yang memiliki fungsi canggih dan memanfaatkan teknologi terkini dapat dikategorikan sebagai gadget. Kategorisasi gadget yang diuraikan oleh (Jurnalponsel.com) adalah sebagai berikut:

a. *Handphone* (HP) atau *Smartphone*

Handphone adalah kategori elektronik yang lazim dan sangat dimanfaatkan. Seiring perkembangannya, banyak jenis ponsel bermunculan, terutama di era saat ini yang didominasi oleh ponsel pintar, yang terus meningkatkan fungsinya. Ada ponsel yang menggunakan sistem operasi seperti Android, iOS, Windowsphones, dan lainnya.

b. Laptop / komputer *atau* Notebook

Selain telepon, barang elektronik lain yang banyak digunakan adalah laptop, PC, dan notebook. Perangkat khusus ini sebagian besar digunakan untuk memfasilitasi tugas. Sistem operasi yang kompatibel dengan perangkat ini beragam, antara lain Windows, Mac, Linux, Unix, Solaris, dan lainnya.

c. Tablet

Perangkat yang dikenal dengan sebutan tablet ini memiliki bentuk yang sedikit lebih lebar dibandingkan ponsel. Keunggulan utama tablet dibandingkan ponsel tidak diragukan lagi adalah ukuran layarnya yang lebih besar sehingga

meningkatkan kenyamanan pengguna saat melakukan aktivitas seperti bermain game, streaming, meneliti, dan menggunakan media sosial.

d. *Ipad ALL series*

Apple memperkenalkan perangkat hybrid yang menggabungkan fitur tablet dan komputer, yang mereka beri nama *iPad*. *IPad* mampu melakukan semua aktivitas yang berhubungan dengan komputer. *IPad* terutama dirancang untuk belajar, meskipun juga dapat digunakan untuk menyelesaikan tugas pekerjaan.

e. *Kamera Digital*

Kamera digital tergolong gadget. Ada beberapa kategori kamera digital, termasuk kamera saku, kamera DSLR, dan kamera mirrorless. Foto dapat diambil dengan kamera digital untuk mengabadikan momen-momen penting.

f. *Headphon atau Headshet*

Untuk menikmati musik dengan memanfaatkan perangkat headphone atau headset. Penggunaan gadget/headphone/headset ini untuk mendengarkan musik dilaporkan memberikan pengalaman yang lebih senyap dan stabil. Memanfaatkan headphone atau headset saat melakukan konsumsi musik akan mencegah gangguan apa pun terhadap individu di dekatnya. Selain berbagai macam gadget di atas, masih ada beberapa jenis gadget tambahan yang tersedia. Beberapa contoh perangkat elektronik antara lain mouse nirkabel dan berkabel, powerbank, pemutar media (seperti MP3, MP4, dan iPod), kabel data, pengisi daya, media penyimpanan (seperti hard disk eksternal, flash disk, dan kartu memori), speaker, dan jam tangan pintar.

2.2.3 Manajemen Penggunaan Gadget

Penggunaan gadget mengacu pada tindakan menggunakan dan memanfaatkan teknologi atau media gadget sesuai dengan pedoman yang ditentukan dan kebutuhan sehari-hari (Syifa et al., 2019). Penggunaan perangkat elektronik dalam waktu lama merupakan praktik yang merugikan. Penggunaan perangkat yang berkepanjangan dan tidak terputus dapat berdampak buruk pada perkembangan penting motorik, bicara, bahasa, dan sosial anak (Puspitasari et al., 2021).

Seiring berjalannya waktu, penggunaan gadget yang berlebihan dapat diartikan sebagai kecenderungan seseorang untuk menggunakan gadget melebihi batas waktu yang telah ditentukan, serta mengabaikan aturan dan membiarkan diri dalam penggunaan gadget tanpa batas. Karena keterbatasan waktu terkait penggunaan gadget, disarankan bagi anak-anak, khususnya anak prasekolah, untuk membatasi waktu layarnya tidak lebih dari satu jam. Anak memerlukan aktivitas fisik untuk mencapai tumbuh kembang yang sehat. Menurut Wahyuni (2022), balita usia 3-5 tahun dianjurkan untuk menggunakan perangkat elektronik maksimal satu hingga dua jam per hari untuk mencegah mereka mengembangkan ketergantungan terhadap gadget tersebut. gadget pada anak harus tetap dikontrol agar tidak mengganggu tumbuh kembangnya, orang tua perlu manajemen penggunaan gadget anak untuk mengontrol anak dalam menggunakan gadget yang benar, manajemen penggunaan gadget oleh orang tua menurut (Dewi dan Agus, 2022) diantaranya:

1. Membatasi waktu penggunaan gadget

Manajemen waktu menjadi bagian dari digital parenting yang digunakan oleh para orang tua dalam upaya pembatasan penggunaan gadget pada anak. Ada berbagai cara dalam manajemen waktu yang digunakan oleh para orang tua dalam membatasi penggunaan gadget pada anak adalah dengan melakukan pemberian jatah waktu penggunaan gadget dan membuat perjanjian dengan anak tentang jadwal penggunaan gadget. Penjadwalan ini menjadi sangat penting agar penggunaan gadget pada anak tidak terlalu intens. Hal ini sesuai dengan temuan Eklesia, Londa, & Mingkid (2020) yang menyatakan bahwa komunikasi orang tua sangat penting dalam upaya pencegahan kecanduan gadget pada anak. Salah satu bentuk komunikasi tersebut adalah komunikasi tentang kesepakatan penjadwalan penggunaan gadget dengan anak.

