

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Gadget merupakan hal yang tidak bisa terlepas dari kehidupan manusia. Gadget sendiri adalah peranti elektronik dengan fungsi praktis (KBI, 2008). Fungsi praktis inilah yang memudahkan manusia dalam melakukan kegiatan sehari-harinya. Di Indonesia sendiri pengguna gadget ini juga banyak. Menurut data dari Ristekdikti (2017) perkiraan jumlah pengguna gadget adalah 25% dari penduduk Indonesia atau sebesar 65 juta orang. Jumlah ini pasti akan terus berkembang karena gadget ini selalu terus diperbarui atau semakin canggih. Terbukti bahwa penjualan *smartphone* sendiri pada tahun 2017 kuartal kedua sudah terjual 366,2 juta dari berbagai vendor *smartphone* (Bohang, 2017).

Peningkatan jumlah pengguna gadget ini tidak hanya ada di kalangan orang dewasa. Anak-anak juga memiliki akses menggunakan gadget. Anak-anak tersebut menggunakan gadget dalam durasi waktu yang cukup lama. Hal ini sama seperti sebuah penelitian yang dilakukan di Amerika tahun 2013 oleh Common Sense Media (2013). Penelitian ini dilakukan pada anak-anak berumur 0 – 8 tahun. Penelitian tersebut mengatakan bahwa adanya peningkatan anak memiliki akses ke gadget dari tahun 2011 ke tahun 2013. Penggunaan gadget pada anak-anak ini sudah mulai di kenalkan pada umur 2 tahun. Penelitian tersebut mengatakan bahwa anak-anak menggunakan *mobile devices* rata-rata 1 jam 7 menit. Durasi tersebut telah meningkat dari tahun 2011 yaitu 43 menit.

Durasi penggunaan gadget ini semakin meningkat dari tahun ke tahun pada anak-anak. Durasi sebuah perilaku sendiri memiliki arti adalah lama waktu dari perilaku itu berlangsung (Martin & Pear 2007: 275). Sedangkan durasi relatif sendiri menurut tokoh yang sama adalah lama waktu perilaku itu muncul dalam jangka waktu tertentu. Gadget yang bisa digunakan adalah seperti *smartphone*, tablet dan komputer. Durasi menggunakan gadget sendiri akan bisa berdampak pula jika digunakan berlebihan. Terutama gadget yang digunakan oleh anak-anak.

Pada dasarnya gadget ini sendiri memiliki banyak dampak, baik yang positif dan negatif. Penelitian Dauw (2016) yang meneliti tentang efek *screen time* pada perkembangan anak dari umur 10 sampai 71 bulan. *Screen time* ini adalah teknologi seperti televisi, tablet dan *smartphone*. Dauw (2016) mengatakan bahwa ada dampak positif teknologi terhadap anak yaitu teknologi dapat memberikan kesempatan belajar bagi anak-anak, menyediakan hiburan, dan yang terakhir adalah orangtua bisa mendapatkan waktu sendiri bagi diri mereka sementara anak mereka disibukkan dengan gadgetnya. Selain itu penelitian tersebut juga mengemukakan hasil tentang dampak negatif dari *screen time*. Beberapa dampak negatifnya adalah orangtua kesulitan untuk membatasi waktu anak-anak dalam menggunakan teknologi tersebut dan anak-anak akan menjadi kecewa dan marah ketika waktu limit mereka sudah habis.

Penelitian lain oleh American Academy of Pediatrics (2011) mengemukakan dampak *screen time* lainnya. Dalam hal ini *screen time* yang dimaksud adalah menonton televisi. Dampak-dampak dari hasil penelitian tersebut adalah dampak negatif pada anak dan remaja. Dampak yang pertama adalah bahwa anak-anak akhirnya menghabiskan *screen time* lebih banyak daripada melakukan aktifitas fisik. Dampak kedua adalah anak-anak dan remaja memakan lebih banyak snack saat mereka menonton televisi dan iklan-iklan tentang *junk food* akan membuat anak ingin memakan apa yang diiklankan. Untuk dampak yang terakhir adalah terganggunya jam tidur mereka karena mereka masih menonton.

