

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Telaah Pustaka**

##### **1. Perkembangan Mental Emosional Anak Prasekolah**

###### **a. Pengertian Perkembangan Mental Emosional Anak Prasekolah**

Perkembangan adalah proses maturasi/ pematangan organ tubuh termasuk berkembangnya mental/intelegensi serta perilaku anak. Perkembangan merupakan proses dari interaksi kematangan susunan saraf pusat dengan organ yang dipengaruhinya, seperti perkembangan sistem neuromuskuler, kemampuan bicara, emosi, dan sosialisasi. Seluruh fungsi tersebut berperan penting dalam kehidupan manusia yang utuh.<sup>31</sup>

Emosi merupakan setiap keadaan atau perasaan afektif pada tingkat dangkal maupun pada tingkat dalam yang terjadi pada diri seseorang.<sup>32</sup> Perkembangan mental emosional adalah suatu kondisi yang mengidentifikasi individu yang mengalami psikis, emosi, dan sikap yang secara keseluruhan akan menentukan gaya tingkah laku.<sup>33</sup>

Anak prasekolah adalah anak yang berusia antara 3-6 tahun. Pada masa ini, anak-anak senang berimajinasi dan percaya bahwa mereka memiliki kekuatan.<sup>34</sup> Pertumbuhan dan perkembangan pada masa prasekolah merupakan tahap dasar yang sangat berpengaruh dan menjadi landasan untuk perkembangan selanjutnya.<sup>35</sup> Masa ini

berlangsung pendek sehingga disebut sebagai *critical period* (masa kritis) atau *golden age* (usia emas). Gangguan tumbuh kembang sekecil apapun yang terjadi pada anak usia prasekolah akan mengurangi kualitas sumber daya manusia di masa yang akan datang apabila tidak dideteksi dan diintervensi sedini mungkin.<sup>36</sup>

#### b. Jenis-Jenis Emosi

Emosi diklasifikasikan menjadi dua kelompok: emosi primer dan emosi sekunder.<sup>37</sup>

##### 1) Emosi primer

Emosi primer adalah emosi utama yang dapat menimbulkan emosi sekunder. Emosi primer muncul ketika manusia dilahirkan. Emosi primer antara lain:

##### a) Gembira

Anak mengungkapkan kegembiraannya dengan tersenyum dan tertawa, bertepuk tangan, melompat-lompat, memeluk benda atau orang yang membuatnya bahagia. Emosi gembira muncul ketika anak merasakan suasana hati yang menyenangkan. Rasa gembira muncul setelah anak mendapatkan keberhasilan dari usaha yang diharapkan. Misalnya, ketika anak diberi hadiah oleh orang tua setelah anak mendapatkan juara kelas atau menang dalam mengikuti perlombaan.<sup>37</sup>

b) Sedih

Perasaan sedih muncul ketika keinginan anak tidak terpenuhi atau bisa juga disebabkan karena hilangnya sesuatu yang dicintai atau yang dianggap penting bagi dirinya. Contoh perasaan sedih yaitu saat kehilangan orang, binatang, ataupun benda mati seperti mainan. Anak mengungkapkan kesedihannya dengan menangis dan malas melakukan sesuatu seperti makan.<sup>37</sup>

c) Marah

Rasa marah adalah ekspresi yang sering diungkapkan pada masa kanak-kanak dibandingkan dengan rasa takut. Perasaan ini muncul ketika anak merasakan sesuatu yang tidak nyaman dengan lingkungan sekitarnya. Kemarahan pun akan dikeluarkan oleh anak ketika telah melakukan aktivitas, namun anak menemukan halangan-halangan yang menjengkelkan dalam menyelesaikan pekerjaan atau masalah tersebut. Anak mengungkapkan rasa marah dengan ledakan amarah yang ditandai dengan menangis berteriak, menggertak, dan menendang.<sup>37</sup>

d) Takut

Rasa takut telah dirasakan anak sejak bayi. Bayi akan merasa takut ketika mendengar suara gaduh atau ribut dan suara keras. Saat beranjak ke masa anak-anak, perasaan

takut muncul ketika seseorang menghadapi sesuatu yang mengancam keselamatan dirinya. Ancaman tersebut dihindari agar selamat dari bahaya yang mengancamnya. Rasa takut muncul apabila di sekelilingnya gelap. Dengan perasaan rasa takut tersebut, anak akan berangan-angan adanya hantu, makhluk-makhluk yang menyeramkan, dan merasakan ada seseorang yang mengikutinya. Rasa takut juga dapat dalam bentuk fobia. Fobia merupakan ketakutan yang sangat berlebihan terhadap benda atau keadaan tertentu yang dapat menghambat kehidupan penderitanya. Misalnya: takut terhadap ketinggian atau takut terhadap binatang yang tidak disukainya.<sup>37</sup>

2) Emosi sekunder adalah emosi yang timbul sebagai gabungan dari emosi-emosi primer dan bersifat lebih kompleks. Emosi sekunder antara lain:

a) Rasa malu

Perasaan malu muncul ketika seseorang merasa melakukan sesuatu yang tidak pantas.<sup>37</sup>

b) Iri hati

Iri hati yang dialami anak-anak sering muncul dari rasa tidak puas terhadap apa yang dimilikinya dengan mengungkapkan keinginan untuk memiliki barang seperti yang dimiliki orang lain. Anak yang iri hati akan merasa

sakit hati terhadap kemampuan atau barang yang dimiliki orang lain.<sup>37</sup>

c) Cemburu

Rasa cemburu timbul dari kemarahan yang menunjukkan sikap jengkel dan ditunjukkan kepada orang lain. Rasa cemburu sering kali terjadi karena rasa takut yang dipadukan dengan rasa marah. Rasa cemburu yang muncul pada anak-anak seringkali terjadi dari kondisi lingkungan rumah dan sekolah.<sup>37</sup>

d) Cemas

Rasa cemas merupakan keadaan mental yang tidak berkenaan dengan kondisi yang mengancam atau yang dibayangkan. Rasa cemas ditandai dengan rasa kekhawatiran, perasaan yang tidak dapat dihindari oleh seseorang dan perasaan tidak berdaya karena merasa tidak mampu dalam menemukan pemecahan masalah yang dihadapi.<sup>37</sup>

e) Khawatir

Perasaan khawatir biasanya dijelaskan sebagai khayalan ketakutan atau gelisah tanpa alasan. Rasa khawatir ini ditimbulkan oleh pikiran anak itu sendiri. Rasa khawatir timbul karena membayangkan situasi yang berbahaya.<sup>37</sup>

f) Cinta atau kasih sayang

Anak-anak mulai belajar mencintai seseorang, binatang, maupun benda yang menyenangkan. Anak-anak mengungkapkan rasa kasih sayang secara fisik dengan memeluk, menepuk, dan mencium objek kasih sayangnya.<sup>37</sup>

c. Fase-fase Perkembangan Emosi Anak

Perkembangan emosi pada anak melalui beberapa fase, yaitu:

1) Usia 1,5 tahun sampai 3 tahun

Pada fase ini, anak mulai mencari aturan dan batasan yang berlaku di lingkungannya. Anak mulai melihat akibat dari perbuatan dan perilakunya yang akan banyak memengaruhi perasaan dalam menyikapi posisinya di lingkungan. Pada fase ini, anak belajar membedakan cara yang benar dan yang salah dalam mewujudkan keinginannya.

