

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 Konsep Anak Usia Prasekolah

##### 2.1.1 Definisi Anak Prasekolah

Menurut Irmayani et al. (2021) menyatakan bahwa, anak usia prasekolah berada dalam rentang usia 3 sampai 6 tahun, dimana pertumbuhan fisiknya cenderung melambat, sementara perkembangan dalam aspek psikososial dan kognitif mengalami peningkatan yang signifikan. Masa prasekolah disebut juga sebagai masa emas atau *golden ages*, yang merupakan periode krusial dalam kehidupan anak sebagai generasi penerus bangsa yang membutuhkan perhatian khusus. Pada masa ini, pondasi kepribadian, karakter, kemampuan kognitif dan emosional sedang dibentuk, yang dimana akan memengaruhi kualitas hidupnya dimasa mendatang (Raudhati & Agustina, 2022).

##### 2.1.2 Ciri-ciri Perkembangan Anak Usia Prasekolah

Menurut Santrock dalam Husnuzziadatul Khairi mengatakan bahwa perkembangan adalah suatu perubahan mendasar yang dimulai sejak dalam pembuahan dan terus berjalan sepanjang hidup seseorang. Secara umum, fase perkembangan anak terbagi menjadi tiga tahap usia ) 0-1 tahun, 2-3 tahun, dan 4-6 tahun yang masing-masing memiliki karakteristik perkembangan yang khas sesuai fase kehidupannya sebagai berikut (Khairi, 2018):

1. Usia 0-1 tahun

Pada usia 0-1 tahun, bayi mengalami loncatan luar biasa dalam perkembangan fisiknya, dimana perubahan ini terjadi lebih cepat dibandingkan tahap selanjutnya. Pada fase ini, anak mulai mengalami perkembangan dalam motoriknya seperti: berguling, merangkak, duduk, hingga berdiri dan berjalan. Mereka juga aktif menggunakan panca inderanya dengan melihat mengamati,

meraba, mendengar, mencium, dan mengunyah.

## 2. Usia 2-3 tahun

Pada usia 2-3 tahun, anak memasuki periode toddler dimana terjadi eksplorasi intensif terhadap lingkungan sekitar. Memiliki minat belajar yang sangat tinggi, sehingga hampir setiap objek atau aktivitas menjadi media pembelajarannya yang efektif. Pada fase ini, dorongan rasa ingin tahunya berada pada titik tertinggi sepanjang perkembangan hidupnya.

Dalam segi bahasa, anak mulai mengucapkan celotehan spontan dan mulai menggunakan frasa sederhana dan kalimat utuh, serta mampu memahami dan menanggapi pembicaraan orang lain. Dari aspek emosional dan sosial, mulai terlihat lebih kompleks. Anak mampu mengontrol diri secara sederhana seperti menahan nangis atau tawa, serta menyampaikan perasaan melalui kata atau permainan simbolik.

## 3. Usia 4-6 tahun

Menurut Hurlock (1998) pada fase ini anak mengalami perkembangan yang signifikan meliputi:

1. Secara fisik, tinggi badan dan berat badan anak bertambah secara bertahap, dengan bentuk tubuh mulai menyerupai orang dewasa. Postur tubuh mulai bervariasi (endomorfik, mesomorfik, ektomorfik), otot-otot dan tulang berkembang semakin kuat. Gigi geraham belakang tumbuh dan gigi susu mulai digantikan gigi tetap.
2. Secara perkembangan motorik terbagi menjadi 2 yaitu, motorik halus dan motorik kasar. Pada motorik halus, anak mulai terampil dalam makan, berpakaian, menggambar, dan menyusun benda, sedangkan

motorik kasar akan mengalami peningkatan kemampuan dalam berlari, melompat, berenang, dan menari.

3. Secara intelektual, rasa ingin tahu anak mendorong eksplorasi belajar, yang menjadi kunci perkembangan kognitif anak. Selain itu, respon emosi juga mencerminkan tingkat perkembangan intelektual anak, semakin matang intelektual anak, semakin ia mampu mengelola emosi seperti marah, takut, dan cemburu.
4. Secara sosial, anak mulai memiliki keinginan bermain diluar rumah Bersama teman sebaya atau orang dewasa, sehingga potensi keberanian untuk berinteraksi dengan orang baru dan menjalin kontak sosialnya meningkat.

