

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tahap perkembangan anak merupakan periode krusial yang memerlukan perhatian khusus, karena pada masa ini, anak mengalami perubahan yang pesat dan signifikan. Perkembangan adalah pola perubahan yang dialami seseorang dari konsepsi hingga tahap kehidupan tertentu, melibatkan pertumbuhan atau kemajuan, dan terkadang proses penuaan, dipengaruhi oleh kematangan dan pengalaman belajar individu. Oleh karena itu, identifikasi dini terhadap kesulitan yang mungkin dialami anak selama perkembangannya menjadi sangat penting, sehingga intervensi yang tepat dapat segera diberikan untuk mengoptimalkan potensi mereka.

Beberapa teori perkembangan memberikan kerangka kerja yang berguna untuk memahami perubahan yang terjadi pada anak usia dini. Menurut teori psikososial Erik Erikson, anak-anak usia tiga hingga empat tahun berada dalam tahap Inisiatif vs. Rasa Bersalah. Pada tahap ini, anak mulai menunjukkan inisiatif dalam mengeksplorasi lingkungan sekitar mereka. Namun, mereka juga bisa merasa bersalah jika inisiatif tersebut tidak diterima dengan baik atau dikritik secara berlebihan. Erikson menekankan pentingnya dukungan dari orang tua untuk membantu anak mengembangkan rasa percaya diri dan keberanian dalam bertindak.

Dari perspektif teori perkembangan kognitif Jean Piaget, anak-anak usia tiga hingga empat tahun berada dalam tahap praoperasional. Pada tahap ini, anak-anak masih egosentris, cenderung melihat dunia dari sudut pandang mereka sendiri, tetapi mereka mulai mengembangkan kemampuan berpikir secara simbolik. Mereka mulai menggunakan imajinasi dalam bermain, meskipun pemahaman mereka tentang logika atau perspektif orang lain belum sepenuhnya berkembang.

Selain itu, Teori Perkembangan Emosi Bowlby (Attachment Theory) menyoroti pentingnya ikatan emosional antara anak dan pengasuh utama, biasanya orang tua. Ikatan yang aman akan membantu anak

mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan sosial. Anak-anak dengan ikatan emosional yang kuat cenderung lebih mampu mengenali dan mengendalikan emosi mereka.

Ada beberapa aspek perkembangan pada periode Anak Usia Dini, yang juga dikenal sebagai *Golden Age*, yang perlu diperhatikan. Aspek-aspek tersebut meliputi aspek moral dan religius, kemampuan kognitif, bahasa, keterampilan fisik, sensitivitas, serta aspek emosional dan sosial. Perkembangan pada anak usia dini terjadi secara bertahap dan teratur, membentuk kesatuan dalam proses tersebut. Prof. DR. F.J. Monk menyatakan bahwa "perkembangan adalah proses yang terus-menerus dan berkelanjutan yang menghasilkan terbentuknya suatu organisasi dengan tingkat integrasi yang lebih baik melalui proses pembelajaran, pertumbuhan, dan kedewasaan."

Perkembangan emosional merupakan komponen penting dalam pembentukan kepribadian dan interaksi sosial. Anak mulai mengembangkan kemampuan untuk mengekspresikan, mengenali, dan mengelola perasaan mereka, hal ini dimulai pada saat anak berusia 3 – 4 tahun. Sejak dini, stimulasi dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan anak dan memberi mereka rasa tujuan terkait dengan pertumbuhannya. Pada kenyataannya, banyak orang tua dan pengasuh lainnya yang masih belum menyadari pentingnya stimulasi bagi pertumbuhan anak sejak bayi hingga dewasa. Pemberian stimulasi termasuk dari sikap orang tua terhadap mengelola emosi ketika dihadapan anak, kemudian sikap orang tua dalam memberikan pengasuhan dan kasih sayang, ini sangat berpengaruh bagi perkembangan emosional anak. Sering mengajak anak untuk bermain diluar rumah bersama teman sebaya, untuk melatih anak dalam bersosialisasi dan juga melatih anak bisa bekerja sama. Mengajarkan anak meminta maaf Ketika anak berbuat salah.

Seiring dengan terus berkembangnya teknologi, orang-orang dapat turut serta dalam kemajuan dunia, termasuk dalam perkembangan teknologi itu sendiri. Dengan bantuan teknologi modern, kita dapat dengan mudah dan cepat memperoleh informasi tentang apa pun serta berkomunikasi dengan

orang lain tanpa berhati-hati. Salah satu cara perkembangan teknologi saat ini adalah melalui gawai. Tidak hanya orang tua yang dapat menggunakan gawai, anak usia dini pun dapat menggunakannya. Anak-anak kecil selalu mengamati dan merespons ketika orang tua atau bahkan orang lain menggunakan teknologi, meskipun mereka tidak perlu diajari cara menggunakannya. Akibatnya, anak tersebut sudah bisa menggunakannya tanpa bantuan orang tua atau pengasuh. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak sudah tidak asing lagi dengan gawai.

Dalam era digital ini, anak-anak tumbuh dengan Exposure yang semakin meningkat terhadap teknologi, khususnya gawai seperti smartphone dan tablet. Mengikuti perkembangan teknologi dianggap sebagai salah satu kapasitas adaptif manusia modern, sehingga anak-anak diharapkan dapat mengoperasikan gawai yang diberikan kepada mereka. Gawai memberikan akses mudah ke informasi, yang dapat mendukung pembelajaran dan penyelesaian tugas sekolah. Namun, paparan gawai yang berlebihan dapat berdampak negatif pada perkembangan anak.

Keterlibatan fisik dengan teman sebaya dan orang-orang terdekat, yang dimulai sejak masa bayi, sangat penting untuk perkembangan kognitif, sosial, dan kepribadian anak. Melalui kegiatan bermain, anak belajar memahami hubungan dirinya dengan lingkungan sosial, bergaul, dan memahami aturan pergaulan. Sayangnya, banyak anak zaman sekarang lebih memilih bermain dengan elektronik daripada berinteraksi dengan teman-temannya, yang dapat menyebabkan egosentrisitas, pandangan individualistik, dan kurangnya kesadaran lingkungan.

Berbagai fitur canggih yang terintegrasi dalam gawai, seperti kamera, film, dan permainan, dapat mengganggu kemampuan siswa untuk belajar di dalam kelas. Anak yang terlalu asyik bermain dengan gawai di rumah mungkin tidak menyadari lingkungan sekitarnya atau panggilan orang tuanya. Perkembangan sosial dan emosional anak-anak, terutama dalam hubungan mereka dengan orang tua, dapat terganggu jika mereka menghabiskan terlalu banyak waktu dengan teknologi.