2. Mendampingi Anak Saat Menggunakan Gadget

Keikutsertaan orang tua dalam mendampingi anak saat menggunakan gadget dapat memberikan dampak yang positif karena anak lebih terkontrol dalam mengakses konten-konten yang ada di internet. Chusna (Chusna, 2017) menyatakan bahwa di internet terdapat banyak konten yang bernilai positif, namun tidak sedikit juga konten yang bernilai negatif. Oleh karena itu pendampingan orang tua saat anak menggunakan gadget sangat penting.

3. Memantau Aktivitas Browsing Anak

Upaya selanjutnya dalam manajemen penggunaan gadget anak yang digunakan oleh orang tua dalam mencegah terjadinya kecanduan penggunaan gadget pada anak adalah dengan memantau aktivitas atau riwayat browsing anak saat

menggunakan gadget. Maraknya konten-konten yang tidak sesuai dengan usia 3-6 tahun menjadikan orang tua harus cermat dan hati-hati untuk selalu memantau aktivitas anak saat menggunakan gadget. Hal ini sesuai dengan temuan Pinariya & Lemona (2019) yang menyatakan bahwa pemantauan aktivitas anak saat menggunakan gadget merupakan bagian literasi penggunaan gadget yang harus dilakukan oleh orang tua dalam mencegah dampak negatif dari gadget.

4. Membuat Screen Time

Orang tua harus menetapkan batasan penggunaan perangkat dengan menerapkan batas waktu pemakaian perangkat. Semakin banyak orang tua yang menggunakan pembatasan waktu pemakaian perangkat sebagai teknik untuk memerangi kecanduan perangkat pada anak-anak. Durasi layar mengaktifkan pematian layar otomatis berdasarkan jadwal yang telah ditentukan. Jika seorang anak menunjukkan kesusahan saat perangkatnya disita, maka setelah layar perangkat dimatikan, mereka akan segera melepaskan diri dari gadget dan beralih ke aktivitas lain. Ketika orang tua mengalihkan perhatian mereka dari gawai, akan lebih mudah bagi mereka untuk membimbing anak-anak mereka menuju aktivitas fisik yang lebih bermanfaat bagi pertumbuhan dan kemajuan mereka secara keseluruhan.

2.2.4 Aspek Penggunaan gadget

Tesis Young mengemukakan bahwa ada enam dimensi yang mencakup sikap terhadap penggunaan perangkat yang berlebihan. Berikut akan dijelaskan aspek-aspeknya (Boiliu, 2020):

a. *Daily life disturbance* (gangguan kehidupan sehari-hari)

pada dasarnya gangguan ini terjadi pada kehidupan sehari-hari yang mengacu pada ketidakmampuan untuk melaksanakan pekerjaan yang telah direncanakan sebelumnya atau mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus selama kelas. Pengguna gadget mungkin mengalami kesulitan mempertahankan fokus pada aktivitas atau pekerjaan karena terlalu sibuk dengan perangkat elektroniknya. Selain itu, pengguna gadget juga mungkin akan mengalami sakit kepala ringan, gangguan penglihatan, rasa tidak nyaman pada pergelangan tangan atau leher rahim akibat penggunaan gadget dalam waktu lama, dan gangguan tidur. Hal ini mencontohkan terganggunya rutinitas sehari-hari akibat gencarnya penggunaan perangkat elektronik.

b. *Posittiven acticipation*

Posittive acticipation (Aktivasi positif) mengacu pada rasa gembira yang dialami pengguna gadget yang memanfaatkan perangkatnya sebagai sarana untuk meringankan atau menghilangkan stres. Sebaliknya juga mencakup perasaan hampa yang muncul saat seseorang tidak menggunakan gadgetnya. Banyak pengguna gadget yang memandang elektronik smartphone ini bukan hanya digunakan sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai pendamping yang bisa menghilangkan rasa lelah, mengurangi ketegangan, dan juga memberi rasa aman pada individu. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa individu yang kecanduan gadget merasakan kegembiraan saat menggunakannya dan menggunakannya sebagai sarana untuk meredakan ketegangan.

c. *Withdrawal*

Withdrawal (Penarikan) adalah keadaan di mana pengguna mengalami pikiran terus-menerus tentang perangkat, bahkan saat tidak menggunakannya, dan merasa mudah tersinggung, gelisah, dan terputus tanpa perangkat tersebut. Hal ini dibuktikan dengan penggunaan gadget yang terus-menerus oleh pengguna dan ekspresi kemarahannya ketika merasakan adanya gangguan saat menggunakan perangkat tersebut. Oleh karena itu, mereka yang menderita kecanduan gadget akan menunjukkan gejala-gejala gelisah, menunjukkan ketidaksabaran dan intoleransi ketika tidak dapat menggunakan gadgetnya, dan mungkin menjadi mudah marah jika terganggu saat menggunakan gadgetnya.

d. *Cyberspace Oriented relationship*

Cyberspace oriented relationship (Hubungan berorientasi dunia maya) mengacu pada fenomena di mana individu membentuk ikatan yang lebih kuat dengan koneksi jaringan sosial online dibandingkan dengan hubungan di kehidupan nyata. Hal ini dapat menimbulkan disorientasi yang luar biasa di kalangan pengguna gadget ketika mereka tidak dapat menggunakan perangkatnya. Individu dengan kecanduan gadget kadang-kadang menganggap ikatan mereka dengan teman-teman di media sosial lebih intim dibandingkan hubungan mereka dengan teman-teman di dunia fisik.

e. *Overuse* (penggunaan berlebihan)

Overuse adalah penggunaan gadget secara berlebihan dan tidak terkendali. Seseorang yang terlalu bergantung pada gawai akan lebih memilih mencari bantuan melalui gawainya. Selain itu, pengguna akan secara konsisten melakukan

pengaturan untuk mengisi daya perangkat mereka dan memiliki keinginan yang kuat untuk terus menggunakannya, meskipun orang lain telah memilih untuk berhenti menggunakan perangkat mereka sendiri.

f. *Tolerance*

Tolerance mengacu pada keadaan di mana pengguna secara konsisten berjuang untuk melakukan pengendalian diri saat menggunakan perangkat elektronik. kecanduan perangkat dapat bermanifestasi sebagai faktor yang berkontribusi, khususnya menunjukkan ketidakmampuan untuk mengatur penggunaan perangkat.