#### 2.1.3 Karakteristik Khas pada Usia Anak Prasekolah

Menurut karakteristik anak usia prasekolah adalah (Khairi, 2018):

1. Unik, anak memiliki kemampuan dan minat yang berbeda antar anak satu sama lainnya.
2. Egosentris, anak cenderung memandang sesuatu dari sudut pandangnya sendiri, apa yang penting baginya, maka dianggap universal.
3. Rasa ingin tahu dan antusiasme tinggi, anak akan memperhatikan, bicara, bahkan terus bertanya tentang apa saja yang dilihat atau didengar, terutama hal-hal baru.
4. Mudah frustrasi, anak sering merasa kecewa, menangis, atau marah ketika keinginannya tidak terpenuhi, hal tersebut menandakan emosi mereka yang masih lembut dan belum sepenuhnya stabil.
5. Spontan, semua tindakannya cenderung alami dan tulus, mencerminkan apa

yang dipikirkan dan dirasakan saat itu.

6. Eksploratif dan berjiwa petualang, anak memiliki dorongan yang kuat untuk menjelajah dan mencoba hal-hal baru dengan penuh semangat.
7. Fantasi hidup kaya, anak memiliki dunia imajinasi yang tinggi, ia tidak hanya menyukai cerita dongeng, tetapi juga senang bercerita sendiri dengan kreativitas.
8. Kurang mempertimbangkan risiko, anak-anak di usia prasekolah belum sepenuhnya bisa menilai bahaya. Mereka sering melakukan hal-hal tanpa menyadari risiko, karena pertimbangan untuk keamanan diri sendiri belum matang.

## **2.2 Konsep Perkembangan Psikoseksual**

### **2.2.1 Psikoseksual Anak Prasekolah**

Perkembangan psikoseksual pada anak dimulai sejak lahir dan berkembang secara bertahap sesuai dengan usianya. Sejak bayi (0-1 tahun), anak mulai mengenali anggota tubuhnya melalui sentuhan dan respons terhadap lingkungan sekitar. Memasuki usia batita (1-3 tahun), anak mulai menyadari perbedaan fisik antara dirinya dan orang lain, termasuk perbedaan jenis kelamin, meskipun pemahaman tersebut masih sangat sederhana. Pada tahap ini, anak belum sepenuhnya memahami konsep gender secara sosial tetapi mulai mengenali bagian tubuh dan fungsi dasar tubuhnya.

Pada usia prasekolah (3-6 tahun), perkembangan psikoseksual anak memasuki fase yang lebih kompleks. Anak mulai menyadari identitas gendernya, mengetahui apakah dirinya laki-laki atau perempuan, serta mulai memahami perbedaan peran gender melalui pengamatan terhadap orang tua, saudara, teman sebaya, dan

lingkungan. Anak juga mulai menunjukkan perilaku yang mencerminkan identitas gender, seperti pilihan permainan, gaya bicara, serta tokoh yang ditiru. Pada tahap inilah, anak sangat rentan terhadap proses imitasi, sehingga stimulus yang sering dilihat, termasuk dari konten digital dapat memengaruhi cara anak dalam memahami peran laki-laki dan perempuan.

### 2.2.2 Faktor-Faktor yang Memengaruhi Identitas Seksual Anak

Pembentukan identitas anak yang sesuai dengan kondisi fisiknya dipengaruhi oleh berbagai faktor. Salah satu faktor utama adalah pola asuh orang tua. Pola asuh termasuk faktor yang memengaruhi identitas seksual anak, karena orang tua merupakan figur utama bagi dalam hidupnya. Pada usia prasekolah, anak belum mampu memilah informasi secara mandiri sehingga pemahaman tentang identitas laki-laki dan perempuan banyak dibentuk melalui interaksi sehari-hari dengan orang tua. Dalam pola asuh sehari-hari, orang tua berperan dalam:

- Memberikan contoh perilaku sesuai dengan gender yang sesuai dengan nilai-nilai religius dan norma di masyarakat
- Memberi edukasi mengenai perbedaan laki-laki dan perempuan dengan bahasa yang sesuai usia
- Mengatur batasan perilaku, tontonan, dan aktivitas anak

Penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang bersifat responsif dan aktif dapat membantu anak dalam mengembangkan identitas seksual yang lebih jelas dan sesuai dengan jenis kelaminnya. Sedangkan pola asuh yang bersifat permisif atau kurang pengawasan berisiko menyebabkan anak mengalami kebingungan terkait peran dan identitas gender, terutama anak terpapar konten digital tanpa pendampingan. Selain itu, pola asuh juga menentukan bagaimana orang tua dalam

menyikapi kebiasaan anak menonton konten digital negatif. Orang tua dapat melakukan upaya seperti menetapkan aturan, memberikan pendampingan dan melakukan komunikasi terbuka cenderung mampu melindungi perkembangan psikoseksual anak. Sebaliknya, pola asuh yang kurang konsisten dapat memperkuat proses imitasi anak terhadap konten digital negatif yang tidak sesuai dengan tahap perkembangannya.

Faktor lain yang sangat berpengaruh pada era digital adalah paparan konten digital negatif. Konten digital yang sering ditonton anak, terutama yang tidak sesuai usia dan tanpa ada pendampingan dari orang tua, dapat membentuk persepsi anak mengenai identitas gender dan peran sosial. Apabila anak prasekolah terpapar konten dengan representasi gender yang menyimpang atau tidak sesuai kodratnya maka anak berisiko mengalami kebingungan dalam memahami identitas seksualnya, karena anak belum memiliki kemampuan kognitif yang matang untuk memahami informasi baru secara kritis.

### 2.2.3 Dampak Konten Digital Negatif Perkembangan Seksual Anak Prasekolah Prasekolah

Paparan konten digital negatif yang tidak sesuai dengan usia, terutama yang menampilkan perilaku, bahasa, atau peran yang menyimpang dapat memberikan dampak sebagai berikut:

1. Kebingungan identitas gender

Dimana anak mengalami kesulitan memahami perbedaan peran dan identitas laki-laki dan perempuan.

2. Perilaku imitasi yang tidak sesuai usia

Anak meniru gaya bicara, penampilan, atau perilaku yang tidak sesuai

dengan jenis kelamin dan tahap perkembangannya

### 3. Gangguan pembentukan konsep diri dan peran sosial

Anak mengalami kebingungan dalam menentukan peran laki-laki dan perempuan dalam kehidupan sehari-hari sehingga tidak mampu memahami perilaku yang sesuai dalam situasi sosial.

### 4. Meningkatkan risiko gangguan regulasi emosi

Anak cenderung mudah marah, tantrum, dan agresif ketika berkaitan dengan konten yang tidak sesuai.

## 2.3 Konsep Konten Digital Negatif

### 2.3.1 Definisi Konten Digital Negatif

Konten digital negatif adalah tayangan visual berbasis media digital yang tidak sesuai dengan usia, tahap perkembangan, serta nilai sosial dan moral anak, sehingga berpotensi menimbulkan dampak buruk terhadap tumbuh kembang anak. Pada anak prasekolah, konten digital dapat berupa tayangan yang mengandung bahasa kasar tidak pantas, kekerasan, serta representasi peran gender yang tidak sesuai dengan jenis kelaminnya.

Dalam konteks perkembangan psikoseksual anak prasekolah, konten digital negatif mencakup tayangan yang menampilkan perilaku, penampilan, atau peran gender penyimpang yang dapat membingungkan pemahaman anak mengenai identitas laki-laki dan perempuan. Sedangkan anak prasekolah, belum mampu untuk berpikir kritis berisiko meniru dan menormalisasi konten tersebut dalam kehidupan sehari-hari.