Dalam beberapa tahun terakhir penggunaan gawai pada anak usia dini sudah semakin meningkat, kini sudah menjadi asupan sehari – hari baik untuk alat Pendidikan maupun hiburan. Menurut seorang psikolog anak bernama Novita Tandry, terdapat jendela kesempatan untuk menggunakan gawai, yaitu ketika anak berusia sembilan tahun. Pada titik tersebut, pemahaman anak tentang dunia sudah matang dan hampir lengkap (Cahaya, 2017). Ironisnya seharusnya orang tua belum memperbolehkan anak untuk bermain gawai akan tetapi lebih memilih membiarkan anak untuk bermain gawai dengan alasan anak menjadi tenang dan serta tidak rewel. Banyak orang tua yang ingin anaknya mendapatkan manfaat Pendidikan dengan cara memberikan akses menggunakan gawai seperti melihat video edukasi atau pembelajaran. Akan tetapi orang tua melupakan memberikan batasan – batasan pada anak dalam mengakses gawai. Hal ini dapat memengaruhi kontrol emosi anak, keengganan mereka untuk berinteraksi dengan lingkungan sosial, serta kemampuan mereka dalam melihat dan memahami emosi orang lain. Beberapa penelitian lainnya menjelaskan bahwa penggunaan gawai dalam waktu yang terlalu lama dapat menyebabkan gangguan tidur, kecemasan, dan juga merusak kemampuan anak untuk berinteraksi secara sosial. Ketika dapat memanfaatkan penggunaan gawai yang tepat dapat menimbulkan dampak positif. Namun, diperlukan pemahaman yang mendalam tentang sejauh mana pengaruh gawai terhadap aspek emosional anak usia dini.

Menurut penelitian, anak-anak di bawah usia dua tahun merupakan kelompok yang paling mungkin menggunakan perangkat seluler, seperti iPad, tablet, dan gadget lainnya, dengan 72% anak di bawah usia 18 tahun di seluruh dunia menggunakannya. Angka ini meningkat dibandingkan dengan temuan penelitian sebelumnya yang hanya mencatat 38%. Berdasarkan data yang dirilis oleh Hootsuite, terdapat 177,9 juta pengguna gawai aktif di Indonesia dari total 265,4 juta pengguna. Anak usia 3–4 tahun telah mulai bermain game untuk tujuan edukasi dengan persentase 39%, sementara 43% dari mereka lebih memilih bermain game.

Salah satu aspek penting dalam pertumbuhan anak adalah perkembangan emosional. Menurut Elizabeth B. Hurlock (dikutip dalam Sukatin et al. 2020), kemampuan anak untuk merespons emosional sudah ada sejak kelahiran. Ketika kebutuhan mereka dipenuhi oleh lingkungan sekitarnya, bayi menunjukkan rasa aman dalam keluarga mereka. Masa kanak-kanak sering disebut sebagai "usia emas," dan stimulasi perkembangan emosi pada usia ini sangat penting untuk bekal di masa depan. Perilaku emosi anak dapat berhubungan dengan aktivitas dalam kehidupannya.

Orang tua, sebagai panutan utama, menghadapi tantangan dalam mensosialisasikan emosi, terutama dalam hal mengekspresikan emosi secara tepat dan membantu anak usia 3-4 tahun mengelola emosinya. Data observasi menunjukkan bahwa anak-anak usia 3-4 tahun sering mengalami ketidakseimbangan emosi. Sesuai dengan teori Erikson (dalam Darmayanti, et al., 2022), konsep diri anak dikenali oleh orang-orang yang ada dalam konteks sosial yang semakin beragam, dan anak-anak harus dapat mengubah siapa mereka untuk dapat menyesuaikan diri. Ini adalah tahap awal masa kanak-kanak yang dikenal sebagai Inisiatif vs. Rasa Bersalah.

Menurut Raising Children Network, anak-anak harus memiliki orang dewasa di sekitar mereka untuk dapat mengenali ekspresi emosional mereka karena mereka dapat tiba-tiba meledak dengan kemarahan (dalam Darmayanti, et al., 2022). Bimbingan orang dewasa dapat membantu anak-anak dalam mengidentifikasi emosi yang tepat berdasarkan norma sosial dari komunitas tempat mereka tinggal. Goleman menyatakan bahwa anak-anak memiliki kemampuan kecerdasan emosional jika mereka mampu membangun hubungan dengan orang lain, memotivasi diri sendiri dan orang lain, mengendalikan atau mengelola emosi mereka dengan efektif, serta mengenali perasaan mereka sendiri dan perasaan orang lain (dalam Darmayanti, et al., 2022).

Perilaku emosional anak adalah dasar bagi bagaimana lingkungan sosial menilai mereka. Penilaian ini digunakan sebagai dasar bagi evaluasi diri mereka. Sebagai contoh, jika anak tersebut sering menggunakan tangisan

untuk menunjukkan rasa kesalnya, lingkungan sosialnya akan melihatnya sebagai anak yang "cengeng."

Gawai sangat menarik bagi anak-anak karena berbagai jenis dan kegunaannya. Penggunaan perangkat elektronik oleh anak-anak kecil sudah menjadi hal yang umum, bahkan beberapa orang tua memberikan perangkat mereka sendiri kepada anak-anak mereka. Namun, hal ini sangat disayangkan karena banyak aspek perkembangan anak yang perlu distimulasi. Menurut Primayana (2021), penggunaan teknologi di usia dini memiliki dampak merugikan yang akan memperburuk perkembangan anak. Anak-anak yang terlalu terbiasa dengan teknologi akan lebih mudah mengenali hal-hal yang tidak pantas untuk mereka lihat, yang tentunya akan menghambat perkembangan mereka. Hiburan untuk anak-anak juga harus disaring sesuai dengan usia mereka; jika tidak, hal ini akan menyebabkan gangguan psikologis pada anak.