Pada usia dua tahun, anak belum mampu menggunakan banyak kata untuk mengekspresikan emosinya. Namun, anak akan memahami keterkaitan antara ekspresi wajah dengan emosi dan perasaan. Pada fase ini, orang tua dapat membantu anak mengekspresikan emosi melalui bahasa verbal dengan cara menerjemahkan mimik dan ekspresi wajah dengan bahasa verbal.

Pada usia antara 2 sampai 3 tahun, anak mulai mampu mengekspresikan emosinya dengan bahasa verbal. Anak mulai beradaptasi dengan kegagalan, mengendalikan perilaku, dan

menguasai diri. Pada usia 3 tahun, anak sudah mulai mampu menguasai kegiatan-kegiatan yang melemaskan dan meregangkan otot-otot pada tubuh mereka, sehingga anak-anak sudah mampu menguasai anggota tubuh mereka. Meskipun anak pada usia ini belum mampu menggunakan kata-kata sebagai bentuk ekspresi emosinya, namun mereka akan menggunakan ekspresi wajah untuk memperlihatkan emosi dan perasaan di dalam diri mereka. Orang tua hanya perlu menerjemahkan mimik wajah dengan menggunakan bahasa verbal.<sup>38</sup>

## 2) Usia antara 3 sampai 5 tahun

Pada fase ini, anak mulai mempelajari kemampuan untuk mengambil inisiatif sendiri. Anak mulai belajar dan menjalin hubungan pertemanan yang baik dengan anak lain, bergurau, melucu, dan mulai mampu merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain.

Pada fase ini, anak mampu memahami bahwa satu peristiwa bisa menimbulkan reaksi emosional yang berbeda pada beberapa orang untuk pertama kali. Misalnya: suatu pertandingan bisa membuat pemenang bisa merasa senang, sementara yang kalah akan merasa sedih.

Usia ini merupakan masa bermain bagi anak-anak. Pada masa ini, anak-anak memiliki naluri untuk berinisiatif melakukan suatu hal. Hal inilah yang akan membuat anak belajar mengenai

arti ditanggapi dengan baik atau diabaikan (ditolak atau diterima). Bila mereka mendapat sambutan dengan baik maka anak dapat belajar beberapa hal:

- a) Mampu berimajinasi serta mengembangkan ketrampilan diri melalui aktif dalam bermain.
- b) Dapat bekerja sama dengan teman.
- c) Memiliki kemampuan menjadi pemimpin (dalam permainan).

Namun, bila inisiatif yang mereka miliki mengalami penolakan maka hal ini akan membuat anak merasa takut sehingga anak selalu bergantung pada kelompok dan tidak berani mengeluarkan pendapatnya.<sup>38</sup>

#### d. Faktor-faktor yang Memengaruhi Perkembangan Emosi pada Anak Prasekolah

Perkembangan emosi pada anak dipengaruhi oleh dua faktor penting, yaitu:

##### 1) Kematangan

Pentingnya faktor kematangan pada masa kanak-kanak terkait dengan *critical period* (masa krisis perkembangan). *Critical period* yaitu saat ketika anak siap menerima sesuatu dari luar. Kematangan yang telah dicapai dapat dioptimalkan dengan pemberian rangsangan yang tepat. Misalnya: dalam perkembangan emosi, pengendalian pola reaksi emosi yang diinginkan perlu

diberikan kepada anak guna menggantikan pola emosi yang tidak diinginkan sebagai tindakan preventif.<sup>39</sup>

## 2) Faktor Lingkungan Belajar

Faktor lingkungan dalam proses belajar berpengaruh besar bagi perkembangan emosi, terutama lingkungan yang berada paling dekat dengan anak khususnya ibu atau pengasuh anak. Perkembangan emosi anak usia dini sangat dipengaruhi oleh pengalaman dan hubungan keluarga. Anak belajar emosi baik penyebab maupun konsekuensinya. Proses belajar yang menunjang perkembangan emosi terdiri dari berbagai macam, antara lain:

### a) *Learning by imitation* (belajar dengan cara meniru)

Dengan mengamati hal-hal yang membangkitkan emosi tertentu pada orang lain, anak-anak akan bereaksi dengan emosi dan metode ekspresi yang sama dengan orang yang diamati.

### b) *Learning by identification* (belajar dengan mempersamakan diri)

Pada metode ini, anak hanya meniru orang yang dikagumi dan mempunyai ikatan emosional yang kuat dengannya.

### c) *Conditioning* (belajar melalui pengkondisian)

Metode ini berhubungan dengan aspek rangsangan, bukan dengan aspek reaksi. Pengkondisian terjadi dengan mudah dan cepat pada tahun-tahun awal kehidupan mereka. Anak kecil

kurang mampu menalar, kurang pengalaman untuk menilai situasi secara kritis, dan kurang mengenal betapa tidak rasionalnya reaksi mereka.

d) *Training* (pelatihan)

Belajar dibawah bimbingan dan pengawasan terbatas pada aspek reaksi. Anak diajarkan cara bereaksi yang dapat diterima jika suatu emosi terangsang.

e) Belajar dengan coba-coba

Anak belajar coba-coba untuk mengekspresikan emosi dalam bentuk perilaku yang memberikan kepuasan terbesar kepadanya dan menolak perilaku yang memberikan kepuasan yang kecil.