Sesuai dengan hasil penelitian tersebut, hasil wawancara dengan dua subyek seorang ibu yang mengatakan bahwa anaknya mendapatkan dampak positif dan dampak negatif dari *screen time* pada anaknya. Anak yang pertama berumur 2,5 tahun dan yang kedua berumur 4,5 tahun. Berikut kutipan wawancaranya:

“Kayak nyanyi-nyanyi itu dari youtube. Dia bisa nyanyi itu dari youtube. He-eh... dari youtube dia isa nyanyi. Kenal hur-huruf, angka, bahasa inggris itu dari youtube. Warna dari youtube. (pertanyaan) Aku takutnya ke matanya kalau sering-sering liat... Terus diawasi. Takute sekarang khan youtube akeh, gambare kartun ya, tapi khan porno. Kita khan harus was-was...(pertanyaan)

Ayo lepas, gak boleh lagi liat youtube. Nangis... (pertanyaan) matanya sakit nanti... sampe kadang kucek-kucek matanya. Kadang kalau mau tidur itu matanya dikucek-kucek.” (CC)

“Jadi dia rasa... eh apa... buah-buahan (interupsi suara orang lain) satu setengah tahun warna-warna, warna, buah itu tau semua, angka tau. (pertanyaan ketika diambil gadgetnya) Pernah tapi marah. Marah bilang mama jahat mama nakal. (pertanyaan) Dampak main itu tambah males ini. PR itu sampe gak selese-selese.” (JJ)

Ibu pertama menjelaskan bahwa dampak positifnya berkaitan dengan kemampuan anak dalam bahasa, angka dan pengenalan warna. Anak mengenal bahasa asing, angka dan warna dari media youtube yang dilihatnya lewat gadget. Dampak positif ini juga dirasakan oleh ibu yang kedua dimana anaknya dapat mengenal warna, angka dan buah-buahan. Sedangkan dampak negatif dari gadget kepada anaknya dari ibu yang pertama adalah secara fisik. Dimana akhirnya anak terlihat mengucek matanya ketika mau tidur karena kelelahan melihat layar. Sedangkan ibu yang kedua mengatakan bahwa dampak negatifnya adalah kalau diambil gadgetnya menjadi marah pada ibunya. Selain itu anak jadi tidak mau mengerjakan PR sekolahnya sehingga PR menjadi tidak selesai-selesai. Dampak ini berkaitan dengan sosio emosi anak dan akademik anak.

Dampak-dampak negatif terhadap anak-anak itu membuat penggunaan gadget untuk anak-anak memiliki batasan. World Health Organization sampai memasukkannya kedalam gangguan kesehatan mental pada bulan Januari 2018 (Nuralfiah, 2018). Sedangkan pada dasarnya anak-anak umur 0 sampai 2 tahun sebenarnya tidak boleh sama sekali menggunakan layar datar. Sedangkan yang berumur 3 sampai 5 tahun hanya boleh satu jam selama sehari (Nuralfiah, 2018). Tetapi pada kenyataannya anak-anak pra sekolah bisa melebihi dari batasan normal tersebut. Terbukti dari hasil wawancara kepada dua ibu yang anaknya menggunakan gadget.

“Tergantung... Kalau aku pas bantu papae sibuk, itu bisa 2 jam, 3 jam, gitu. Kalau endak ya endak, tak ambil.” (CC)

“Bangun pagi udah minta ‘ma...hape...’ Dibalikin terus kalau baterainya udah habis... Lama ya... kalau gak ada PR ya main terus.” (JJ)

Dari hasil wawancara anak pertama kali mengenal smartphone karena dia ingin tahu. Kemudian dari rasa ingin tahu itu akhirnya anak mulai menggunakan smartphone lebih dari yang waktu yang sebaiknya diterima anak seusianya. Penyebabnya adalah karena orangtua yang masih bekerja sehingga terkadang tidak mengawasi anaknya. Berikut kutipannya:

“He-eh, engga ya pas dia main apa sih... pas kita foto-foto gitu, (interupsi), pas kita foto-foto gitu, main. ‘Mama liat!’ liat hasil fotone... tak kasih, terus mari liat, suwi-suwi, lain pas, main game. Mari itu, tau khan letak youtube dimana, buka youtube. Tau ini. He-eh, minta dulu, gak pernah aku kenalin.” (CC)

Sedangkan subyek kedua mengatakan mereka memberikan anaknya gadget agar dia bisa diam, sementara dirinya sedang membersihkan rumah. Berikut kutipannya:

“Umur satu setengah... Pertama aku buka dulu, terus dia main sendiri. Khan aku dewean gak ada pembantu jadi tak kerjain sendiri semuane. Aku lagi repot di dapur gitu, wes tak kasih hape. Jadi diem.” (JJ)

Dari hasil wawancara tersebut bisa disimpulkan bahwa karena kurangnya pengawasan dari orangtua, maka anak tersebut bisa memakai gadget dengan durasi lebih dari yang seharusnya. Menurut hasil penelitian dari Masya dan Candra (2016) bahwa beberapa pengaruh anak didik kelas X kecanduan *game online* adalah karena kurangnya perhatian dari keluarga, depresi, kurangnya kontrol dari orangtua, kurangnya kegiatan yang dimiliki oleh individu, pengaruh lingkungan individu, dan pola pengasuhan orangtua. Keenam faktor

yang mempengaruhi kecanduan *game online* pada jurnal tersebut, tiga diantaranya sesuai dengan yang dialami oleh subyek CC dan JJ. Dimana karena mereka kurang kontrol dari orangtua, pola pengasuhan dan kurangnya perhatian lah yang membuat mereka bermain gadget lebih dari jam yang sewajarnya.

Selain faktor dari orangtua yang mempengaruhi anak untuk bermain dengan gadgetnya, ada faktor internal yang berasal dari anak tersebut. Faktor tersebut berkaitan dengan sistem saraf. Penelitian dari Weinstein dan Lejoyeux (2013) mengatakan bahwa *video game playing* berhubungan dengan mekanisme sistem saraf yang sama dengan kecanduan obat. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa adiksi internet sendiri merangsang mekanisme *reward* hormon dopamin. Sistem saraf tersebut lah yang akhirnya membuat anak senang bermain dengan gadgetnya. Pada akhirnya anak bisa menghabiskan waktu yang sangat lama untuk bermain dengan gadgetnya.

Gadget memang menarik perhatian anak sehingga anak menjadi sulit lepas dengan hal tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh DeShetler (2014) membuktikan bahwa anak-anak akan sulit lepas dari teknologi. Orangtua yang diwawancarai dalam penelitian tersebut mengatakan bahwa anak-anak menjadi terlalu asyik, terobsesi, tergila-gila, sangat membutuhkan teknologi dan adiksi terhadap teknologi tersebut. Padahal kenyataannya anak-anak prasekolah umur 2-5 tahun hanya boleh menggunakan *screen time* kurang dari satu jam perharinya (Canadian Paediatric Society, 2017). Dalam jurnal Canadian Paediatric Society (2017) tersebut juga direkomendasikan bahwa sebaiknya memprioritaskan untuk berinteraksi dengan anak melalui percakapan, bermain dan rutinitas aktif yang sehat.

Adanya batasan tersebut dikarenakan dampak-dampak yang dapat ditimbulkan pada aspek-aspek perkembangan anak. Aspek-aspek dalam perkembangan itu sendiri adalah biologis, kognitif dan sosioemosional (Santrock, 2008: 15). Dampak secara fisik telah dikemukakan diatas dari penelitian oleh American Academy of Pediatrics (2011). *Screen time* membuat anak tidak melakukan aktifitas fisik, obesitas dan terganggu jam tidur. Secara sosio emosional dikemukakan bahwa anak akan kecewa dan marah ketika