Durasi penggunaan gawai oleh seorang anak, seperti *smartphone*, *tablet*, atau perangkat lain dengan layar, merujuk pada waktu yang dihabiskan anak untuk menggunakan gawai. Anak-anak yang menggunakan perangkat dalam jangka waktu lebih lama memiliki kemungkinan 4,667 kali lebih besar untuk mengalami perkembangan sosial yang kurang ideal dibandingkan anak-anak yang menggunakannya dalam waktu yang lebih singkat, menurut sebuah penelitian yang diterbitkan di *Jurnal Kebidanan Malahayati*. Penelitian lain menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan emosional anak dan jumlah waktu yang mereka habiskan untuk menggunakan gawai. Anak-anak yang menggunakan teknologi dalam waktu yang moderat biasanya memiliki kecerdasan emosional yang cukup tinggi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di TK PGRI Sempolan, lebih dari setengah anak usia empat hingga enam tahun menggunakan perangkat elektronik lebih dari satu jam setiap harinya. Durasi penggunaan gadget yang panjang ini berkaitan dengan kemampuan mengingat anak setelah menggunakan gadget. Anak-anak yang kecanduan elektronik seringkali mudah marah, memukul, dan berteriak ketika kebutuhan mereka untuk bermain dengan perangkat tersebut tidak terpenuhi, menurut temuan

penelitian oleh Santiya (2020). Teknologi ini seperti pedang bermata dua; meskipun memiliki manfaat bagi anak-anak, ia juga dapat memiliki dampak negatif, seperti menurunnya penglihatan anak-anak dan menghalangi mereka berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Meningkatnya konsumsi penggunaan gawai pada anak bisa juga menimbulkan kurangnya mereka dalam menyerap ilmu pengetahuan. (Hidayati. N, et.al. 2023).

Meskipun ada kekurangan dalam penggunaan teknologi, terdapat pula keuntungan, seperti membantu anak-anak memperluas kosakata mereka atau berfungsi sebagai alat pembelajaran. Pendampingan orang tua adalah salah satu cara untuk memastikan anak-anak dapat menggunakan teknologi secara bertanggung jawab dan mencegah mereka menjadi korban yang dapat dimanipulasi oleh teknologi (Sukiman, Tosun, 2020).

Berdasarkan observasi dan informasi dari para guru, beberapa anak di KB Generasi Sukses Mandiri yang berusia tiga hingga empat tahun menunjukkan tingkat antusiasme yang rendah di sekolah, mudah marah, serta mengalami kesulitan dalam bergaul atau bersosialisasi dengan teman sebaya. Pada saat dikonfirmasi pada orangtua tentang perilaku anak ketika berada di sekolah, kemudian orang tua menjelaskan bahwa pada saat anak berada di rumah juga mudah marah dan jarang berinteraksi dengan teman sebaya di rumah. Orang tua juga menceritakan kegiatan anak selama berada di rumah, bahwa mereka sering menggunakan gawai dengan durasi yang cukup lama. Tanpa adanya pembatasan dari orangtua dengan alasan orang tua tidak bisa mendampingi anak bermain bersama ataupun anak sedang rewel lalu orangtua memberikan gawai sebagai alternatif. Sebagian besar anak menggunakan perangkat elektronik selama dua hingga tiga jam setiap kali penggunaan. Dan dilakukan Ketika siang maupun malam hari sebelum tidur. Bahkan banyak orangtua yang mengeluhkan anak bisa bermain gawai hingga larut malam, apabila diingatkan mereka mudah marah, ngeyel atau membantah orangtua. Merujuk pada Kemendikbud (2024) anak usia 3-4 tahun diperbolehkan menggunakan gawai dengan durasi waktu maksimal 1 jam dengan konten yang sudah di filter oleh orang tua, dan anak usia 5-6 tahun dengan durasi waktu maksimal 2 jam sehari (Trimuliana, 2024),

sedangkan menurut Listiana & Guswanti, (2020), idealnya anak usia 2-5 tahun dibatasi menggunakan gawai dengan alokasi 1 jam per hari. Sehingga berdasarkan uraian di atas anak dianjurkan menggunakan gawai dengan alokasi 1 jam dengan tujuan eksplorasi serta didampingi oleh orang tua.

Perkembangan anak usia dini merupakan fase yang sangat penting dan kompleks, di mana berbagai aspek perkembangan saling terkait dan memengaruhi satu sama lain. Penggunaan gawai yang semakin meningkat di kalangan anak-anak menimbulkan tantangan tersendiri dalam mengoptimalkan perkembangan mereka. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam tentang teori-teori perkembangan anak, peran penting orang tua dalam mendampingi anak, serta dampak positif dan negatif penggunaan gawai sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan anak secara holistik. Intervensi yang tepat, stimulasi yang sesuai, dan pengawasan yang bijaksana terhadap penggunaan teknologi dapat membantu anak-anak mencapai potensi mereka sepenuhnya dan mempersiapkan mereka untuk menghadapi masa depan yang penuh dengan peluang dan tantangan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah penggunaan gawai selama dua hingga tiga jam dapat berhubungan dengan perkembangan emosional anak. Penelitian ini diberi judul 'Hubungan Perkembangan Emosional dengan Penggunaan Gawai pada Anak Usia 3-7 Tahun.

B. Identifikasi Masalah

1. Penggunaan gawai pada anak usia 3-4 tahun hingga 2-3 jam dalam sekali penggunaan
2. Orang tua yang belum bisa memberikan batasan waktu penggunaan gawai pada anak

C. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan perkembangan emosional anak usia 3-4 tahun terhadap penggunaan gawai dan durasi yang harus diberikan orangtua pada anak

D. Tujuan Penelitian

Mengacu pada permasalahan yang telah disebutkan, tujuan penelitian ini adalah untuk memahami hubungan antara perkembangan emosional anak dan penggunaan gawai, serta memberikan edukasi kepada orang tua mengenai durasi penggunaan gawai yang tepat bagi anak.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan teori-teori perkembangan anak, khususnya yang berkaitan dengan perkembangan emosional anak usia dini. Diharapkan juga, temuan penelitian ini dapat memberikan wawasan lebih lanjut mengenai cara-cara teknologi, terutama penggunaan gawai, memengaruhi kondisi emosional anak-anak usia tiga hingga empat tahun.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi orang tua dan pengasuh: Temuan penelitian ini dapat membantu orang tua dan pengasuh dalam mengatur penggunaan gawai oleh anak-anak mereka. Dengan memahami dampak dari penggunaan gawai terhadap perkembangan emosional, orang tua dapat membuat keputusan yang lebih baik mengenai durasi, jenis konten, serta cara mengawasi penggunaan gawai oleh anak.
- b. Bagi pendidik dan Lembaga: terkait dengan penggunaan teknologi di kelas dan hubungan sosial anak-anak usia dini, penelitian ini dapat memberikan saran kepada pendidik dan lembaga pendidikan anak usia dini mengenai cara-cara untuk membuat kebijakan yang adil dan wajar.