Perkembangan anak juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain:

1) Aspek Kehamilan

a) Lingkungan fisik dan kimia

Lingkungan yakni tempat anak tersebut hidup yang berfungsi sebagai penyedia kebutuhan dasar anak (*provider*). Sanitasi lingkungan yang kurang baik, kurangnya sinar matahari yang masuk, terkena paparan sinar radio aktif maupun zat kimia tertentu seperti merkuri, asap rokok, dan alkohol menyebabkan efek yang negatif terhadap pertumbuhan.<sup>40,41</sup>

b) Terpapar lingkungan radiasi

Paparan radiasi dari sinar *rontgen* dapat menyebabkan kelainan pada janin seperti spina bifida, mikrosefali, retardasi mental, deformitas anggota gerak, kelainan kongenital dan kelainan jantung.<sup>40,41</sup>

c) Penggunaan obat-obatan medis

Penggunaan obat-obatan seperti *aminopterin* dan *thalidomid* dapat menyebabkan kelainan kongenital seperti palastoskisis.<sup>40,41</sup>

d) Gizi ibu

Gizi ibu yang buruk sebelum terjadinya kehamilan maupun pada saat hamil kerap mengakibatkan bayi yang dilahirkan BBLR (bayi berat lahir rendah), lahir mati, dan tak jarang menyebabkan cacat bawaan. Selain itu, gizi ibu yang buruk juga dapat mengakibatkan hambatan pertumbuhan otak janin, anemia pada bayi baru lahir, bayi baru lahir mudah terkena infeksi, abortus, dan sebagainya.<sup>40,41</sup>

e) Penyakit ibu

Penyakit ibu seperti diabetes melitus dapat menyebabkan makrosomia, kardiomegali, dan hiperplasia adrenal pada anaknya.

<sup>40,41</sup>

## 2) Aspek Anak

### a) Prematur dan bayi berat lahir rendah (BBLR)

Kematangan dan kesesuaian pertumbuhan akan berpengaruh terhadap perkembangan anak. Berat badan lahir adalah berat badan bayi ditimbang dalam 1 jam setelah lahir yang dinyatakan dalam gram dan dikategorikan berdasarkan kelompok berat badan. Bayi berat lahir rendah (BBLR) adalah bayi baru lahir yang berat badan lahirnya kurang dari 2500 gram. Bayi BBLR berisiko mengalami serangan *apneu* dan defisiensi surfaktan sehingga tidak dapat memperoleh oksigen yang cukup yang sebelumnya diperoleh dari plasenta.<sup>40,41</sup>

### b) Pertumbuhan

Pertumbuhan anak akan berpengaruh terhadap perkembangannya, misalnya umur dan jenis kelamin. Hal ini karena pertumbuhan akan sejalan dengan perkembangan anak. Fungsi reproduksi anak perempuan berlangsung lebih cepat daripada laki-laki. Akan tetapi, pertumbuhan anak laki-laki akan lebih cepat setelah melewati masa pubertas.<sup>40,41</sup>

Salah satu faktor yang memengaruhi pertumbuhan anak adalah nutrisi yang diserapnya. Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan makanan terbaik yang mengandung semua unsur zat gizi yang dibutuhkan bayi usia 0-6 bulan. ASI eksklusif adalah makanan bernutrisi dan berenergi tinggi yang mudah untuk dicerna.

ASI eksklusif memiliki kandungan yang dapat membantu penyerapan nutrisi.<sup>26</sup>

Dampak bila bayi diberi ASI eksklusif adalah dapat membantu memulai kehidupannya dengan lebih baik, mengurangi kejadian karies gigi, memberi rasa aman dan nyaman pada bayi, perlindungan optimal terhadap berbagai penyakit, perlindungan terhadap infeksi, meningkatkan kecerdasan, dan meningkatkan perkembangan emosi anak. Dampak apabila bayi tidak diberi ASI eksklusif dalam kehidupannya yaitu bayi dapat memiliki tingkat infeksi pernafasan dan infeksi saluran cerna yang lebih tinggi dibandingkan dengan bayi-bayi yang diberikan ASI eksklusif. Selain itu, bayi mudah terkena penyakit lain yang berhubungan dengan kekebalan tubuh.<sup>26</sup>

Hasil penelitian Suyami (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pemberian ASI eksklusif terhadap kesehatan mental emosional anak. Rasa aman, nyaman dan kedekatan antara ibu dengan bayi pada saat memberikan ASI eksklusif akan memengaruhi perkembangan bayi pada tahap selanjutnya, termasuk perkembangan mental emosional.<sup>26</sup>

#### c) Penyakit anak

Tuberkulosis, anemia, dan kelainan jantung bawaan dapat mengakibatkan retardasi pertumbuhan jasmani.<sup>40,41</sup>

### 3) Aspek Perawatan Sehari-Hari

#### a) Psikologis

Hubungan anak dengan orang tua dan orang di sekitarnya akan memengaruhi tumbuh kembang anak. Seorang anak yang tidak dikehendaki oleh orangtuanya atau anak yang selalu merasa tertekan (misalnya: terpapar dengan lingkungan kekerasan dalam rumah tangga) akan mengalami hambatan di dalam pertumbuhan dan perkembangannya.<sup>40,41</sup>

Wanita usia muda mengalami proses pematangan fisik lebih cepat daripada pematangan psikososialnya. Oleh karena itu, seringkali terjadi ketidakseimbangan emosi sehingga akan sangat sensitif maupun rawan terhadap stress. Hal tersebut merugikan kesehatan, pertumbuhan, dan perkembangan janin karena belum matangnya alat reproduksi untuk hamil apalagi bila ditambah dengan tekanan psikologi, sosial, dan ekonomi. Hasil penelitian Amiruddin (2021) menunjukkan bahwa ada hubungan antara usia ibu ketika hamil dengan gangguan perkembangan emosi anak usia 3-5 tahun. Anak usia 3-5 tahun yang dilahirkan dari kehamilan ibu diusia muda (< 20 tahun) memiliki risiko 5 kali mengalami gangguan perkembangan emosi dibandingkan dengan ibu yang hamil diusia dewasa (antara 20-35 tahun).<sup>27</sup>

b) Lingkungan pengasuhan

Pola asuh dapat diartikan seluruh cara perlakuan orang tua yang diterapkan pada anak. Ciri orang tua yang menerapkan pola asuh autoritatif/demokratis antara lain: berusaha mengarahkan anaknya secara rasional, berorientasi pada masalah yang dihadapi, dan menghargai komunikasi yang saling memberi dan menerima. Orang tua tidak hanya menjelaskan alasan rasional yang mendasari tiap-tiap permintaan atau disiplin tetapi juga menggunakan kekuasaan bila perlu. Orang tua tidak hanya mengharap anak untuk mematuhi orang dewasa tetapi juga mengharapkan anak untuk mandiri dan mengarahkan diri sendiri, serta saling menghargai antara anak dan orang tua. Orang tua tidak mengambil posisi mutlak, tetapi juga tidak mendasarkan pada kebutuhan anak semata.<sup>42</sup>

Ciri pola asuh otoriter yaitu menekankan segala aturan yang dibuat oleh orang tua harus ditaati oleh anak. Orang tua bertindak semena-mena tanpa dapat dikontrol oleh anak. Anak harus menurut dan tidak boleh membantah terhadap apa yang diperintahkan oleh orang tua. Ciri pola asuh permisif (*children centered*) yakni segala aturan dan ketetapan keluarga di tangan anak. Semua hal yang dilakukan oleh anak diperbolehkan orang tua. Orang tua menuruti segala kemauan anak. Pola asuh yang paling baik adalah pola asuh demokratis.<sup>42</sup>

Hasil penelitian Susilowati dan Surani (2019) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pola asuh orang tua dengan kesehatan mental emosional anak prasekolah. Mayoritas responden pada penelitian tersebut mempunyai pola asuh demokratis dan anak tidak mengalami gangguan emosional.<sup>42</sup>

c) Stimulasi

Perkembangan memerlukan stimulasi/rangsangan khususnya dalam keluarga, misalnya penyediaan alat mainan, sosialisasi anak, keterlibatan ibu dan anggota keluarga lain dalam kegiatan anak. Salah satu alat yang diperkenalkan orang tua kepada anaknya yaitu *gadget*. Orang tua kerap menggunakan *gadget* saat mengasuh anaknya untuk mengalihkan perhatian anak atau sebagai *reward* dan *punishment*.