limit mereka menggunakan teknologi telah habis (Dauw, 2016). Selain itu, penelitian oleh Radesky, Schumacher, Zuckerman (2015) mengatakan bahwa walaupun *mobile media* dapat mengalihkan perhatian dan menghibur anak-anak, tetapi anak-anak tetap diharapkan untuk memiliki mekanisme internal untuk *self-regulation*. Hal itu bertujuan agar anak-anak bisa menenangkan dirinya sendiri pada saat dia beranjak dewasa nanti. Untuk dampak pada kognitif sendiri berkaitan dengan *transfer deficit* (Lerner, 2014). Menurut Lerner, penelitian-penelitian yang ada telah membuktikan bahwa anak-anak kecil akan lebih mudah memahami informasi dengan pengalaman nyata ketimbang dengan menggunakan layar. Selain itu menonton video terlalu lama juga akan memberikan efek merusak pada masa awal perkembangan bahasa (Zimmerman, Christakis, Meltzoff, 2007).

Subyek dalam penelitian ini sendiri adalah anak-anak berumur 5 tahun yang masuk dalam masa kanak-kanak awal. Dilihat dari teori perkembangan anak sendiri anak prasekolah termasuk dalam masa kanak-kanak awal. Menurut Santrock (2008: 17) pada masa ini anak-anak belajar untuk lebih mandiri dan merawat diri mereka sendiri, mengembangkan kemampuan untuk siap sekolah (mengikuti instruksi dan mengenal huruf), dan menghabiskan waktu yang banyak untuk bermain dengan teman sebayanya. Perkembangan otak menurut Center on the Developing Child (2007) pada masa awal kehidupan merupakan masa dimana perkembangan otak paling fleksibel. Hal ini dimaksud bahwa otak akan mengakomodasi banyaknya informasi yang masuk. Sedangkan secara psikososial (Erikson dalam Santrock, 2008: 23), masa prasekolah adalah dimana anak-anak mulai memperluas dunia sosial mereka. Mereka akan menghadapi tantangan baru yang membutuhkan perilaku yang aktif, bertujuan dan bertanggung jawab. Sebaliknya anak-anak akan merasa bersalah jika anak tersebut tidak bertanggung jawab dan dibuat selalu cemas.

Paparan tentang perkembangan anak pada usia prasekolah tersebut dan dampak yang ditimbulkan gadget memberikan kesenjangan. Gadget dan media tidak dapat sepenuhnya dapat mengoptimalkan perkembangan anak. Kemampuan mereka dalam mengenal huruf dan persiapan kognitif mereka memang berkembang

dari menonton video. Terbukti dari hasil penelitian oleh Troseth, O'Doherty dan Strouse (2013) yang mengatakan bahwa anak-anak yang menonton video lebih dari sekali akan membantunya dalam hal belajar. Tetapi anak-anak tersebut akhirnya kurang melakukan gerakan yang lebih aktif karena hanya duduk terus. Padahal jika dilihat dari kemampuan fisik anak tersebut pada umur 5 tahun sudah bisa melompat, berlari, memanjat, berlomba lari dengan teman-temannya (Santrock, 2008: 212). Gadget pada akhirnya membuat anak tidak melakukan aktifitas *outdoor* dan motorik kasar mereka tidak terlatih. Hal yang tepat untuk menutup gap ini adalah dengan menyeimbangkan permainan mereka antara yang menggunakan layar dan permainan yang sesungguhnya (Johnson dan Christie, 2009).

Permainan yang sesungguhnya atau bisa juga disebut dengan bermain merupakan hal yang penting bagi aspek perkembangan anak dan memiliki banyak keuntungan (American Academy of Pediatrics, 2007). Bermain didefinisikan sebagai kegiatan yang dipilih secara bebas, dimotivasi secara intrinsik dan diarahkan oleh personal itu sendiri (Goldstein, 2012: 5). Permainan sendiri itu penting bagi anak-anak karena bisa membantu mereka untuk mengatasi kecemasan dan konflik mereka. Karena permainan itu sendiri bisa meredakan ketegangan dan anak-anak bisa menghadapi masalah dalam kehidupan (Freud dan Erikson dalam Santrock, 2008: 271). Tipe permainan usia 5 tahun termasuk dalam tipe reproduktif (4 – 7 tahun) dimana anak mulai merepresentasikan situasi, gambar dan tindakan tertentu dengan menggunakan berbagai macam media.