- c. **Bagi Pengembangan Kebijakan Pengasuhan dan Pendidikan:** penelitian ini dapat membantu lembaga pendidikan atau pemerintahan dalam merancang kebijakan yang lebih tepat mengenai penggunaan teknologi pada anak-anak, seperti pedoman untuk sekolah atau fasilitas pendidikan anak usia dini dalam menggunakan perangkat digital secara bijak

BAB II LANDASAN TEORI

A. Penelitian Relevan

Tabel 2. 1 Penelitian Relevan

No	Nama / Tahun / Judul	Jenis	Hasil Penelitian
1.	Verren Amalia (2020) 'Hubungan Penggunaan Gadget (Gawai) dengan Tingkat Masalah Emosional Anak Usia Pra Sekolah (4-6 tahun) di Kecamatan Sentolo Kulon Progo'	Penelitian Kuantitatif	Delapan responden (57,1%) rata-rata menonton YouTube di perangkat mereka. Mayoritas responden (12 orang atau 85,7%) mengatakan bahwa penggunaan gawai merupakan masalah. Berdasarkan temuan analisis Spearman Rank, tidak terdapat hubungan antara tingkat kesulitan emosional dan penggunaan gawai pada anak usia prasekolah (4-6 tahun) di Kecamatan Sentolo, Kulon Progo ($0,069 > 0,05$).
2.	Fauziah, T. Z. N (2024) 'Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Gawai (Smartphone) dengan Keterampilan Sosial Emosional Anak Usia Dini'	Penelitian Kuantitatif	Berdasarkan temuan penelitian, masih terdapat kurangnya pengawasan orang tua terhadap penggunaan gawai anak di Kecamatan Baleendha, di mana jumlah penggunaan gawai cukup tinggi. Selain

No	Nama / Tahun / Judul	Jenis	Hasil Penelitian
			itu, ditemukan bahwa hanya 9,4% anak di Kecamatan Baleendha yang memiliki keterampilan sosial emosional yang rendah, sementara anak-anak usia 4-6 tahun menunjukkan perkembangan sosial emosional yang cukup tinggi.
3.	Afriansyah, E (2024) 'Hubungan Gadget Terhadap Perkembangan Sosial Emosional Anak Usia Dini di Kelurahan Sawah Lebar Baru Kta Bengkulu'	Penelitian Kuantitatif	Temuan penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara perkembangan sosial dan emosional anak usia dini dengan penggunaan gawai di Kecamatan Sawah Lebar Baru, Kelurahan Ratu Agung, Kota Bengkulu. Hasil dari kuesioner penggunaan gawai yang diberikan kepada orang tua anak usia 4-6 tahun berada dalam kategori sedang atau moderat, dan hal yang sama juga berlaku untuk kuesioner perkembangan sosial emosional. Selain itu, uji hipotesis menghasilkan

No	Nama / Tahun / Judul	Jenis	Hasil Penelitian
			nilai nol, yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara penggunaan gawai pada anak usia dini dengan perkembangan sosial dan emosional di Kecamatan Sawah Lebar Baru.

Berdasarkan studi yang relevan yang telah dibahas sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara penggunaan gawai oleh anak-anak dengan perkembangan emosional dan sosial mereka.

B. Kajian Teoritis

1. Perkembangan Anak Usia Dini

Tahap perkembangan anak adalah waktu yang memerlukan perhatian khusus, karena pada tahap ini, anak mengalami perubahan yang cepat dan nyata. Oleh karena itu, jika anak mengalami kesulitan selama perkembangannya, hal ini memberi kesempatan untuk segera mendapatkan bantuan sehingga mereka dapat mencapai hasil terbaik yang mungkin.

Menurut teori psikososial Erik Erikson, anak-anak berada dalam tahap Inisiatif vs. Rasa Bersalah antara usia tiga hingga empat tahun. Anak mulai menunjukkan inisiatif dalam mengeksplorasi lingkungan sekitarnya. Namun, mereka juga bisa merasa bersalah jika inisiatif tersebut tidak diterima atau dikritik secara berlebihan. Erikson menekankan pentingnya dukungan dari orang tua untuk membantu anak mengembangkan rasa percaya diri dan keberanian dalam bertindak.

Menurut teori perkembangan kognitif Jean Piaget, anak-anak antara usia tiga hingga empat tahun berada dalam tahap praoperasional. Anak-anak pada usia ini masih egosentris (melihat dunia dari perspektif mereka

sendiri), tetapi mereka mulai berpikir secara simbolik. Mereka mulai menggunakan imajinasi dalam bermain, meskipun belum sepenuhnya memahami logika atau perspektif orang lain.

Teori Perkembangan Emosi Bowlby (Attachment Theory), menjelaskan bahwa perkembangan emosional anak sangat dipengaruhi oleh ikatan emosional (attachment) dengan pengasuh utama, biasanya orang tua. Ikatan yang aman akan membantu anak mengembangkan kepercayaan diri dan kemampuan sosial. Anak-anak dengan ikatan emosional yang kuat biasanya lebih mampu untuk mengenali dan mengendalikan emosi mereka.

Di Indonesia, anak-anak digolongkan sebagai individu yang berusia 0–6 tahun. Anak-anak pada era ini lahir pada masa 'golden age,' ketika sejumlah fitur perkembangan, termasuk bahasa, keterampilan sosial-emosional, keyakinan moral dan agama, bakat fisik dan kognitif, serta seni, mulai terbentuk dan menjadi dasar untuk pertumbuhan mereka di masa depan. Gambaran umum perkembangan anak usia dini yang meliputi:

a. Perkembangan Fisik dan Motorik

- (i) Perkembangan Fisik: Pada usia dini, tubuh anak mengalami pertumbuhan yang cepat, termasuk peningkatan berat badan, tinggi badan, dan perkembangan sistem organ tubuh. Anak-anak mulai mengembangkan keterampilan motorik halus dan kasar, yang mencakup makan dengan sendok dan menggenggam barang-barang kecil. Keterampilan motorik kasar meliputi berjalan, berlari, dan melompat.
- (ii) Motorik Kasar: Anak usia dini mulai belajar berjalan, berlari, dan mengendalikan gerakan tubuh mereka dengan lebih baik. Keterampilan ini memungkinkan anak untuk mengeksplorasi lingkungan sekitar.
- (iii) Motorik Halus: Anak juga mengembangkan keterampilan motorik halus, seperti menggambar, menulis, memegang alat

makan, dan kegiatan lain yang memerlukan koordinasi tangan dan mata.

b. Perkembangan Kognitif

Pada usia dini, perkembangan kognitif mencakup kemampuan berpikir, memori, pemecahan masalah, dan keterampilan belajar. Anak-anak mulai mengembangkan pemahaman tentang dunia mereka melalui pengamatan dan interaksi dengan lingkungan. Keterampilan Berbahasa : Anak-anak mulai mengembangkan kemampuan berbicara dan memahami bahasa. Kebanyakan anak dapat menggunakan frasa sederhana pada usia tiga tahun, dan pada usia lima atau enam tahun, mereka mulai mempelajari pola kalimat yang lebih rumit. Keterampilan Kognitif Lainnya: Mereka mulai memahami konsep-konsep dasar seperti angka, warna, bentuk, dan waktu. Mereka juga mulai mengembangkan keterampilan berpikir logis dan memecahkan masalah secara sederhana.

c. Perkembangan Sosial dan Emosional

(i) Hubungan Sosial: Anak-anak usia dini mulai belajar bagaimana berkomunikasi dengan teman, orang tua, dan pengasuh lainnya. Mereka mulai mengembangkan keterampilan berbagi, bekerja sama, dan belajar berempati.