Penggunaan *gadget* mampu memberikan dampak terhadap kesehatan anak. Salah satu efek penggunaan *gadget* pada anak adalah masalah mental. Gangguan kesehatan mental yang dini dapat menghambat edukasi dan karir pada saat dewasa yang dapat menjadi sangat besar jika masalah mental saat anak-anak tidak ditangani. Dampak penggunaan *gadget* terhadap kesehatan mental anak membuat orangtua perlu memperhatikan penggunaan *gadget* tersebut serta mengetahui status perkembangan dan mental emosional anaknya. Pada tahun 2016 *American Academy of*

*Pediatrics* (AAP) mengeluarkan rekomendasi tentang pemakaian *gadget* pada anak, diantaranya menghindari pemakaian media digital pada anak di bawah usia 18 bulan dan penggunaan *gadget* tidak lebih dari satu jam dalam satu hari.

Hasil penelitian Chikmah dan Fitriyaningsih (2018) menunjukkan bahwa ada pengaruh antara durasi penggunaan *gadget* dengan masalah mental emosional pada anak prasekolah. Anak yang berlebihan menggunakan *gadget* atau lebih dari 1 jam per hari akan memengaruhi masalah mental emosional anak.<sup>12</sup> Hasil penelitian Asif dan Rahmadi (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecanduan *gadget* dengan gangguan emosi dan perilaku.<sup>23</sup>

#### 4) Kondisi sosial ekonomi

Kemiskinan akan berkaitan dengan kekurangan makanan, kesehatan, lingkungan yang buruk dan ketidaktahuan akan menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak.<sup>40,41</sup> Hasil penelitian Amiruddin (2021) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pendapatan orangtua dengan perkembangan emosi anak. Anak usia 3-5 tahun yang dilahirkan dari orang tua dengan pendapatan < Rp 1.404.760 berisiko 9 kali lebih besar mengalami gangguan perkembangan emosi dibandingkan dengan anak yang dilahirkan dari orang tua dengan pendapatan  $\geq$  Rp 1.404.760.<sup>27</sup>

#### e. Deteksi Dini Masalah Perilaku Emosional

Deteksi dini masalah perilaku emosional bertujuan untuk mendeteksi secara dini adanya penyimpangan atau masalah perilaku emosional pada anak prasekolah. Deteksi dini masalah perilaku emosional dijadwalkan rutin setiap enam bulan sekali pada anak usia 36 bulan hingga 72 bulan sesuai dengan jadwal pelayanan SDIDTK. Alat yang digunakan yaitu Kuesioner Masalah Perilaku Emosional (KMPE) yang terdiri dari 14 pertanyaan untuk mengetahui masalah perilaku emosional anak. Interpretasi penggunaan KMPE yaitu apabila terdapat jawaban “YA”, maka kemungkinan anak mengalami masalah perilaku emosional.<sup>43</sup>

## 2. Pandemi COVID-19

### a. Pengertian Pandemi COVID-19

Pandemi adalah wabah yang menular serentak diberbagai wilayah yang meliputi daerah geografis yang luas. Pandemi merupakan epidemi yang menyebar hampir diseluruh negara atau benua dan lazim mengenai banyak orang.<sup>44</sup> Virus *corona* merupakan virus yang umumnya terdapat pada hewan dan dapat menyebabkan penyakit pada hewan maupun manusia. Manusia yang telah terinfeksi virus ini akan dengan mudah menyebarkan ke manusia lainnya.<sup>45</sup> *Coronavirus Disease* (COVID-19) merupakan salah satu penyakit menular yang disebabkan oleh virus *corona* yang baru ditemukan dan

dikenal sebagai sindrom pernapasan akut virus *corona* 2 (SARSCoV-2).<sup>46</sup>

b. Epidemiologi COVID-19

Berawal pada tanggal 29 Desember 2019, ditemukan lima kasus pertama pasien pneumonia di Kota Wuhan, Hubei, China. Lima orang tersebut dirawat di rumah sakit dengan *acute respiratory distress syndrome* dan satu diantaranya meninggal dunia. Sekitar 66% penderita terpajan di pasar ikan (*Wet Market*) Huanan, Wuhan.

Thailand merupakan negara pertama yang terkonfirmasi COVID-19 di luar Negara China. Kasus tersebut ditemukan pada tanggal 13 Januari 2020. Jumlah kasus pasien terkonfirmasi positif COVID-19 di Thailand sebanyak 3.135 kasus dan 58 kematian sejak tanggal 13 Januari 2020 hingga 15 Juni 2020. Penderita COVID-19 meningkat pesat menjadi 7.734 kasus pada tanggal 30 Januari 2020. Pada tanggal yang sama, terdapat 90 pasien baru terkonfirmasi positif COVID-19. Kasus ini berasal dari berbagai negara baik di Benua Asia, Eropa, maupun Australia.<sup>47</sup> *World Health Organization* (WHO) secara resmi mendeklarasikan virus *corona* (COVID-19) sebagai pandemi pada tanggal 9 Maret 2020. Deklarasi ini mengartikan bahwa virus *corona* telah menyebar secara luas di dunia.<sup>48</sup>