Salah satu permainan yang bisa memenuhi kriteria tersebut adalah permainan balok. Balok merupakan permainan yang tergolong simbolik dan selain itu dapat membantu anak untuk meningkatkan kemampuan berpikir representasional (Shipley, 1998: 371). Tidak hanya itu, saran dari American Academy of Pediatrics (2007) kepada dokter anak adalah untuk menekankan permainan aktif daripada hiburan yang pasif. Salah satu permainan yang disarankan adalah balok dan boneka. Dimana permainan tersebut membuat anak-anak akan menggunakan imajinasi mereka secara penuh ketimbang mainan pasif yang hanya menggunakan imajinasi yang terbatas. Menurut Shipley (1998: 369) balok sendiri memiliki peranan penting bagi anak-anak dan sangat bermanfaat untuk semua

aspek dalam perkembangan anak. Selain itu manfaat dari permainan balok sendiri adalah dapat mengembangkan kemampuan bahasa (Christakis, Zimmerman dan Garrison, 2007). Penelitian itu juga memberikan saran pada penelitian selanjutnya jika kemungkinan permainan balok dapat mengurangi jam menonton televisi pada anak.

Artikel *Block Play Classroom Essentials* (2009) sendiri mengatakan bahwa permainan balok dapat bermanfaat pada beberapa aspek perkembangan anak. Aspek-aspek tersebut adalah matematika dan ilmu sains, kemampuan bahasa dan tulisan, kemampuan fisik, kemampuan sosial dan emosi. Manfaat-manfaat yang dimiliki dari permainan balok sendiri pada aspek-aspek perkembangan tersebut dapat mengurangi dampak yang dihasilkan dari penggunaan gadget yang sudah disebutkan diatas. Balok yang akan digunakan sendiri adalah jenis *interlocking tabletop blocks* yang terbuat dari bahan plastik. Penamaannya lebih dikenal dengan *Lego* karena perusahaan tersebut memang khusus membuatnya. Manfaat dari permainan *Lego* ini sendiri adalah menstimulasi kreativitas anak, mengembangkan imajinasi, meningkatkan konsentrasi, meningkatkan ketelitian, mengembangkan motorik halus, mengembangkan kognitif anak (Fadlillah, 2017: 89).

Banyaknya manfaat permainan balok, maka peneliti menggunakan permainan balok *Lego* itu sendiri sebagai salah satu solusi yang lebih baik daripada membiarkan anak bermain dengan gadgetnya terus menerus. Sudah dapat dibuktikan diatas bahwa penggunaan gadget ini akan memiliki dampak-dampak pada anak-anak. Dampak penggunaan gadget itu dapat diatasi dengan manfaat permainan balok *Lego* ini. Terapi permainan sendiri sudah sering digunakan sebagai pemberian perlakuan untuk berbagai masalah psikososial pada anak (VanFleet, Sywulak & Snicak, 2010: 8). Permainan balok ini akan bertumbuh seiring dengan tahapan pada anak batita, prasekolah dan anak-anak usia menengah (Shipley, 1998: 370).

Pada pemberian perlakuan yang akan dilakukan dalam penelitian, durasi yang akan diobservasi adalah satu jam. Selama satu jam ini subyek akan bermain dengan peneliti dan pengasuh. Pemilihan satu jam ini sesuai dengan pedoman oleh National Association for Sport and Physical Education (2006). Menurut

asosiasi tersebut anak-anak prasekolah umur 3-5 tahun seharusnya melakukan setidaknya akumulasi 60 menit per hari untuk aktifitas yang terstruktur. Aktivitas yang tidak terstruktur setidaknya 60 menit sehari. Pedoman tersebut juga mengatakan bahwa anak-anak prasekolah seharusnya mengembangkan kompetensi dalam kemampuan menggerakkan seperti balok bangunan untuk gerakan-gerakan kompleks.