Uraian di atas mengidentifikasi enam aspek yang terkait dengan penggunaan gadget berlebihan: gangguan dalam kehidupan sehari-hari, semangat dalam menggunakan gadget, pikiran yang terus-menerus terhadap gadget, hubungan dekat dengan teman media sosial, penggunaan berlebihan, dan ketidakmampuan mengontrol penggunaan gadget.

2.2.5 Faktor pengaruh penggunaan gadget

a. Faktor internal

Terdapat beberapa faktor yaitu:

1) *Self-esteem* yang rendah

self esteem yakni evaluasi di dalam diri individu dalam kualitas keberhargaan dirinya sebagai manusia. Pada keadaan ini anak akan merasa tidak percaya diri atau minder dan biasanya anak menjadi berfikir dengan tidak masuk akal. Anak dengan *self esteem* yang rendah akan cenderung menilai dirinya secara negative.

2) *sensation seeking* tinggi

Sensation seeking atau pencarian sensasi yang tinggi adalah sifat yang dapat diartikan sebagai sebuah keinginan individu untuk mengambil resiko, baik secara fisik maupun secara sosial (Yusonia, 2018). Keinginan untuk menjadi pusat perhatian atau menciptakan lingkungan yang menyenangkan, ditambah dengan tugas yang monoton dan berulang-ulang, dapat memunculkan ciri kepribadian ini. Individu yang terlibat dalam pencarian sensasi sering kali menunjukkan kecenderungan untuk mencari pengalaman baru, luar biasa, dan rumit sekaligus bersiap menghadapi potensi bahaya sosial, fisik, hukum, dan finansial (Putriana, Pratiwi, & Waslihah, 2019).

3) Kontrol diri yang rendah

Pengendalian diri mengacu pada kapasitas individu untuk merencanakan, mengatur, dan mengarahkan aktivitas dan perilakunya secara efektif untuk mendapatkan hasil yang diinginkan (Yusonia, 2018). Penelitian Putriana (2018) menunjukkan bahwa individu yang kesulitan mengatur waktu secara efektif dan melakukan pengendalian diri saat menggunakan gadget, kemungkinan besar akan mengembangkan kecanduan terhadap perangkat tersebut.

b. Faktor eksternal

Ketika kita berbicara tentang hal-hal yang berasal dari luar diri seseorang, maka kita berbicara tentang variabel eksternal (Yusonia, 2018).

Aspek ini dikaitkan dengan fitur-fitur elektronik yang sering ditampilkan di media.

c. Faktor sosial

Unsur ini mencakup faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kecanduan gadget sebagai cara menjalin dan terlibat dalam komunikasi dengan orang lain. Dalam skenario ini, individu secara konsisten mengandalkan perangkat elektronik sebagai alat interaksi dan menunjukkan kecenderungan untuk menghindari komunikasi langsung dengan orang lain (Yusonia, 2018).

d. Faktor situasional

Pengguna gadget termotivasi oleh elemen sebab akibat yang memungkinkan mereka merasakan kenyamanan psikologis dalam kondisi yang menantang. Orang-orang cenderung merespons dengan segera ketika mereka berada dalam skenario yang tidak menyenangkan dan mungkin menjadi gelisah dengan tindakan mereka ketika mereka berada dalam situasi yang tidak diinginkan, sehingga menyebabkan mereka mengalihkan fokus ke perangkat elektronik mereka.

2.2.6 Gejala penggunaan gadget berlebih

- 1) Menurunnya motivasi atau kurangnya semangat untuk melakukan tugas selain menggunakan perangkat elektronik
- 2) Disarankan untuk selalu mengelak dan menolak mengikuti petunjuk saat menggunakan gadget.

- 3) Konsisten terlibat dalam diskusi mengenai teknologi dengan teman-temannya.
- 4) Anak-anak cenderung tersinggung dan memiliki emosi yang lembut.
- 5) Sulit mengalokasikan waktu untuk aktivitas lain ketika seseorang hanya tertarik menghabiskan waktu bermain-main dengan perangkat.
- 6) Anak-anak sering melakukan penipuan karena mereka menolak untuk melepaskan perangkat elektroniknya, terus-menerus mencari peluang untuk menggunakannya bahkan pada waktu tidur atau larut malam.
- 7) Menunjukkan kecenderungan mudah marah ketika diinstruksikan untuk membatasi penggunaan perangkat elektronik.

Adapun ciri-ciri penggunaan gadget yang berlebih

- 1) Anak-anak hanya menggunakan gadget sepanjang hari dan menunjukkan kurangnya semangat untuk mengikuti aktivitas lain.
- 2) Mereka menunjukkan keengganan untuk berkomunikasi dengan orang lain dan lebih mengutamakan interaksi dengan gadget.
- 3) Menjadi geram jika dilarang menggunakan alat elektronik
- 4) Menempati hari-harinya dengan berinteraksi dengan perangkat teknologi
- 5) Rawan sensitif atau cepat tersinggung sehingga sering terjadi perubahan sentimen atau suasana hati anak.