Kasus pertama COVID-19 di Indonesia dilaporkan pada tanggal 2 Maret 2020. Kasus pertama ini sejumlah dua kasus. Data 31 Maret 2020 menunjukkan kasus yang terkonfirmasi berjumlah 1.528

kasus dan 136 kasus kematian. Tingkat mortalitas COVID-19 di Indonesia sebesar 8,9%. Angka tersebut merupakan angka tertinggi di Asia Tenggara.<sup>49</sup>

c. Manifestasi Klinis COVID-19

Infeksi COVID-19 dapat menimbulkan gejala ringan, sedang, atau berat. Gejala klinis utama yang muncul yaitu demam (suhu badan  $>38^{\circ}\text{C}$ ), batuk, dan kesulitan bernapas. Selain itu, gejala dapat disertai dengan sesak napas yang memberat, *fatigue*, mialgia, gejala gastrointestinal seperti diare, dan gejala saluran napas lain. Gejala sesak timbul dalam satu minggu pada setengah dari pasien. Pada kasus berat, perburukan terjadi secara cepat dan progresif. Perburukan dapat terjadi seperti *acute respiratory distress syndrome* (ARDS), syok septik, asidosis metabolik yang sulit dikoreksi, dan perdarahan atau disfungsi sistem koagulasi dalam beberapa hari. Pada beberapa pasien, gejala yang muncul ringan, bahkan tidak disertai dengan demam. Kebanyakan pasien memiliki prognosis baik dengan sebagian kecil dalam kondisi kritis bahkan meninggal.<sup>45</sup>

d. Kebijakan Pemerintah dalam Menangani Pandemi COVID-19

Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) merupakan kebijakan pemerintah yang dikeluarkan melalui Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan

*Coronavirus disease 2019* (COVID-19). Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) merupakan pembatasan kegiatan tertentu penduduk dalam suatu wilayah yang diduga terinfeksi COVID-19 sedemikian rupa untuk mencegah kemungkinan penyebaran COVID-19. Kebijakan tersebut merupakan implementasi dari pembukaan Undang-Undang Dasar Republik Indonesia alinea ke-4. Pembatasan Sosial Berskala Besar ini didasari dari beberapa aturan dasar, antara lain: Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1984 tentang Wabah Penyakit Menular, Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana, serta Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 tentang Keekarantinaan Kesehatan.<sup>50</sup>

Pascapandemi COVID-19 masuk ke Indonesia, pemerintah provinsi dan pemerintah daerah mengeluarkan kebijakan dalam dunia pendidikan yaitu meniadakan sementara pembelajaran tatap muka dan menggantinya dengan pembelajaran *online* baik pada tingkat sekolah maupun tingkat perguruan tinggi. Kebijakan ini bertujuan untuk menekan angka penderita COVID-19 di Indonesia.<sup>51</sup>

### 3. *Gadget*

#### a. Pengertian *Gadget*

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), *gadget* atau gawai adalah peranti elektronik atau mekanik dengan fungsi

praktis.<sup>52</sup> *Gadget* adalah suatu peranti yang memiliki tujuan dan fungsi praktis yang dirancang secara spesifik lebih canggih dibandingkan teknologi yang diciptakan sebelumnya. *Gadget* baik laptop, *ipad*, tablet, atau *smartphone* merupakan teknologi yang berisi aneka aplikasi dan informasi mengenai semua hal yang ada di dunia ini.<sup>53</sup>

*Gadget* merupakan barang canggih yang diciptakan dengan berbagai aplikasi yang dapat menyajikan berbagai media berita, jejaring sosial, hobi, bahkan hiburan.<sup>54</sup> *Gadget* adalah media yang dipakai sebagai alat komunikasi modern dan semakin mempermudah kegiatan komunikasi manusia.<sup>55</sup> *Gadget* adalah suatu benda elektronik yang digunakan sebagai komunikasi oleh manusia seperti *handphone*, komputer dan lainnya. Pada awalnya, penggunaan *gadget* hanya digunakan oleh orang dewasa. Akan tetapi, pada era modern ini, *gadget* banyak juga digunakan oleh anak-anak.<sup>56</sup>

b. Fungsi *Gadget*

*Gadget* merupakan salah satu perkembangan teknologi komunikasi paling aktual di Indonesia beberapa tahun terakhir. Selain memiliki fungsi utama sebagai alat komunikasi, *gadget* juga dapat digunakan sebagai sumber informasi, penyimpanan berbagai macam data, sarana bisnis, sarana musik atau hiburan, jejaring sosial, bahkan sebagai alat dokumentasi. Hasil penelitian

Harfiyanto (2015) menyimpulkan bahwa hubungan jarak jauh tidak lagi menjadi masalah dan halangan karena kecanggihan dari aplikasi yang ada di dalam *gadget*.<sup>57</sup>

Fungsi dan manfaat *gadget* secara umum diantaranya:

1) Komunikasi

Pengetahuan manusia semakin luas dan maju. Pada zaman dahulu, manusia berkomunikasi hanya melalui batin, kemudian berkembang melalui tulisan yang dikirimkan melalui pos. Pada era globalisasi seperti sekarang ini, manusia dapat berkomunikasi dengan mudah, cepat, praktis dan lebih efisien dengan menggunakan *handphone*.<sup>58</sup>

2) Sosial

*Gadget* memiliki banyak fitur dan aplikasi untuk berbagi berita, kabar, dan cerita. Dengan memanfaatkan fitur dan aplikasi tersebut, semua orang dapat menambah teman dan menjalin hubungan kerabat yang jauh tanpa harus menggunakan waktu yang relatif lama untuk berbagi.<sup>58</sup>

3) Pendidikan

Seiring perkembangan zaman, belajar tidak hanya terfokus dengan buku. Berbagai ilmu pengetahuan kini dapat diakses melalui *gadget* tanpa harus pergi ke perpustakaan yang mungkin jauh untuk dijangkau.

c. Jenis-Jenis *Gadget*

*Gadget* memiliki berbagai jenis dan fungsi yang berbeda. Beberapa jenis *gadget* yang sering digunakan diantaranya:

1) *Handphone (HP)/smartphone* adalah seperangkat telekomunikasi elektronik yang memiliki kemampuan dasar sama dengan telepon konvensional saluran tetap. Perbedaannya yaitu dapat dibawa kemana-mana dan tidak perlu disambungkan dengan kabel.<sup>59</sup> *Handphone* merupakan salah satu jenis *gadget* yang paling banyak digunakan. Seiring dengan perkembangannya, *handphone* memiliki berbagai macam ragam, seperti *handphone* yang menggunakan sistem operasi Android, iOS, Windows Phone, dan lain-lain.<sup>60</sup>

2) Laptop

Laptop merupakan jenis *gadget* lainnya yang sangat sering digunakan untuk berbagai keperluan, terutama untuk pekerjaan. *Gadget* ini juga membutuhkan sistem operasi agar dapat berjalan, seperti Windows, Mac, Linux, dan lainnya. Sama halnya pada *handphone*, perkembangan laptop juga semakin digencarkan sehingga banyak bermunculan merk-merk baru dengan teknologi yang semakin ditingkatkan.<sup>60</sup>

3) Tablet dan iPad

Jenis *gadget* ini merupakan bentuk yang lebih besar dari *handphone*. Dengan ukuran layar yang lebih besar dari *handphone*, tablet dan iPad dapat menampilkan gambar yang lebih besar dan jelas sehingga pengguna lebih nyaman ketika ingin menonton, bermain *game*, dan kegiatan lainnya.<sup>60</sup>

d. Macam-macam Aplikasi dalam *Gadget*

Fitur-fitur yang terdapat pada setiap *gadget* diantaranya:

1) Aplikasi Media Sosial

a) Youtube

Youtube merupakan media sosial yang memungkinkan para penggunanya untuk melihat, mengirim, dan berbagi video. Berdasarkan data yang dihimpun dari We Are Social Tahun 2019, tercatat bahwa 88% orang Indonesia telah menggunakan media sosial Youtube. Ini artinya bahwa dari 150 juta pengguna media sosial di Indonesia, sekitar 132 juta orang sudah menggunakan Youtube.<sup>61</sup>

## b) Twitter

Situs jejaring sosial karya Jack Dorsey ini sangat unik. Salah satu keunikan tersebut adalah perihal *follower* (pengikut) dan *following* (mengikuti). Twitter adalah media sosial yang masuk dalam ranah *microblogging*. *Status update* hanya bisa dituliskan dalam 160 karakter atau kurang. Tidak sedikit artis, seniman, *public figure* terkenal, olahragawan, dan politisi yang memiliki akun Twitter. Contohnya adalah Justin Bieber (selebriti internasional), Sudjiwo Tedjo (seniman Indonesia) dan masih banyak lagi.<sup>62</sup>

## c) WhatsApp

Aplikasi WhatsApp tidak begitu banyak mengurangi penyimpanan internal dan memiliki menu yang sangat banyak. Dengan menggunakan WhatsApp, kita bisa langsung *chat* dengan orang yang sudah tercantum nomornya di daftar kontak ponsel. Aplikasi ini juga dapat digunakan untuk mengirim suara, *file* video atau foto, hingga peta keberadaan diri kita kepada orang lain.<sup>62</sup>

## 2) Aplikasi *Browsing*

### a) UC Browser

UC Browser memiliki akses penjelajahan yang cepat, mekanisme siap pakai untuk mempercepat penjelajahan, perlindungan dari penipuan, serta perlindungan dari unduhan yang jahat.<sup>63</sup>

### b) Opera Mini

Opera Mini merupakan *web browser* yang cukup sederhana, fitur-fiturnya telah mampu mewakili kebutuhan-kebutuhan para penggunanya. Aplikasi Opera Mini ini dikemas secara sederhana dan mudah.

### c) Google

Google adalah mesin pencari yang paling sering dipakai oleh pengguna internet. Pada awal lahirnya Google ditahun 1997, mesin pencari ini kurang diminati oleh para pengguna internet. Ketika mencari sesuatu di internet, mereka lebih percaya dengan nama-nama besar seperti Yahoo, Altavista, Hotbot, Excit, Infoseek, dan Lycos.

Lambat laun, Google mampu bersaing dan kini menjadi mesin pencari nomor satu di dunia. Fitur-fitur yang ditawarkan sangat beragam. Tak hanya pencarian

situs, namun juga gambar, berita, video, buku, lokasi, *blog*, diskusi, dan masih banyak lagi.<sup>62</sup>

### 3) Aplikasi *Game*

#### a) Mobile Legends: Bang Bang

Mobile Legends adalah *game* yang dikembangkan dan dirilis oleh Moonton Developer. *Game* ini dapat dimainkan di *platform mobile* Android dan iOS. *Game* MOBA satu ini sukses mencuri perhatian para *gamer* di Indonesia sejak tahun 2016. *Game* ini merupakan *game* dengan jumlah pengguna aktif terbanyak di Indonesia pada tahun 2021.

#### b) PUBG Mobile

PUBG merupakan *game* survival yang dikembangkan di Indonesia oleh Tripzilla. *Game* ini merupakan salah satu *game* terpopuler dan banyak diminati di Indonesia.

#### c) Free Fire

Free Fire adalah *multiplayer mobile game battle royale* yang dikembangkan dan dipublikasi oleh Garena untuk pengguna Android dan iOS. Free Fire merupakan *game* yang paling banyak meraup pendapatan dari

pembelian dalam aplikasi (*in-game purchase*) di Indonesia.<sup>7</sup>

e. Bentuk Penggunaan *Gadget*

*Gadget* dapat digunakan oleh siapa saja dan untuk apa saja tergantung dari kebutuhan pemilik *gadget* tersebut. Kini, *gadget* digunakan mulai dari anak usia dini hingga dewasa. Orang dewasa kerap menggunakan *gadget* untuk berkomunikasi, mencari informasi, Youtube, bermain *game*, ataupun lainnya. Sedangkan, pemakaian pada anak usia dini biasanya terbatas dan penggunaannya hanya sebagai media pembelajaran, bermain *game*, dan menonton animasi. Pemakainnya pun dapat memiliki waktu yang beragam dan berbeda durasi serta intensitas pemakaiannya pada orang dewasa dan anak-anak.

Anak-anak pada dasarnya belum waktunya untuk diberikan sebuah telepon seluler pribadi karena dikhawatirkan anak-anak akan berubah menjadi memiliki perilaku konsumtif yang berlebihan. Anak-anak memerlukan pengawasan yang ketat dalam menggunakan *gadget* dalam aktivitas sehari-hari mereka.<sup>64</sup>

Orang dewasa biasa menggunakan *gadget* selama 1-4 jam dalam sekali penggunaa serta menggunakan hingga berkali-kali dalam sehari. Hal ini berbeda pada anak usia dini, karena memiliki batas waktu tertentu dan dalam durasi pemakainnya serta intensitas pemakaian *gadget* yang berbeda dengan orang dewasa. Starburger

(2014) berpendapat bahwa seorang anak hanya boleh berada di depan layar < 1 jam setiap harinya.<sup>65</sup> Pendapat ini didukung oleh Sigman (2015) yang berpendapat bahwa lama ideal anak usia prasekolah dalam menggunakan *gadget* yaitu 30 menit hingga 1 jam dalam sehari.<sup>66</sup>

Hasil penelitian Sujianti (2018), menunjukkan bahwa sebagian besar anak yang mengalami perkembangan sosial kurang dari rata-rata adalah anak yang cenderung memiliki kebiasaan bermain *gadget* lebih dari satu kali sehari dengan waktu penggunaan lebih dari 60 menit. Anak yang frekuensi menggunakan *gadget* lebih dari 1 kali dengan waktu penggunaan lebih dari 60 menit mempunyai peluang 0,8 kali untuk mengalami perkembangan sosial kurang baik dibanding anak yang frekuensi penggunaan *gadget*nya normal.<sup>67</sup>

f. Dampak Penggunaan *Gadget* pada Anak Prasekolah

1) Dampak Positif Penggunaan *Gadget* pada Anak Prasekolah

Penggunaan *gadget* memiliki dampak tersendiri bagi para penggunanya, baik orang dewasa maupun anak-anak. Dampak yang timbul bergantung dengan bagaimana orang tersebut menggunakannya dan memanfaatkannya. Adapun beberapa dampak positif *gadget* pada anak yaitu menjadi media pembelajaran yang menarik, mempermudah anak dalam belajar bahasa Inggris, serta meningkatkan logika

melalui *game* interaktif yang edukatif. Hal tersebut dapat terjadi apabila orang tua mampu memberikan pengawasan, penegasan, serta pendekatan kepada anak terhadap *gadget* dengan baik.<sup>68</sup>