## 2.4 Konsep Orang Tua

### 2.4.1 Definisi Orang Tua

Orang merupakan bagian dari perjalanan hidup seseorang yang berpasangan dan telah dianugerahi anak. Orang tua terdiri dari ayah dan ibu sebagai sosok utama dalam keluarga yang bertanggung jawab dalam memberikan teladan, arahan, bimbingan, nasihat, serta sikap positif kepada anak-anak mereka. Orang tua memiliki tanggung jawab besar dalam mendidik, mengasuh, dan membimbing anak hingga mencapai tahap kesiapan untuk hidup mandiri dan siap menjalani kehidupan di tengah masyarakat. Tanggung jawab tersebut secara wajar berada di tangan kedua orang tua dan tidak dapat digantikan oleh pihak lain. Dalam lingkungan keluarga, anak pertama kali memperoleh pembelajaran yang nantinya menjadi landasan di kehidupan selanjutnya, yang mencakup perkembangan fisik, sosial, mental, dan spiritual. Selain itu, orang tua juga memiliki hubungan biologis dengan anak, yang memperkuat peran mereka dalam proses pengasuhan dan pembentukan karakter anak (Nur & Malli, 2022).

### 2.4.2 Peran Orang Tua Menyikapi kebiasaan Menonton Konten

Orang tua memiliki peran yang sangat krusial dalam meminimalisir dampak negatif dari penggunaan gawai yang berlebihan pada anak. Peran ini tidak hanya berkaitan dengan memberikan batasan, tetapi juga melibatkan pemberian arahan yang tepat agar anak-anak dapat tumbuh menjadi generasi yang sukses di masa depan. Dalam hal ini, tanggung jawab orang tua mencakup pemberian kasih sayang, membangun komunikasi yang hangat dan terbuka, serta memberikan bimbingan secara konsisten. Kurangnya pengawasan dari orang tua dapat membuka peluang bagi anak untuk mengakses konten yang tidak sesuai, seperti konten kekerasan atau pornografi. Selain memperhatikan konten yang dilihat, durasi penggunaan gawai oleh anak juga perlu

menjadi perhatian utama. Orang tua diharapkan mampu mengontrol penggunaan gawai pada anak usia prasekolah, antara lain dengan membatasi waktu pemakaian, memilih aplikasi yang diakses, mengawasi secara langsung saat anak menggunakan gawai, serta memastikan bahwa fungsi gawai tidak menggantikan peran orang tua sebagai pendidik utama bagi anak. Di samping itu, orang tua juga perlu memastikan bahwa penggunaan gawai tidak mengganggu aktivitas penting atau kewajibannya dan secara aktif memantau agar anak tidak mengalami kecanduan (Junnatul & Heru, 2024).

## **2.5 Konsep Pengalaman**

### **2.5.1 Definisi Pengalaman**

Pengalaman dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang telah dilalui atau dirasakan oleh seseorang, baik secara fisik, emosional, maupun mental. Hal ini mencakup kejadian-kejadian yang pernah dialami, dijalani, atau dihadapi dalam kehidupan sehari-hari yang meninggalkan kesan atau pembelajaran tertentu bagi individu yang mengalaminya (Setiawan et al., 2020). Selain itu, definisi yang holistik menyebutkan bahwa pengalaman bukan sekedar kejadian semata, melainkan proses internal dimana ingatan, emosi dan makna diproses secara menyeluruh untuk dijadikan bekal pembelajaran dalam menyelesaikan masalah di kehidupan selanjutnya (Darmawan, 2021).

### **2.5.2 Tantangan yang Dihadapi Orang Tua**

Di era digital saat ini, orang tua menghadapi tantangan besar dalam upaya mengatasi kecanduan gawai pada anak mereka, adapun beberapa tantangan yang dihadapi oleh orang tua dalam penelitian Fitri, (2024) sebagai berikut:

1. Menyeimbangkan Literasi Digital Anak

Anak-anak yang menguasai teknologi, seringkali melebihi kemampuan orang tua mereka. Hal ini membuat kontrol orang tua menjadi lebih sulit ketika anak mulai menjelajahi konten daring tanpa pengawasan.

2. Perilaku Tempramen (tantrum)

Anak usia prasekolah cenderung menunjukkan ledakan emosi atau tantrum saat akses terhadap gawai dibatasi. Hal ini menjadi tantangan bagi orang tua karena anak bisa menagis, berteriak, atau bahkan membanting barang sebagai bentuk protes.