(ii) Emosi: Anak-anak usia dini sering kali belum mampu mengatur emosi mereka dengan baik. Mereka bisa menunjukkan emosi yang kuat seperti marah, sedih, atau senang. Sebagai bagian dari perkembangan sosial dan emosional, anak-anak belajar mengelola emosi mereka dengan bantuan orang tua atau pengasuh.

(iii) Membangun Konsep Diri: Pada usia dini, anak mulai membentuk konsep diri mereka, seperti mengenali diri mereka sebagai individu yang terpisah dari orang lain dan memahami peran mereka dalam keluarga atau kelompok sosial.

d. Perkembangan Moral dan Agama

Sejak usia dini, anak-anak mulai memahami perbedaan antara yang benar dan yang salah. Mereka belajar nilai-nilai dasar yang diajarkan oleh orang tua, pengasuh, atau lingkungan mereka, seperti kejujuran, keadilan, dan rasa tanggung jawab. Pemahaman Agama: Anak-anak usia dini juga mulai mengenal ajaran agama, meskipun pada tahap ini pemahaman mereka masih sangat sederhana. Misalnya, mereka mungkin mulai belajar doa, ritual, atau nilai-nilai agama dasar yang sesuai dengan usia mereka.

- e. Perkembangan Kreativitas dan Seni
 - (i) Ekspresi Kreatif: Anak-anak usia dini mulai menunjukkan ketertarikan dalam kegiatan seni seperti menggambar, bernyanyi, menari, atau bermain peran. Kegiatan ini membantu mereka mengekspresikan diri dan mengembangkan imajinasi.
 - (ii) Perkembangan Kreativitas: Melalui kegiatan bermain yang kreatif, anak-anak belajar bagaimana menyelesaikan masalah secara imajinatif, menciptakan sesuatu yang baru, dan mengembangkan keterampilan berpikir kreatif.

2. Perkembangan Emosi Anak Usia 3-4 Tahun

Pola perubahan yang dialami seseorang dari konsepsi hingga tahap kehidupan tertentu disebut sebagai perkembangan. Perkembangan umumnya melibatkan pertumbuhan atau kemajuan, namun pada beberapa fase, dapat juga melibatkan proses penuaan. Proses ini dipengaruhi oleh kematangan dan pengalaman belajar masing-masing individu. Perkembangan sangat terkait dengan kematangan diri, yang mencakup cara individu berpikir atau merespons lingkungan sekitar. Perubahan fisik seperti peningkatan berat badan dan pertumbuhan tinggi badan juga termasuk dalam perkembangan ini. Perkembangan pada anak usia dini terjadi secara bertahap dan teratur, membentuk kesatuan dalam proses tersebut. Tidak jarang bagi individu yang sedang berkembang untuk tidak menyadari perubahan yang sedang terjadi pada diri mereka, meskipun perubahan tersebut dapat dikenali melalui ciri-ciri tertentu. Hal ini

merupakan hal yang wajar. Prof. DR. F.J. Monk menyatakan bahwa perkembangan adalah proses yang terus-menerus dan berkelanjutan yang menghasilkan terbentuknya suatu organisasi dengan tingkat integrasi yang lebih baik melalui proses pembelajaran, pertumbuhan, dan kedewasaan. Dalam bagian terpisah, beliau mengatakan bahwa 'Pertumbuhan mengacu pada ukuran tubuh dan fungsi fisik murni, sementara perkembangan lebih mencerminkan karakteristik khas yang terkait dengan gejala psikologis yang terlihat.

Ciri-ciri perkembangan antara lain:

1. Perubahan fisik dan psikologis, termasuk pematangan dalam berpikir, ingatan, dan keterampilan kreasi, serta perubahan berat badan dan organ tubuh.
2. Proporsi tubuh anak yang berubah berdasarkan tahap perkembangan mereka, serta perubahan psikologis seperti peralihan dari mimpi ke kenyataan dalam imajinasi mereka.
3. Seiring dengan tanda-tanda lainnya seperti perilaku impulsif, hilangnya gerakan-gerakan khas anak, dan perubahan dalam perilaku psikologis, kelenjar timus yang ada selama masa kanak-kanak akan menyusut seiring bertambahnya usia.
4. Gejala baru, seperti tumbuhnya gigi dan perubahan karakter seksual selama masa remaja, serta pertumbuhan psikologis, seperti meningkatnya minat terhadap informasi, etika, dan hubungan dengan lawan jenis.

Karena mengikuti perkembangan teknologi merupakan salah satu kapasitas adaptif manusia modern, anak-anak harus belajar bagaimana cara mengoperasikan gawai yang diberikan kepada mereka. Sebaliknya, anak yang tidak dapat mengikuti perkembangan ini dapat dianggap tidak mengembangkan kemampuan adaptifnya secara optimal. Di sisi lain, gawai memberikan kesempatan bagi anak untuk dengan bebas mencari informasi, terutama dengan tuntutan sekolah yang mengharuskan mereka menyelesaikan tugas melalui internet. Namun, perkembangan kognitif, sosial, dan kepribadian anak secara umum sebenarnya sangat diuntungkan

dari keterlibatan fisik dengan teman sebaya dan orang-orang terdekat mereka, yang dimulai sejak masa bayi. Lewat kegiatan bermain, anak belajar memahami hubungan dirinya dengan lingkungan sosial, bergaul, dan memahami aturan pergaulan. Sayangnya, banyak anak-anak zaman sekarang lebih memilih bermain dengan elektronik daripada dengan teman-temannya, yang bisa menyebabkan egosentrisitas, pandangan individualistis, dan kurangnya kesadaran lingkungan. Berbagai kemampuan canggih, seperti kamera, film, permainan, dan lainnya, terintegrasi dalam gawai. Fitur-fitur ini dapat menghambat kemampuan siswa untuk belajar di dalam kelas. Sebagai contoh, seorang anak yang bermain dengan perangkat di rumah mungkin tidak menyadari lingkungan sekitarnya atau panggilan orang tuanya. Perkembangan sosial dan emosional anak-anak, terutama dalam hubungan mereka dengan orang tua, bisa terganggu jika mereka menghabiskan terlalu banyak waktu dengan teknologi.