2) Dampak Negatif Penggunaan *Gadget* pada Anak Prasekolah

a) Tumbuh kembang yang lambat

Penggunaan *gadget* pada anak akan membatasi gerak fisiknya sehingga membuat tumbuh kembang fisik anak menjadi terlambat. Anak memiliki kemudahan untuk mengakses berbagai media informasi dan teknologi, sehingga menyebabkan anak malas untuk bergerak secara fisik ataupun beraktifitas dan memilih duduk di depan *gadget*.<sup>69</sup>

b) Kelainan mental

Penelitian di Bristol University Tahun 2014 mengungkapkan bahwa bahaya penggunaan *gadget* pada anak dapat meningkatkan risiko depresi, gangguan kecemasan, kurang atensi, autisme, kelainan bipolar, psikosis, dan perilaku bermasalah lainnya. Dari sudut pandang ilmu kesehatan jiwa, penggunaan *gadget* untuk anak usia dini sangat tidak disarankan. Hal ini dikarenakan karena anak tidak

dapat belajar secara alami cara berkomunikasi dan bersosialisasi, anak juga tidak mampu mengenali dan berbagi aneka emosi (simpati, sedih, atau senang), dan akhirnya anak tidak dapat merespon hal yang ada di sekelilingnya baik secara emosi maupun verbal.<sup>70</sup>

c) Kemampuan bersosialisasi berkurang

Hasil penelitian Novitasari dan Khotimah (2016) menyimpulkan bahwa penggunaan *gadget* berdampak pada interaksi sosial anak. Anak-anak lebih tertarik bermain dengan *gadget* daripada bermain dengan teman sebayanya. Saat bermain *gadget*, anak-anak cenderung diam tanpa mengindahkan dunia sekitarnya.<sup>71</sup>

d) Sifat agresif

Agresif merupakan perilaku serius yang tidak seharusnya dan menimbulkan konsekuensi yang serius baik untuk diri sendiri maupun untuk orang lain yang ada di lingkungannya. Salah satu bentuk emosi anak adalah marah yang diekspresikan melalui agresi.<sup>72</sup> Konten di media yang bisa diakses anak dapat menimbulkan sifat agresif pada anak. Kekerasan fisik dan seksual banyak tersebar di internet, dan jika tidak dilakukan pengawasan, anak

dapat terpapar hal tersebut sehingga dapat memicu timbulnya perilaku agresif.

g. Pedoman *Screen Time* dari IDAI (Ikatan Dokter Anak Indonesia) pada Masa Pandemi COVID-19

Pada saat kegiatan pembelajaran tatap muka di sekolah dialihkan dengan pembelajaran daring (*online*) akibat pandemi COVID-19, hampir semua peserta didik diharuskan mengikuti proses belajar mengajar dengan menggunakan alat bantu teknologi berupa *gadget*. Konsekuensi dari penggunaan alat tersebut, *screen time* anak menjadi bertambah. *Screen time* adalah waktu yang dihabiskan seseorang, dalam hal ini peserta didik di depan *gadget*. *Screen time* yang terlalu lama dapat menyebabkan anak malas bergerak, mengalami obesitas, berbagai penyakit tidak menular, risiko yang berkaitan dengan kesehatan mata, dan mengganggu perkembangan sosial emosionalnya. Aktivitas sedentarian adalah segala jenis aktivitas yang dilakukan di luar waktu tidur dengan karakteristik keluaran kalori sangat sedikit.<sup>18</sup>

Metode pembelajaran daring akan memengaruhi pola aktivitas anak sehari-hari. Oleh karena itu IDAI (Ikatan Dokter Anak Indonesia) membuat rekomendasi yang bisa menjadi semacam panduan untuk menjaga keseimbangan antara aktivitas fisik, *screen time*, dan masa tidur yang merupakan kebutuhan dasar anak agar tumbuh kembang tetap optimal.<sup>18</sup> Berikut merupakan rekomendasi dari IDAI untuk anak prasekolah (usia 3-6 tahun):

### 1) Aktivitas fisik

Luangkan setidaknya 180 menit untuk berbagai jenis aktivitas fisik, dengan minimal 60 menit di antaranya adalah aktivitas fisik intensitas sedang hingga berat, yang tersebar waktunya sepanjang hari. Semakin banyak, lebih baik.<sup>18</sup>

### 2) Aktivitas sedentarian

a) Jangan menahan anak lebih dari 1 jam untuk setiap waktu tertentu atau duduk untuk waktu yang lama.

b) *Screen time*: tidak lebih dari 1 jam. Semakin sedikit, lebih baik.