3. Latar Belakang Pendidikan Orang Tua

Tidak semua orang tua memiliki pemahaman yang cukup mengenai dampak negatif penggunaan gawai secara berlebihan. Kurangnya pengetahuan membuat kesulitan dalam menerapkan strategi pengasuhan yang tepat.

4. Keterbatasan Waktu Karena Tuntutan Pekerjaan

Banyak orang tua yang memiliki jam kerja panjang sehingga tidak memiliki cukup waktu untuk mendampingi anak bermain, belajar, maupun beristirahat. Akibatnya, anak lebih banyak menghabiskan waktu sendiri.

5. Kesulitan dalam Pemantauan Konten

Karena keterbatasan waktu dan literasi digital, orang tua tidak selalu dapat memantau jenis konten yang diakses oleh anak. Hal ini menyebabkan anak terpapar konten yang tidak sesuai usia atau bahkan membahayakan perkembangan psikologisnya.

## 6. Ketergantungan Anak yang Sudah Terbentuk

Ketika anak sudah terbiasa menggunakan gawai sebagai hiburan utama, maka akan sulit bagi orang tua untuk mengurangi penggunaannya. Anak sudah terlanjur bergantung secara emosional terhadap gawai sebagai pelarian dari kebosanan atau kesepian yang dialami.

### 2.5.3 Strategi Orang Tua Mengurangi Kebiasaan Menonton Konten Digital Negatif

Dalam menghadapi tantangan kecanduan gawai pada anak usia prasekolah, orang tua perlu menerapkan berbagai strategi yang tepat dan konsisten. Berikut ini adalah beberapa upaya konkret yang dapat dilakukan orang tua untuk membantu anak mengurangi ketergantungan terhadap gawai dan mendorong perkembangan yang lebih sehat (Sitorus et al., 2024) :

#### 1. Pembatasan Waktu Penggunaan Gawai

Orang tua membuat aturan mengenai durasi anak dalam menggunakan gawai setiap harinya. Misalnya, mereka hanya mengizinkan anak bermain gawai selama satu sampai dua jam saja dalam sehari.

#### 2. Aktivitas Alternatif

Orang tua mengenalkan berbagai kegiatan seru yang bisa menarik perhatian anak tanpa melibatkan gawai, seperti bermain di luar rumah, membaca buku cerita, atau melakukan permainan kreatif. Dengan cara ini, anak-anak bisa menemukan kesenangan dan hiburan dari aktivitas alin di luar rumah.

#### 3. Dukungan Sekolah

Ketika anak mulai masuk sekolah, lingkungan sekolah yang positif berperan dalam membantu mengurangi waktu menggunakan gawai. Anak menjadi lebih banyak berinteraksi dengan teman-temannya, ikut serta dalam berbagai

kegiatan fisik dan sosial, sehingga perlahan mereka tidak terlalu bergantung lagi pada gawai untuk mencari hiburan.

#### 4. Pendampingan dan Pengawasan

Orang tua selalu berusaha mengawasi penggunaan gawai pada anak usia prasekolah dengan cara mendampingi mereka secara langsung. Dengan begitu, orang tua bisa mengetahui dan mengontrol apa saja yang diakses dan dimainkan oleh anak. Keterlibatan orang tua saat menggunakan perangkat elektronik bisa memberikan dampak positif, karena anak-anak ada yang mengarahkan dalam memilih konten. Selain itu, anak juga mendapat kasih sayang dan perhatian lebih ketika orang tua hadir lebih dekat dan aktif dalam keseharian mereka.

#### 5. Membuat Screen Time

Strategi selanjutnya adalah dengan mengatur screen time pada gawai yang digunakan oleh anak. Langkah ini dapat diambil ketika anak seringkali menangis apabila gawai yang sedang digunakan diambil secara langsung. Namun, jika layar gawai mati dengan sendirinya sesuai waktu yang telah ditentukan, anak cenderung meninggalkannya dan beralih ke aktivitas lain. Saat perhatian anak mulai teralihkan dari gawai, orang tua menjadi lebih mudah mengarahkan mereka ke kegiatan fisik yang lebih bermanfaat bagi tumbuh kembangnya.