Salah satu tahap pertumbuhan anak adalah perkembangan emosional. Menurut Elizabeth B. Hurlock (dikutip dalam Sukatin et al. 2020), kemampuan anak untuk merespons emosional sudah ada sejak kelahiran. Ketika kebutuhan mereka dipenuhi oleh lingkungan sekitarnya, bayi menunjukkan rasa aman dalam keluarga mereka. Ini adalah tahap masa kanak-kanak atau tahap perkembangan yang sering disebut sebagai 'usia emas.' Setiap manusia pasti memiliki masa perkembangan itu dimulai sejak usia dini hingga dewasa. Pada usia 3 hingga 4 tahun, anak mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan yang krusial, yang menjadi dasar penting untuk mendukung perkembangan mereka secara optimal.

Oleh karena itu, inisiatif yang mendorong perkembangan emosional anak usia dini (3–4 tahun) sangat penting. Mengingat anak-anak pada usia tersebut masih sangat bergantung pada lingkungan belajar di rumah, orang tua, sebagai pihak yang paling dekat, memegang peranan penting dalam membantu mereka mengembangkan keterampilan regulasi emosional. Pada saat masa golden age inilah saat yang tepat untuk bisa menstimulasi perkembangan emosi anak, untuk bekal kelak ia dewasa. Sebab perilaku

emosi ini dapat berhubungan dengan aktivitas dalam kehidupannya. Orang tua, sebagai panutan, menghadapi beberapa kendala dalam mensosialisasikan emosi, khususnya dalam hal mengekspresikan emosi secara tepat dan membantu anak usia 3-4 tahun mengelola emosinya. Berdasarkan data hasil observasi yang menunjukkan sering mengalami ketidak seimbangan emosi ialah anak – anak usia 3-4 tahun. Sesuai dengan teori Erickson (dalam Darmayanti, et al., 2022), konsep diri anak dikenali oleh orang-orang yang ada dalam konteks sosial yang semakin beragam, dan anak-anak harus dapat mengubah siapa mereka untuk dapat menyesuaikan diri. Ini adalah tahap awal masa kanak-kanak yang dikenal sebagai Inisiatif vs. Rasa Bersalah. Ketika berinteraksi dengan anak-anak, perilaku lingkungan sosial tempat anak berada lah yang membuat perasaan menjadi begitu intens. Menurut Raising Children Network, anak-anak harus memiliki orang dewasa di sekitar mereka untuk dapat mengenali ekspresi emosional mereka karena mereka dapat tiba-tiba meledak dengan kemarahan (dalam Darmayanti, et al., 2022).

Bimbingan orang dewasa dapat membantu anak-anak dalam mengidentifikasi emosi yang tepat berdasarkan norma sosial dari komunitas tempat mereka tinggal. Goleman menyatakan bahwa anak-anak memiliki kemampuan kecerdasan emosional jika mereka mampu membangun hubungan dengan orang lain, memotivasi diri sendiri dan orang lain, mengendalikan atau mengelola emosi mereka dengan efektif, serta mengenali perasaan mereka sendiri dan perasaan orang lain (dalam Darmayanti, et al., 2022). Perilaku emosional anak adalah dasar bagi bagaimana lingkungan sosial menilai mereka. Penilaian ini digunakan sebagai dasar bagi evaluasi diri mereka. Sebagai contoh, jika anak tersebut sering menggunakan tangisan untuk menunjukkan rasa kesalnya, lingkungan sosialnya akan melihatnya sebagai anak yang 'cengeng.'

3. Jenis – Jenis Emosi Pada Anak

Perkembangan emosional anak terjadi dengan cepat antara usia tiga hingga empat tahun. Ada dua kategori utama emosi yang muncul pada usia

ini: emosi dasar dan emosi yang lebih kompleks. Penjelasanannya adalah sebagai berikut:

1. Emosi Dasar (Basic Emotions)

Emosi dasar adalah emosi yang bersifat universal dan biasanya muncul sejak lahir atau tahun pertama kehidupan. Beberapa emosi dasar yang sering ditemukan pada anak usia dini adalah:

a. Kebahagiaan (Joy)

- i. Ditandai dengan ekspresi wajah tersenyum, tawa, atau gerakan tubuh yang ceria.
- ii. Contoh: Anak merasa senang ketika bermain dengan teman atau menerima hadiah.

b. Kesedihan (Sadness)

- i. Ditandai dengan wajah murung, menangis, atau diam tanpa aktivitas.
- ii. Contoh: Anak merasa sedih ketika mainannya rusak atau kehilangan sesuatu yang disukainya.

c. Marah (Anger)

- i. Ditunjukkan melalui ekspresi wajah tegang, suara keras (berteriak), atau perilaku seperti memukul atau melempar barang.
- ii. Contoh: Anak marah ketika keinginannya tidak dituruti oleh orang tua.

d. Ketakutan (Fear)

- i. Ditandai dengan ekspresi wajah cemas, tubuh gemetar, atau mencoba bersembunyi.
- ii. Contoh: Anak merasa takut pada suara petir atau bertemu dengan orang yang tidak dikenalnya.

e. Kejijikan (Disgust)

- i. Ditandai dengan ekspresi wajah menolak, seperti meringis atau menjauhkan tubuh.
- ii. Contoh: Anak merasa jijik ketika mencium bau makanan yang tidak disukainya.

f. Keterkejutan (*Surprise*)

- i. Ditunjukkan melalui ekspresi mata yang membesar, mulut terbuka, atau reaksi tubuh mendadak.
- ii. Contoh: Anak terkejut ketika balon tiba-tiba meletus.

2. Emosi Kompleks (*Complex Emotions*)

Emosi kompleks biasanya berkembang setelah anak mulai memahami perasaan orang lain dan norma sosial. Emosi ini sering muncul pada anak usia 3-4 tahun karena mereka mulai memiliki kesadaran diri. Contohnya:

a. Rasa Malu (*Shyness*)

- i. Ditandai dengan anak menghindari tatapan orang lain, menundukkan kepala, atau bersembunyi di balik orang tua.
- ii. Contoh: Anak merasa malu ketika harus tampil di depan banyak orang.

b. Rasa Bangga (*Pride*)

- i. Ditunjukkan melalui senyum lebar, sikap tubuh tegak, atau menyampaikan keberhasilan kepada orang lain.
- ii. Contoh: Anak merasa bangga setelah menyelesaikan permainan puzzle.

c. Rasa Bersalah (*Guilt*)

- i. Ditandai dengan ekspresi wajah menyesal, diam, atau meminta maaf.
- ii. Contoh: Anak merasa bersalah setelah merusak barang milik temannya.

d. Rasa Iri (*Envy*)

- i. Ditunjukkan melalui wajah tidak senang, komentar negatif, atau keinginan memiliki sesuatu yang dimiliki orang lain.
- ii. Contoh: Anak merasa iri ketika melihat temannya memiliki mainan baru.

e. Empati (*Empathy*)

- i. Ditandai dengan kemampuan memahami perasaan orang lain dan memberikan respons yang sesuai.