2.2.7 Dampak Negative dan Dampak Positive penggunaan gadget

Gadget mempunyai dampak yang menguntungkan dan merugikan bagi penggunanya, khususnya anak-anak usia prasekolah. Penggunaan barang elektronik dapat memberikan dampak yang menguntungkan dan merugikan,

bergantung pada sejauh mana orang tua membantu anak-anak dalam mengatur penggunaan gadget mereka. Penggunaan gadget mempunyai pengaruh yang baik terhadap kemampuan anak dalam meningkatkan kreativitas dan kecerdasannya. Sebaliknya, kemudahan mengakses beragam media informasi dan teknologi dapat menyebabkan anak muda menunjukkan kelesuan terhadap gerakan fisik dan keterlibatan dalam aktivitas. Penelitian yang dilakukan Yuliani, Supiati, dan Fitra (2020) menunjukkan bahwa fenomena tersebut tidak dapat disangkal berdampak buruk terhadap kesehatan dan tumbuh kembang anak.

Seperti yang diungkapkan oleh Mujirahayu (2018). Memang benar bahwa gadget mempunyai dampak yang menguntungkan dan merugikan. Dampak tersebut meliputi:

Dampak positif penggunaan gadget

- 1) Menumbuhkan imajinasi melibatkan visualisasi gambar dan kemudian mengilustrasikannya berdasarkan kemampuan imajinatif seseorang, sehingga meningkatkan kemampuan kognitif tanpa dibatasi oleh kenyataan.
- 2) Mendorong perkembangan kognitif (dalam situasi ini, anak dapat mengembangkan keterampilan menulis, berhitung, dan representasi visual, yang meningkatkan proses pembelajaran).
- 3) Meningkatkan rasa percaya diri seseorang. Ketika anak-anak muda muncul sebagai pemenang dalam sebuah permainan, mereka akan terinspirasi untuk menyelesaikan permainan tersebut.
- 4) Memperoleh kemahiran dalam bidang membaca, matematika, dan pemecahan masalah. (Dalam skenario ini, anak akan memupuk rasa ingin tahu yang

melekat, yang mengarah pada keinginan mandiri untuk belajar tanpa paksaan dari luar.)

Dampak negatif dari gadget adalah:

1. Gangguan fokus saat belajar (perhatian anak berkurang dan hanya mengingat perangkatnya saja, misalnya mengingat permainan seolah-olah dirinya adalah karakter di dalamnya).
2. Kurangnya motivasi dalam menulis dan membaca yang disebabkan oleh penggunaan gadget yang berlebihan. Misalnya, ketika anak-anak mengakses video di aplikasi YouTube, mereka sering kali secara pasif mengamati visualnya tanpa menuliskan permintaan pencarian yang mereka inginkan.
3. Gangguan bakat sosial (misalnya, kurangnya keterlibatan dalam kegiatan sosial dengan teman-teman terdekat, kurangnya kesadaran terhadap lingkungan sekitar.)
4. Ketergantungan (anak-anak mungkin kesulitan dan menjadi ketergantungan pada alat elektronik karena sudah menjadi kebutuhan).
5. Dapat menyebabkan komplikasi kesehatan (tentu saja, paparan radiasi dari perangkat elektronik dapat mengakibatkan masalah kesehatan, termasuk potensi bahaya pada penglihatan anak-anak).
6. Perkembangan motorik anak kecil terhambat karena terlalu fokus pada gadget, sehingga mengakibatkan kurangnya rangsangan dan keterlibatan dalam aktivitas eksternal. Hal ini menghambat perkembangan gerakan tubuh, kematangan saraf, dan kontrol otot kasar atau halus.

7. Mengganggu kemampuan linguistik (anak yang terbiasa menggunakan perangkat elektronik mungkin menunjukkan sikap diam, sering meniru pola bicara, mengasingkan diri, dan menunjukkan keengganan untuk berkomunikasi dengan teman sebaya atau lingkungannya).
8. Dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap tingkah laku anak kecil, seperti terlibat dalam permainan yang bertemakan kekerasan, yang dapat membentuk perilaku dan karakternya, sehingga berpotensi menimbulkan tindakan agresi terhadap teman sebayanya.

2.2.8 Patofisiologi penggunaan gadget pada perkembangan motorik

Keterampilan motorik fisik merupakan aspek penting perkembangan yang memerlukan perhatian cermat. Penggunaan alat elektronik yang berlebihan oleh anak-anak menyebabkan menurunnya tingkat aktivitas fisik mereka. Penggunaan gadget pada anak sebagian besar terfokus pada pengembangan kekuatan tangan. Selain itu, penting untuk memberikan stimulasi yang cukup pada area tubuh lainnya untuk menjaga kelincahan dan tingkat aktivitas anak. Akibatnya, ketika anak-anak terus-menerus menggunakan perangkat elektronik, mereka tidak dapat melakukan aktivitas lain. Hal ini tentunya akan menghambat perkembangan motorik anak, baik motorik halus maupun motorik kasarnya. Menurut Damayanti dkk. (2020) dan Mimin (2022), jika anak terlalu banyak menghabiskan waktunya dengan duduk diam dan menggunakan gadget, maka perkembangan keterampilannya seperti memegang benda, menulis, menggambar, berjalan, berlari, melompat, dan menyusun benda dapat terhambat. Keterampilan motorik kasar anak dikembangkan

melalui sinkronisasi beberapa komponen tubuh. Oleh karena itu, aktivitas ini memerlukan pengeluaran energi karena dilakukan oleh otot yang kuat. Kemampuan motorik kasar mencakup gerakan terkoordinasi dan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak. Perkembangan motorik kasar anak usia dini memerlukan stimulasi melalui latihan untuk meningkatkan kemampuan anak dalam melakukan gerak. Penggunaan perangkat elektronik yang berlebihan oleh anak menghambat perkembangan fisik motoriknya karena menghilangkan rangsangan fisik motorik yang diperlukannya (Puspitasari, 2021). Yanti dan Nova (2020) mengemukakan bahwa penggunaan gadget menjadi salah satu faktor penyebab keterlambatan perkembangan motorik kasar.