#### 2.5.4 Tatalaksana Anak Kebiasaan Menonton Konten Digital Negatif

Menurut Mulyana et al., (2023) adapun cara yang dapat dilakukan oleh orang tua untuk mengatasi kecanduan gawai pada anak usia prasekolah sebagai berikut:

1. Orang tua dapat mengatasi tontonan dengan menetapkan batasan waktu harian dalam menonton.

2. Melakukan pengawasan saat anak mulai menonton konten digital, hal ini dapat membantu mencegah akses terhadap konten yang tidak sesuai.
3. Memberikan pendampingan dan bimbingan saat anak mengerjakan tugas sekolah yang dimana dapat memperkuat fungsi edukatif.
4. Meluangkan waktu untuk bermain bersama anak, sehingga meningkatkan kedekatan emosional antara orang tua dan anak.
5. Mengajak anak berlibur ke tempat yang mereka sukai, menjadikan sebagai tempat relaksasi sekaligus mengalihkan perhatian anak dari konten digital negatif.
6. Melibatkan anak dalam menyelesaikan pekerjaan rumah, dimana mengajarkan sebuah tanggung jawab serta mengurangi waktu menonton.
7. Mengarahkan anak untuk bermain permainan tradisional (misalnya sondah) dan konvensional (seperti ular tangga, lego, puzzle) dapat menjadi alternatif yang menyenangkan dan mendidik. Dengan harapan dapat meningkatkan kemampuan anak untuk berinteraksi secara sosial dan membangun hubungan dengan lingkungan sekitar.

## 2.6 Penelitian Terdahulu

Fenomena kecanduan gawai pada anak usia prasekolah menjadi tantangan serius bagi orang tua dalam menjalankan peran pengasuhan yang sehat. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa orang tua sering mengalami kebingungan, stres, dan rasa bersalah saat menghadapi anak yang sulit lepas dari gawai. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Isikoglu et al. (2023), orang tua menggambarkan kegagalan mereka dalam menerapkan aturan penggunaan gawai, yang diperparah dengan ketidak konsistenan dalam mengawasi dan adanya keterbatasan waktu pendampingan. Strategi seperti

mengambil gawai secara paksa atau melarang anak menggunakan gawai justru memicu perilaku agresif dan pertengkaran dalam keluarga. Kondisi ini menunjukkan bahwa, orang tua tidak hanya menghadapi kecanduan anak, tetapi juga konflik emosional dan ketidakpastian dalam pola pengasuhan mereka sendiri.

Penelitian yang dilakukan oleh Lee & Kim. (2023), mengatakan bahwa pengalaman ibu yang mengikuti program *emotion coaching group*. Program ini dirancang untuk membantu orang tua mengelola emosi mereka dan membangun komunikasi yang lebih positif dengan anak-anak yang mengalami kecanduan gawai. Para orangtua yang mengikuti delapan sesi pelatihan ini mengatakan bahwa, mereka mulai memahami akar emosional dari perilaku anak, menjadi lebih sabar, dan mampu menciptakan rutinitas pengasuhan yang lebih efektif. Adapun hasil yang diperoleh dapat meningkatkan interaksi antara ibu dan anak, dengan diiringi menurunnya durasi penggunaan gawai oleh anak.

Sementara itu, dalam penelitian Martini & Suryatna. (2022), ibu-ibu yang memiliki anak usia prasekolah dengan perilaku kecanduan gawai menyatakan bahwa mereka awalnya memberi gawai untuk menenangkan anak saat tantrum atau sebagai sarana hiburan selama pandemi. Namun sering berjalannya waktu, anak menjadi sangat tergantung, jarang berinteraksi dengan lingkungan sekitar, dan menunjukkan perilaku tantrum saat tidak diberikan gawai. Ibu yang menjadi partisipan pada penelitian tersebut merasa menyesal dan berusaha mengatasi ketergantungan dengan membatasi durasi penggunaan, memperbanyak aktivitas fisik bersama anak, dan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan seperti bidan atau psikolog anak untuk mengatasi masalah pada anaknya.