- ii. Contoh: Anak mencoba menenangkan temannya yang sedang menangis.

Pentingnya Mengenali Emosi pada Anak

1) Pemahaman tentang Emosi

Anak-anak perlu diajarkan untuk mengenali, menamai, dan mengekspresikan emosinya dengan cara yang tepat.

2) Pengendalian Emosi

Kemampuan anak untuk mengelola emosi sangat penting untuk membangun hubungan sosial yang sehat dan menghadapi tantangan sehari-hari.

3) Dukungan Orang Tua dan Lingkungan

Dengan memberikan contoh yang positif dan menciptakan suasana yang mendukung, orang tua dan orang dewasa lainnya memainkan peran penting dalam membantu anak-anak mengenali, mengekspresikan, dan mengelola emosi mereka.

4. Durasi Penggunaan Gawai pada Anak Usia Dini

Media yang digunakan sebagai alat komunikasi modern disebut gawai. Komunikasi manusia difasilitasi oleh gawai. Pengenalan gawai telah menyebabkan peningkatan kecanggihan dalam aktivitas komunikasi. Laptop dan ponsel pintar seperti iPhone, Android, dan Blackberry termasuk dalam kategori ini. Menurut definisi lain, gawai adalah objek teknologi kecil dengan fungsi tertentu, seperti alat atau perangkat elektronik, yang sering kali dikaitkan dengan inovasi atau produk baru. Tugas sehari-hari menjadi lebih mudah berkat perkembangan cepat teknologi informasi dan komunikasi, khususnya dalam bentuk gawai. Namun, meskipun memiliki banyak manfaat, penggunaan gawai dapat memberikan dampak positif bagi penggunanya, tetapi juga bisa menimbulkan efek negatif jika disalahgunakan. Ada beberapa kegunaan gawai dalam kehidupan sehari – hari :

1. Komunikasi

Perangkat semakin canggih dalam hal fitur dan kemampuannya untuk

memfasilitasi komunikasi dan berbagi informasi seiring dengan berkembangnya teknologi informasi dan komunikasi. Banyak aplikasi ponsel pintar, termasuk WhatsApp, Skype, dan platform jejaring sosial lainnya, menunjukkan kemajuan ini. Berkat kemajuan dalam teknologi komunikasi, pengguna kini dapat terhubung langsung dengan orang-orang di daerah terpencil melalui panggilan video, selain mengirim pesan, foto, dan percakapan telepon.

2. Sumber belajar

Kemajuan teknologi pada gawai tidak hanya memudahkan komunikasi, tetapi juga memberikan kemudahan dalam mengakses informasi melalui fitur internet yang tersedia. Banyak orang yang mendapatkan manfaat dari hal ini, terutama pelajar yang dapat menggunakan gawai untuk mengakses materi pendidikan yang mendukung proses pembelajaran. Karena praktis, menawarkan banyak informasi, dan dapat diakses kapan saja dan di mana saja, gawai semakin sering digunakan untuk memperoleh sumber daya pendidikan. Pada gawai, aplikasi browser seperti Chrome, Mozilla Firefox, Opera Mini, dan lainnya sering digunakan untuk membuka mesin pencari seperti Google dan mencari berbagai jenis informasi.

3. Hiburan

Ketika merasa bosan dari pekerjaan atau tanggung jawab lainnya, Anda dapat menggunakan berbagai fungsi yang dimiliki gawai untuk menghibur diri. Gawai dengan kemampuan multimedia memungkinkan pengguna untuk menonton video atau mendengarkan musik. Selain itu, banyak aplikasi yang tersedia untuk diunduh secara gratis, termasuk game terkenal seperti PlayerUnknown's Battlegrounds dan Mobile Legends, serta situs berbagi video seperti YouTube, MeTube, dan Vidio. Selain itu, aplikasi jejaring sosial seperti Facebook, Instagram, dan Twitter memungkinkan pengguna untuk membuat teman baru dan terhubung dengan orang lain. Tergantung pada minat mereka, pengguna gawai dapat menginstal dan menjalankan berbagai aplikasi, termasuk yang tidak memerlukan internet.

Gawai diketahui sangat menarik untuk anak-anak selain memiliki banyak jenis dan kegunaan. Fakta bahwa banyak anak-anak kecil yang menggunakan perangkat elektronik saat ini tidak lagi aneh, dan beberapa orang tua bahkan memberikan perangkat mereka sendiri kepada anak-anak mereka. Tentu hal ini sangat disayangkan, karena banyak perkembangan anak yang perlu di stimulasi. Menurut Primayana (2021), penggunaan teknologi di usia dini memiliki dampak merugikan yang akan memperburuk perkembangan anak. Anak-anak yang terlalu terbiasa dengan teknologi akan lebih mudah mengenali hal-hal yang tidak pantas untuk mereka lihat, yang tentunya akan menghambat perkembangan mereka. Hiburan untuk anak-anak juga harus disaring sesuai dengan usia mereka; jika tidak, hal ini akan menyebabkan gangguan psikologis pada anak. Durasi penggunaan gawai oleh seorang anak, seperti smartphone, tablet, atau perangkat lain dengan layar, merujuk pada waktu yang dihabiskan anak untuk menggunakan gawai.

Anak-anak yang menggunakan perangkat dalam jangka waktu lebih lama memiliki kemungkinan 4,667 kali lebih besar untuk mengalami perkembangan sosial yang kurang ideal dibandingkan anak-anak yang menggunakannya dalam waktu yang lebih singkat, menurut sebuah penelitian yang diterbitkan di Jurnal Kebidanan Malahayati. Penelitian lain menunjukkan adanya hubungan antara kecerdasan emosional anak dan jumlah waktu yang mereka habiskan untuk menggunakan gawai. Anak-anak yang menggunakan teknologi dalam waktu yang moderat biasanya memiliki kecerdasan emosional yang cukup tinggi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di TK PGRI Sempolan, lebih dari setengah anak usia empat hingga enam tahun menggunakan perangkat elektronik lebih dari satu jam setiap harinya. Durasi penggunaan gadget yang panjang ini berkaitan dengan kemampuan mengingat anak setelah menggunakan gadget.

Pada anak usia 3-4 tahun, durasi penggunaan gawai dapat diukur dalam satuan waktu tertentu, seperti menit atau jam per hari, dan mencakup beberapa komponen utama yang dijelaskan di bawah ini.