Kemampuan motorik halus anak mengacu pada kemampuannya memanipulasi dan mengendalikan otot-otot kecil, khususnya yang terdapat di pergelangan tangan dan jari. Anak-anak dengan perkembangan motorik halus yang tertunda mengalami kesulitan untuk mengoordinasikan gerakan fleksibel tangan dan jari mereka secara efektif karena kemajuan mereka yang cepat. Karena maraknya teknologi, seperti video game dan komputer, anak-anak menghabiskan lebih sedikit waktu untuk melakukan permainan yang memerlukan penggunaan keterampilan motorik halus. Akibatnya, hal ini dapat mengakibatkan keterbelakangan otot-otot halus di tangan mereka. Kesulitan menulis dapat terjadi akibat keterlambatan perkembangan otot-otot tersebut. Anak mungkin mengalami keterlambatan motorik halus akibat kurangnya rangsangan dan kurangnya rangsangan. Penting bagi setiap remaja untuk mendapatkan stimulasi yang konsisten dan berkelanjutan sejak usia dini dan di setiap kesempatan yang ada.

Stimulasi yang tidak memadai dapat menyebabkan terganggunya perkembangan keterampilan motorik kasar dan halus pada anak usia dini, sehingga menimbulkan tantangan dalam mengoordinasikan gerakan visual (tatapan mata) dan motorik (gerakan tangan, gerakan jari tangan atau kaki). Kesulitan-kesulitan tersebut biasanya muncul karena kurangnya koordinasi gerakan visual motorik (Sopiyati, 2021). Tantangan yang dihadapi anak-anak dalam menyelaraskan kemampuan motoriknya dapat menghambat proses belajar mereka secara signifikan, termasuk perolehan keterampilan menulis, membaca, dan keterampilan pendidikan lainnya. Pasalnya, baik tugas belajar maupun aktivitas lainnya memerlukan kemampuan sinkronisasi gerakan visual motorik (Yanti dan Nova, 2020).

2.3 Konsep Orang tua

2.3.1 Pengertian

Orang tua adalah individu baik jenis kelamin (perempuan maupun laki-laki) yang telah menikah secara sah dan bersedia menerima peran sebagai ayah sekaligus ibu bagi anak-anak yang dilahirkannya. Orang tua adalah dua pribadi berbeda yang bersatu dalam hidup, masing-masing membawa sudut pandang dan rutinitas sehari-harinya masing-masing. Orang tua merupakan individu yang memikul tanggung jawab atas pengurusan sebuah keluarga atau rumah tangga dan biasa disebut dengan ayah dan ibu dalam kehidupan sehari-hari (Friedman, 2015).

Orang tua, baik ayah maupun ibu, merupakan pendidik yang melekat bagi anak-anaknya karena naluri orang tua yang melekat pada dirinya. Menurut Sobur

(2015), orang tua berperan penting sebagai pendidik utama bagi anak-anaknya dan memikul semua tanggung jawab atas perkembangannya.

2.3.2 Peran Orang tua

Tanggung jawab pendidikan anak, kata Ki Hajar Dewantara, harus berada di tangan keluarga, dan sekolah sebagai penunjangnya. Sebagaimana dijelaskan Rahmatullah (2021), orang tua memainkan peran penting dalam membentuk anak-anak mereka sepanjang tahun-tahun pembentukannya:

a. Mendampingi

Anak usia prasekolah sangat membutuhkan perhatian dari orangtuanya. Karena jadwal kerja yang padat, beberapa orang tua mengalami kelelahan dan terbatasnya ketersediaan waktu berkualitas bersama keluarga. Orang tua yang bekerja di luar rumah tetap memiliki tanggung jawab untuk hadir dan mendampingi anaknya selama berada di rumah. Meski memiliki waktu terbatas, orang tua dapat memberikan perhatian yang berharga dengan memprioritaskan aktivitas yang melibatkan pendampingan anak, seperti mendengarkan cerita secara aktif, terlibat dalam olok-olok lucu, dan berpartisipasi dalam waktu bermain bersama.

b. Menjalin komunikasi

Kemampuan berkomunikasi dengan jelas dan ringkas sangat penting dalam hubungan orang tua-anak karena memungkinkan terjadinya berbagi perasaan, tujuan, dan harapan. Dengan berbicara kepada anak-anak mereka, orang tua dapat memberi mereka nasihat, dorongan, dan harapan. Sebaliknya, anak mempunyai kemampuan menarasikan cerita dan mengungkapkan sudut pandanganya.

c. Memberikan kesempatan

Orang tua harus memberikan kesempatan kepada anak-anaknya. Konsep peluang bagi anak mungkin dianggap sebagai sebuah keyakinan. Tetapi pada hal ini orang tua juga tidak boleh memberikan tanpa bimbingan dan pengawasan. Jika anak diberi kesempatan untuk bereksperimen, berkomunikasi, menyelidiki, dan menjalankan otonominya, mereka akan berkembang menjadi individu yang percaya diri.