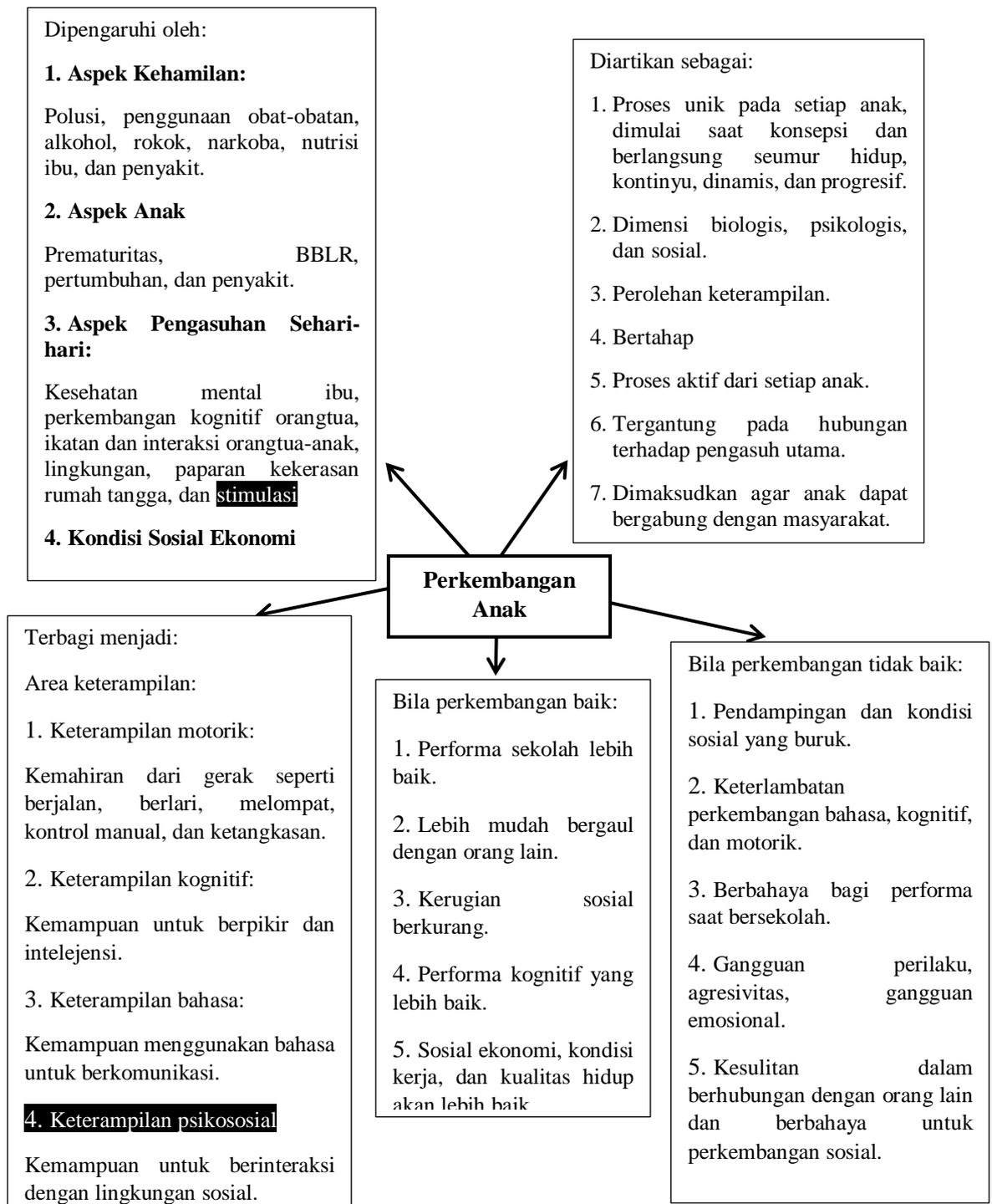
c) Kegiatan sedentarian yang dianjurkan hanya dalam bentuk duduk diam untuk mendengarkan pengasuh membacakan cerita.<sup>18</sup>

### 3) Masa tidur

Memiliki masa tidur yang berkualitas selama 10-13 jam, termasuk tidur siang, dengan pola tidur dan waktu bangun yang reguler.<sup>18</sup>

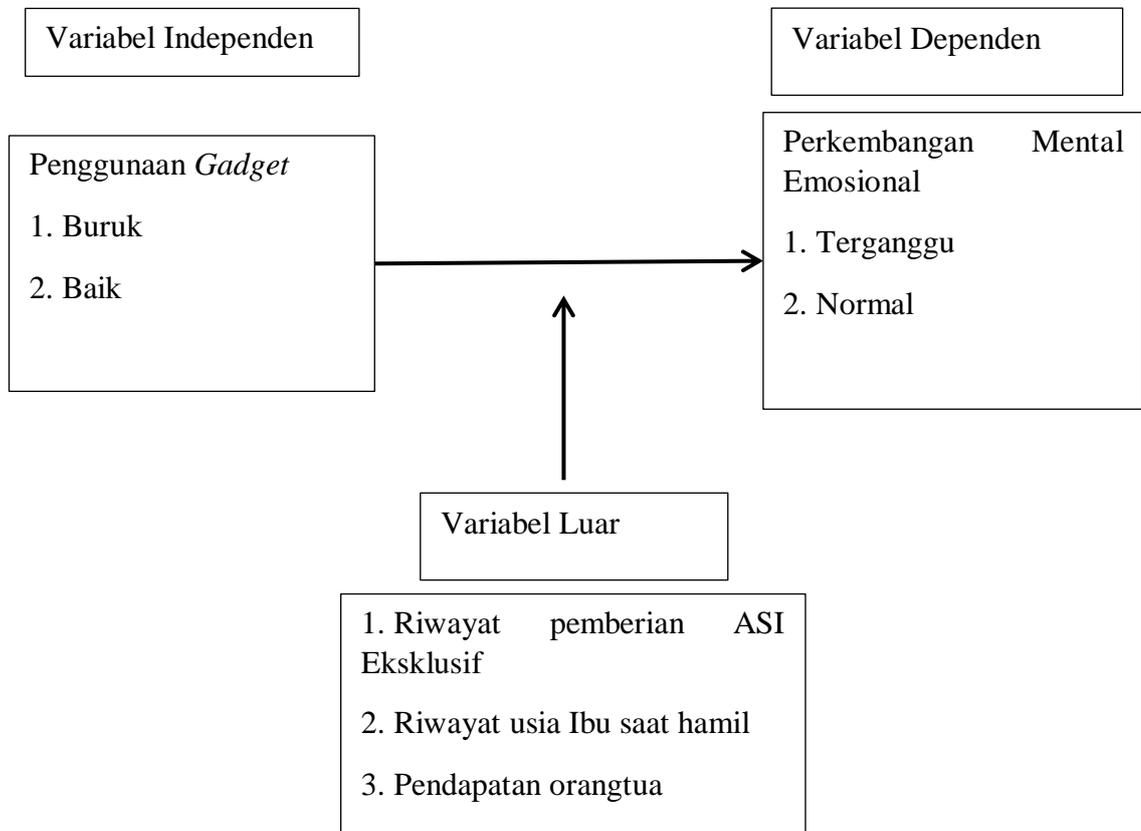
## B. Landasan Teori

### 1. Kerangka Teori



**Gambar 1. Peta Konsep Perkembangan Anak Menurut Juliana Martins de Souza (2015)<sup>41</sup>**

## 2. Kerangka Konsep



**Gambar 2. Kerangka Konsep**

## 3. Hipotesis

- Terdapat hubungan antara penggunaan *gadget* dengan perkembangan mental emosional anak prasekolah usia 3-6 tahun pada masa pandemi COVID-19 di Kabupaten Bantul.
- Terdapat hubungan antara riwayat pemberian ASI Eksklusif dengan perkembangan mental emosional anak prasekolah usia 3-6 tahun pada masa pandemi COVID-19 di Kabupaten Bantul.

- c. Terdapat hubungan antara riwayat usia ibu saat hamil dengan perkembangan mental emosional anak prasekolah usia 3-6 tahun pada masa pandemi COVID-19 di Kabupaten Bantul.
- d. Terdapat hubungan antara pendapatan orangtua dengan perkembangan mental emosional anak prasekolah usia 3-6 tahun pada masa pandemi COVID-19 di Kabupaten Bantul.