Keunikan dalam penelitian ini adalah karena ini merupakan penelitian eksperimen untuk mengurangi durasi penggunaan gadget. Pemberian perlakuan dengan permainan *Lego* ini sendiri dalam mengurangi durasi menggunakan gadget masih belum banyak diteliti. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Gunawan (2017) tentang hubungan durasi penggunaan *smartphone* terhadap perkembangan sosial anak prasekolah di TK PGRI 33 Sumurboto. Penelitian tersebut hanya menghasilkan hubungan antara lamanya menggunakan gadget yang memiliki hubungan signifikan dengan perkembangan sosial anak. Sedangkan penelitian ini menggunakan proses pemberian perlakuan yang akan menjelaskan tentang pengaruh.

Penelitian yang dilakukan peneliti ini juga ingin mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi dari dampak penggunaan gadget pada anak. Hal ini tentunya berbeda dari banyak penelitian lain yang hanya melihat dampak dari penggunaan gadget ini terhadap anak. Seperti penelitian oleh Novitasari & Khotimah (2016) tentang dampak penggunaan gadget terhadap interaksi sosial anak usia 5-6 tahun. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa penggunaan gadget ini memang memiliki dampak atau berpengaruh terhadap interaksi sosial anak. Hal itulah yang membuat peneliti ingin melakukan penelitian eksperimen guna mencari solusi dari penelitian-penelitian yang sudah membuktikan adanya dampak terhadap perkembangan anak. Peneliti ingin mengetahui apakah permainan balok *Lego* dapat mempengaruhi durasi anak dalam menggunakan gadgetnya.

1.2. Batasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini adalah pengaruh permainan *Lego* untuk mengurangi durasi anak dalam menggunakan gadget.

Adapun beberapa batasan masalah yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Variabel yang diteliti
Variabel yang diteliti adalah durasi anak dalam menggunakan gadget. Durasi ini sendiri adalah lama waktu ketika anak menggunakan gadgetnya.
- b. Subyek Penelitian
Subyek penelitian yang digunakan adalah anak-anak prasekolah yang berumur 5 tahun yang menggunakan gadgetnya melebihi batasan normal. Batasan normal pada penelitian adalah satu jam per hari. Adapun pertimbangan pemilihan subyek ini adalah karena usia tersebut adalah usia dimana anak masih berkembang. Pertimbangan lainnya adalah karena adanya dampak-dampak negatif dari penggunaan gadget yang berlebihan pada anak-anak.
- c. Permainan *Interlocking tabletop blocks: Lego*
Pemberian perlakuan yang digunakan pada penelitian ini adalah permainan balok jenis *interlocking tabletop* yaitu *Lego*. Hal ini dikarenakan karena permainan merupakan komponen penting bagi perkembangan anak. Menggunakan *Lego* karena manfaat yang didapatkan dari permainan tersebut akan mencakup berbagai dimensi dari perkembangan anak.
- d. Jenis Penelitian
Jenis penelitian yang digunakan adalah *Single Case-Experiment* yang terdiri dari satu partisipan untuk melihat adanya pengaruh dari kondisi pemberian perlakuan tertentu (Christensen, 1997).

1.3. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh permainan *Interlocking Tabletop Blocks: Lego* dalam mengurangi durasi penggunaan gadget pada anak-anak prasekolah?

1.4. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan menguji pengaruh permainan *Interlocking Tabletop Blocks: Lego* dalam mengurangi durasi penggunaan gadget pada anak-anak prasekolah.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Dapat memperkaya perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan pada teori bermain yang dapat digunakan untuk mengurangi durasi penggunaan gadget.

1.5.2. Manfaat Praktis

1. Bagi anak-anak
Penelitian ini diharapkan bisa mengurangi durasi anak menggunakan gadget sehingga mereka memiliki alternatif permainan yang lain.
2. Bagi orangtua
Penelitian ini diharapkan bisa menjadi pembelajaran bagi orangtua tentang dampak dari penggunaan gadget dan alternatif permainan lain sebagai pengganti gadget.
3. Bagi guru TK
Penelitian ini diharapkan bisa membuka wawasan guru TK untuk lebih memotivasi anak bermain dengan mainan yang nyata daripada menggunakan gadget terutama permainan *Lego*.
4. Bagi penelitian selanjutnya
Penelitian ini diharapkan menjadi acuan pada penelitian lain untuk lebih dikembangkan lagi tentang manfaat dari bermain pada anak-anak