d. Mengawasi

Anak-anak diawasi secara ketat untuk memastikan mereka dapat dikelola dan dibimbing secara efektif. Tentu saja, pengawasan yang dimaksud tidak berarti melakukan spionase atau menyembunyikan kecurigaan. Namun, pemantauan bergantung pada landasan komunikasi yang efektif dan transparansi. Untuk mengurangi dampak buruk terhadap anak-anak mereka, orang tua harus secara aktif dan pasif memantau individu-individu yang bergaul dengan anak-anak mereka dan aktivitas mereka.

e. Mendorong atau memberikan motivasi

Dorongan intrinsik seseorang untuk mencapai suatu tujuan dikenal sebagai motivasi. Dorongan bawaan seseorang atau dorongan ekstrinsiknya adalah dua kemungkinan sumber motivasi. Ketika kita dihargai, didorong, atau diberi penghargaan, kita semua merasakan gelombang kebahagiaan. Motivasi menanamkan semangat pada seseorang untuk mencapai tujuannya. Motivasi diberikan untuk memastikan bahwa anak-anak secara konsisten berusaha untuk mempertahankan dan meningkatkan prestasi mereka. Jika anak belum mencapai

kesuksesan, motivasi dapat menanamkan dalam diri anak tekad yang gigih untuk tidak pernah menyerah dan mempunyai keinginan untuk .

f. Mengarahkan

Orang tua mempunyai peran penting dalam membantu anak memperoleh dan mengembangkan aspek fundamental disiplin diri.

2.4. Konsep Dasar Pola Asuh

2.4.1 Pengertian Pola Asuh

Cara orang tua dan anak berinteraksi dan berkomunikasi disebut dengan gaya pengasuhan. Istilah gaya pengasuhan menggambarkan cara orang tua menerapkan keyakinan, nilai, dan praktik unik mereka ke dalam peran mereka sebagai pengasuh utama bagi anak-anak mereka. Sikap dan kebiasaan tersebut seringkali menghasilkan pola tertentu yang sejalan dengan pemahaman orang tua sebagai pemimpin dan kapten lingkungan rumah. Kontak antara orang tua dan anak mencakup berbagai dimensi, khususnya sikap, nilai, dan keyakinan yang ditanamkan orang tua kepada keturunannya (Shochib, 2015).

Teknik pengasuhan pada keluarga memiliki dampak sangat besar terhadap perkembangan karakter anak. Penting untuk dicatat bahwa setiap keluarga memiliki pola pengasuhan yang unik. Pola asuh orang tua juga berperan dalam menentukan sejauh mana keberhasilan sebuah keluarga dalam menanamkan cita-cita agama, kebaikan moral, dan norma-norma kemasyarakatan. Kehadiran orang tua dalam keluarga sangat penting untuk menumbuhkan rasa percaya diri anak dan memfasilitasi perolehan dan penyempurnaan bakat sosial yang mendasar. Saat ini, orang tua seringkali hanya memenuhi kebutuhan materi anaknya saja

sehingga mengakibatkan anaknya menjadi individu yang tidak lengkap (Shochib, 2015).

2.4.2 Faktor-faktor yang mempengaruhi pola asuh

Kebiasaan mengasuh anak dipengaruhi oleh berbagai faktor:

1) Budaya

Pengaruh Budaya Orang tua mematuhi praktik yang diterapkan oleh masyarakat setempat dalam hal membesarkan anak. Orang tua menginginkan anak mereka diterima secara sosial di masa depan, oleh karena itu praktik budaya atau komunal dalam mengasuh anak juga berdampak pada pendekatan masing-masing orang tua dalam mengasuh anak.

2) Tingkat Pendidikan

Dalam hal penitipan anak, pengetahuan dan tingkat pendidikan orang tua sangat berarti.

3) Lingkungan

Pendekatan orang tua hanyalah salah satu contoh bagaimana lingkungan berperan besar dalam membentuk pendewasaan dan perkembangan anak.

4) Umur

Usia berfungsi sebagai ukuran kedewasaan seseorang, dan bertambahnya usia berkorelasi dengan pengetahuan yang lebih besar dan pemahaman yang lebih baik tentang cara mendidik anak dibandingkan laki-laki. Oleh karena itu, perempuan mempunyai kewajiban yang lebih besar terhadap orang lain, termasuk saudara kandungnya.

5) Tingkat sosial ekonomi

Gaya pengasuhan yang diterapkan oleh suatu budaya sangat dipengaruhi oleh status sosial ekonominya. Keluarga dengan status sosial ekonomi sedang biasanya memilih gaya pengasuhan yang sesuai dengan tumbuh kembang anaknya.

2.4.3 Jenis-Jenis Pola Asuh

Menurut Shochib (2015), berbagai pola asuh yang dilakukan orang tua dalam mengasuh anaknya, antara lain:

1) Pola asuh otoriter

Gaya pengasuhan otoriter mengacu pada pendekatan pengasuhan yang ditandai dengan aturan yang ketat, ekspektasi yang tinggi, dan kurangnya fleksibilitas atau kehangatan.

Pola ini merupakan pola asuh yang menawarkan banyak manfaat namun juga mengharapkan banyak dari anak. Gaya pengasuhan ini ditandai dengan ekspektasi dan prinsip inti yang kaku. Dengan demikian, anak-anak terhambat dalam mengembangkan keterampilan mengasuh dan mengembangkan ekspresi diri dan kepercayaan diri mereka dalam lingkungan keluarga.

2) Pola asuh demokrasi

Pola asuh orang tua bercirikan pendekatan demokratis.