- a. Frekuensi penggunaan mengacu pada seberapa sering anak menggunakan gawai dalam sehari atau seminggu. Contohnya, seorang anak mungkin menggunakan gawai di pagi hari untuk menonton video, di siang hari untuk bermain game, dan di malam hari untuk mendengarkan lagu sebelum tidur. Pola frekuensi ini dapat bervariasi tergantung pada kebiasaan keluarga dan situasi tertentu.
- b. Lama waktu penggunaan per sesi mengacu pada durasi anak menggunakan gawai dalam satu kali aktivitas. Misalnya, seorang anak mungkin menggunakan gawai selama 30 menit untuk menonton film animasi atau 15 menit untuk bermain game edukasi. Total waktu ini dapat diakumulasi untuk mengetahui jumlah durasi harian.
- c. Konteks Penggunaan gawai pada anak usia dini sering kali dipengaruhi oleh konteks atau situasi tertentu, seperti:
 - a) Sebagai hiburan: Anak menggunakan gawai untuk menonton kartun, bermain gim, atau mendengarkan lagu.
 - b) Sebagai pengalihan perhatian: Orang tua memberikan gawai kepada anak untuk mengalihkan perhatian, misalnya saat orang tua sedang sibuk.
 - c) Sebagai alat belajar: Anak menggunakan gawai untuk mengakses aplikasi edukasi atau video pembelajaran yang sesuai dengan usianya.

Durasi penggunaan gawai dapat dibedakan menjadi dua jenis:

- a) Durasi Pendek: Penggunaan gawai dengan waktu singkat, seperti 15-30 menit per sesi, sering dianggap wajar, terutama jika digunakan untuk kegiatan yang bermanfaat seperti menonton video edukatif.
- b) Durasi Panjang: Penggunaan gawai lebih dari 1-2 jam per hari pada anak usia dini dapat berisiko menimbulkan dampak negatif, seperti gangguan perkembangan fisik, emosional, dan sosial.

Sehingga, kedekatan anak-anak dengan dan penggunaan perangkat sejak usia dini bukanlah hal yang aneh. Anak-anak yang kecanduan

elektronik seringkali mudah marah, memukul, dan berteriak ketika kebutuhan mereka untuk bermain dengan perangkat tersebut tidak terpenuhi, menurut temuan penelitian oleh Santiya (2020).

Teknologi ini seperti pedang bermata dua; meskipun memiliki manfaat bagi anak-anak, ia juga dapat memiliki dampak negatif, seperti menurunnya penglihatan anak-anak dan menghalangi mereka berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Meskipun ada kekurangan dalam penggunaan teknologi, terdapat pula keuntungan, seperti membantu anak-anak memperluas kosakata mereka atau berfungsi sebagai alat pembelajaran. Pendampingan orang tua adalah salah satu cara untuk memastikan anak-anak dapat menggunakan teknologi secara bertanggung jawab dan mencegah mereka menjadi korban yang dapat dimanipulasi oleh teknologi (Sukiman, Tosun, 2020). Meningkatnya konsumsi penggunaan gawai pada anak bisa juga menimbulkan kurangnya mereka dalam menyerap ilmu pengetahuan. (Hidayati. N, et.al. 2023).

C. Kerangka Pikir

1. Identifikasi Masalah

Anak-anak usia tiga hingga empat tahun berada pada tahap krusial dalam perkembangan emosional mereka. Penggunaan teknologi yang berlebihan diyakini dapat mengganggu kemampuan anak-anak untuk mengatur emosi mereka, berinteraksi dengan orang lain, dan merespons lingkungan mereka dengan cara yang sehat.

2. Landasan Teori

- a. Teori Perkembangan Psikososial Erik Erikson: Anak-anak berada dalam tahap inisiatif vs. rasa bersalah antara usia tiga hingga empat tahun. Melalui sosialisasi dan penemuan, anak-anak memperoleh inisiatif dan kontrol diri. Anak-anak yang menggunakan teknologi secara berlebihan mungkin memiliki lebih sedikit kesempatan untuk berinteraksi langsung dengan teman sebaya atau orang tua.

- b. Teori Belajar Sosial Bandura: Anak belajar emosi dan perilaku melalui pengamatan terhadap lingkungan sosialnya. Durasi penggunaan gawai yang terlalu panjang dapat membatasi interaksi ini.
 - c. Penelitian tentang Distraksi dan Konsentrasi: Gawai dapat menjadi alat distraksi yang mengurangi waktu anak untuk melakukan aktivitas yang mendukung perkembangan emosional, seperti bermain kreatif dan interaksi dengan orang lain.
 - d. Menurut Albert Bandura, anak mempelajari emosi dan perilaku dengan mengamati lingkungan sosial di sekitarnya. Penggunaan gawai dalam durasi yang berlebihan dapat mengurangi kesempatan anak untuk berinteraksi, sehingga membatasi kemampuan mereka untuk meniru dan memahami perilaku sosial yang tepat.
 - e. Teori Piaget, pada usia 3-4 tahun, anak berada dalam tahap *praoperasional*, yang berarti mereka mengembangkan kemampuan berpikir simbolis dan berperan dalam permainan. Penggunaan gawai yang berlebihan dapat mengurangi waktu untuk bermain kreatif atau berimajinasi, yang berperan penting dalam perkembangan kognitif dan emosional mereka.
3. Hubungan Antar variabel
 - a. Variabel Bebas (X): Durasi penggunaan gawai.
 - b. Variabel Terikat (Y): Perkembangan emosional anak.
 - c. Variabel Moderator/Pengendali: Pola asuh orang tua, jenis konten yang dikonsumsi, dan frekuensi interaksi langsung anak dengan keluarga atau teman.
 4. Visualisasi Kerangka Pikir
Diagram hubungan antara durasi penggunaan gawai dan perkembangan emosional:



Gambar 2. 1 Kerangka Pikir

5. Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui seberapa banyak waktu yang dihabiskan oleh anak-anak usia tiga hingga empat tahun dalam menggunakan gawai dan sejauh mana mereka dapat mengatur emosi mereka.
- b. Untuk menentukan faktor-faktor yang dapat mengurangi dampak negatif penggunaan teknologi terhadap perkembangan emosional anak-anak.

D. Hipotesis Penelitian

1. Semakin lama durasi penggunaan gawai, semakin rendah kemampuan anak dalam mengelola emosi, seperti mengendalikan amarah, memahami perasaan orang lain, atau menunjukkan empati.
2. Penggunaan gawai yang moderat dan terarah, dengan pengawasan orang tua, tidak memiliki dampak negatif signifikan pada perkembangan emosional anak.