Pola asuh ini sangat mementingkan kesejahteraan dan keinginan anak, serta bersedia menggunakan otoritas dan menetapkan batasan. Orang tua yang

memilih gaya pengasuhan ini bercirikan rasionalitas, konsisten mengambil keputusan berdasarkan penalaran logis dan analisis yang bijaksana. Orang tua dengan sifat seperti ini akan menunjukkan rasa pragmatisme yang lebih besar terhadap kemampuan anaknya. Mereka akan menahan diri untuk tidak memendam harapan-harapan yang tidak realistis yang melampaui kemampuan anak-anak mereka, dan akan mengakui hak-hak anak-anak mereka, termasuk pendidikan, kasih sayang, dan kebutuhan mendasar. Berbagai pola asuh yang salah yang biasa dilakukan orang tua saat mengasuh anaknya, antara lain:

1) Pola Pengasuhan Permisif

Membiasakan anak pada praktik berperilaku mandiri tanpa pengawasan orang tua. Orang tua yang permisif cenderung menghindari konflik karena merasa tidak berdaya untuk memberikan pengaruh terhadap anaknya. Akibatnya, mereka memfasilitasi perilaku yang tidak pantas di kalangan anak-anak. Anak-anak memandang pola asuh liberal sebagai suatu sikap yang memanjakan dan memanjakan mereka, membiarkan mereka bebas bertindak sesuai keinginannya.

2) Pola Pengasuhan Penelantar

Pola asuh ini ditandai dengan berkurangnya perhatian orang tua terhadap anak, terlalu sibuk dengan tanggung jawabnya sendiri, dan menganggap anak sebagai sumber kesulitan dalam hidupnya. Pola asuh seperti ini mengakibatkan kurangnya kepedulian terhadap anak, ketika orang tua menunjukkan sikap apatis terhadap tugas-tugasnya sebagai orang tua.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pola asuh adalah proses pengasuhan dan penerapan teknik kedisiplinan yang dilakukan oleh orang

tua untuk membentuk watak dan kepribadian anaknya. Tujuan utamanya adalah untuk menanamkan nilai-nilai pada anak agar mereka dapat secara efektif menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

2.5 Konsep Anak Usia 3-5 tahun

2.5.1 Pengertian

Anak usia prasekolah mengacu pada anak yang berusia antara 3 dan 5 tahun. Fase ini mencakup anak yang telah mengembangkan kemampuan bergerak dan berdiri mandiri hingga mereka memulai pendidikan formal. Hal ini ditandai dengan tingkat aktivitas fisik yang signifikan (Vina dan Suryane, 2018).

2.5.2 Tumbuh Kembang anak usia 3-6 tahun

Balita sangat bergantung pada ibu mereka karena ketidakmampuan mereka untuk secara mandiri melakukan tugas-tugas yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan mereka. Pemahaman komprehensif tentang kebutuhan mendasar dan transformasi yang terjadi pada setiap tahap pertumbuhan anak sangatlah penting dalam memfasilitasi tumbuh kembang anak yang harmonis dan optimal (Vina dan Suryane, 2018).

1. Pertumbuhan (growth) adalah proses bertambahnya ukuran atau dimensi tubuh karena meningkatnya jumlah dan ukuran sel. Pertumbuhan dapat diidentifikasi dengan melakukan pengukuran antropometri yang ditandai dengan terjadinya perubahan ukuran fisik serta perubahan struktur tubuh. Adapun hal yang menunjukkan terjadinya proses pertumbuhan adalah jumlah dan ukuran yang dapat dilihat seperti bertambahnya berat badan, panjang atau tinggi badan,

lingkar kepala, dan indikator antropometri lainnya. Seiring bertambahnya usia, terjadi peningkatan ukuran yang umumnya tercermin dalam grafik kurva pertumbuhan normal. Tetapi setiap indikator pertumbuhan memiliki kurva sendiri yang telah disepakati untuk digunakan sebagai referensi nasional dan internasional (Fikawati, dkk 2017).

2. Perkembangan

Perkembangan (development) adalah proses maturasi atau pematangan fungsi tubuh, yang dilihat dengan perkembangan kemampuan kecerdasan, serta perilaku. Perkembangan ditandai dengan meningkatnya kemampuan fungsi dan struktur tubuh yang kompleks, sehingga dapat bersifat kuantitatif ataupun kualitatif. Pada proses perkembangan terjadi peningkatan fungsi sel tubuh, maturasi organ, keterampilan, kemampuan afektif, serta kreatifitas. Maturasi dalam proses perkembangan dapat diukur dengan melihat kapasitas fungsional, seperti pertumbuhan motorik anak, yang hasilnya terlihat dari tingkat kematangan berjalan menggunakan kedua kakinya (Fikawati, dkk 2017).

3. Tahap-tahap Tumbuh kembang anak usia 3-5 tahun

a. Pertumbuhan

Pertumbuhan dan perkembangan fisik anak usia prasekolah dapat diprediksi. Pada usia 3 tahun rata-rata berat badannya adalah 14,5 kg, pada usia 4 tahun menjadi 16,5 kg, dan pada usia 5 tahun menjadi 18,5 kg. Laju kenaikan berat badan adalah 2-3 kg per tahun. Seiring bertambahnya panjang kaki dibandingkan dengan batang tubuh, tinggi badan akan terus mendaki. Pertumbuhan tinggi rata-rata tahunan adalah antara 6,5 dan 9

sentimeter. Rata-rata tinggi badan anak umur 3 tahun adalah 95 cm, umur 4 tahun 103 cm, dan umur 5 tahun 110 cm (Soetjaningsih, 2015).

b. Perkembangan

Ketika mengkaji perkembangan manusia, penting untuk membedakan antara dua konsep: kedewasaan dan proses pembelajaran. Selain itu, ada dua faktor lain yang juga berkontribusi terhadap perkembangan, yaitu keunikan atau bakat individu, dan lingkungan sekitar (Soetjaningsih, 2015). Fase perkembangan anak usia prasekolah adalah sebagai berikut:

1. Motorik kasar

Gerakan motorik kasar mencakup kapasitas anak untuk melakukan gerakan tubuh dan memanfaatkan kelompok otot utama. Pada usia 3 tahun, anak sudah mampu melakukan lompatan bilateral, yaitu melompat dengan menggunakan kedua kaki sekaligus mengayunkan tangan ke depan. Selain itu, anak-anak mempunyai kemampuan untuk menyeimbangkan diri dengan satu kaki, berdiri dengan jari kaki, dan bergerak dalam jalur yang lurus. Mayoritas anak-anak dapat melakukan tiga atau enam lompatan satu kaki pada saat mereka mencapai usia 3,5 tahun. Pada usia empat tahun, anak sudah bisa berjalan melingkar sambil menyeimbangkan satu kaki selama delapan hingga sepuluh detik. Balita dipersiapkan untuk menyerap gerakan dengan menyatukan kedua lutut, sedikit menekuk siku, dan meregangkan lengan. Lompat tali, variasi permainan yang lebih maju, dapat dilakukan oleh anak usia 5 dan 6 tahun. Ketika berdiri dengan

satu kaki dan menggunakan jari kaki sebagai penyangga, anak dapat menjaga keseimbangan hingga berusia enam tahun (Soetjiningsih, 2015).

2. Motorik halus

Keterampilan motorik halus anak ditandai dengan kemampuannya mewarnai dan memegang benda dengan tepat; kemampuan ini memerlukan penggunaan otot-otot kecil yang terkoordinasi. Anak-anak boleh menumpuk maksimal delapan kubus pada saat mereka mencapai usia tiga tahun. Hanya dengan tiga kubus, anak-anak dapat membangun sebuah jembatan. Anak-anak sudah bisa mulai membentuk lingkaran dan mulai terbiasa menggambar sosok manusia pada usia ini. Pada saat mereka mencapai usia empat tahun, anak-anak dapat menggunakan lima kubus untuk membuat gambar persegi panjang dan gerbang. Anak-anak dapat menggunakan enam kubus untuk membuat desain tangga dan segitiga pada saat mereka berusia lima tahun. Soetjiningsih (2015) menemukan bahwa anak sudah dapat menggambar belah ketupat pada usia enam tahun.

3. Bahasa

Tahap ini berkaitan dengan kemampuan dalam bentuk memberikan respons terhadap suara, berbicara dengan spontan dan mengikuti perintah. Pada usia 4-5 tahun anak dapat melompat dan menari, menggambar orang terdiri dari kepala, badan dan lengan, menggambar segi empat dan segitiga, pandai berbicara, menghitung

jari-jarinya, menyebut hari-hari dalam seminggu, mendengar dan mengulang hal-hal penting dalam cerita, menaruh minat pada kata baru dan artinya, memprotes bila dilarang melakukan apa yang diinginkan, mengenal 4 warna, memperkirakan bentuk dan besarnya benda, membedakan besar dan kecil, menaruh minat kepada aktivitas orang dewasa (Rahmailina & Hastuti, 2014).

4. Psikososial

Hal-hal yang berkaitan dengan otonomi, alam bebas, berinteraksi, dan bersosialisasi dalam kaitannya dengan alam sekitar. Interaksi antar anak dimulai pada usia sekitar tiga tahun dan dapat berupa mengobrol, bermain, atau menangis. Pada usia empat hingga enam tahun, anak-anak sudah berinteraksi sosial dan mulai membentuk kelompok berdasarkan gender. Perkembangan keterikatan pada benda mati, seperti boneka binatang yang menggemaskan, merupakan tonggak penting yang mencerminkan peralihan dari kesadaran internal ke kesadaran eksternal. Beberapa hal lebih melekat pada anak usia tiga tahun dibandingkan yang lain (Rahmailina & Hastuti, 2014).

2.5.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi Tumbuh Kembang Anak

Baik faktor internal seperti gen maupun faktor eksternal seperti lingkungan mempengaruhi tumbuh kembang anak. Stimulasi orang tua, kebiasaan makan, dan jenis kelamin adalah tiga dari banyak variabel yang mungkin mempengaruhi pendewasaan dan pertumbuhan anak. Perkembangan dan pertumbuhan seorang anak sangat bergantung pada pemberian makanan dan stimulasi dari orang tua.

Anak yang mendapat gizi cukup dan dilibatkan langsung oleh orang tuanya akan mengalami perkembangan anak yang positif (Soetjiningsih, 2015).

2.6 Kerangka Konsep

Teknologi modern mempunyai kemampuan untuk mengantarkan era baru yang ditandai dengan kecepatan dan efisiensi. Pekerjaan menjadi lebih efisien dengan menggunakan satu perangkat canggih, seperti gadget. Penggunaan perangkat elektronik oleh generasi muda dapat memberikan pengaruh yang menguntungkan atau merugikan terhadap perilaku mereka. JYlan menegaskan, penggunaan gawai dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan dampak buruk, seperti berkembangnya kebiasaan tidak sehat yang berdampak buruk pada kesehatan anak. Hal ini mencakup gaya hidup sedentary, peningkatan konsumsi makanan cepat saji, penurunan kualitas tidur, penurunan prestasi akademik, depresi, dan peningkatan risiko kelebihan berat badan atau obesitas. Untuk mengurangi dampak buruk dan mendorong penggunaan gadget yang bertanggung jawab, penting bagi orang tua untuk memiliki keahlian dalam memantau penggunaan gadget anak-anak mereka.

Struktur konseptual penelitian ini dapat diringkas sebagai berikut, sesuai dengan uraian yang diberikan:

Tabel 2.1 Kerangka Konsep



