

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Tinjauan Pustaka**

##### **1. Kecanduan Game Online**

###### **a. Pengertian**

Istilah kecanduan awalnya digunakan terutama mengacu kepada penggunaan alkohol dan obat-obatan. Pertama, Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia kecanduan adalah kejangkitan suatu kegemaran (sehingga lupa hal-hal yang lain). Kedua, Menurut “*Cambrige Dictionary*” kecanduan adalah menyukai sesuatu yang terlalu banyak dan melakukan hal itu secara berlebihan. Jadi bisa disimpulkan bahwa kecanduan adalah sesuatu yang menyenangkan yang dilakukan dengan sangat berlebihan sehingga melupakan hal-hal yang lain (Suplig, 2017)

Kecanduan game online merupakan suatu sikap yang berlebihan dalam bermain game online dimana para penggunanya akan terus menerus bermain dan sulit untuk berhenti (Nurdilla, 2018). *World Health Organisation* (WHO) saat ini sudah resmi menyatakan bahwa kecanduan game online sebagai penyakit gangguan mental untuk pertama kalinya dalam *11th Revision of the International Classification of Diseases* (ICD-11). Penyakit kecanduan game online ini memiliki beberapa karakteristik antara lain pola perilaku bermain secara terus menerus yang ditandai dengan gangguan kontrol terhadap

game, sehingga game lebih diutamakan dari pada kebutuhan hidup lainnya (WHO, 2018). Seseorang bisa dikatakan kecanduan game online jika penggunaanya bisa lebih dari 3 jam dalam sehari (Laili, 2015) Kecanduan game online telah menggantikan teman dan keluarga sebagai salah satu sumber kesenangan dalam kehidupan emosional seseorang. Seorang yang kecanduan menghabiskan lebih banyak waktu untuk bermain game online demi mendapatkan kesenangan. Ketika tidak dapat bermain game online maka akan menyebabkan kemurungan.

Jadi kecanduan game online adalah sikap berlebihan didalam bermain game online yang dapat nyebabkan gangguan mental yang dapat membuat seseorang ebih mengutamakan bermain game online dari pada kebutuhan hidup lainnya. Orang yang mengalami kecanduan game online akan merasa sedih atau murung jika tidak dapat bermain game online, jika sudah bermain game online mereka akan merasa senang dan melupakan pekerjaan, pendidikan dan menjadi jarang untuk berinteraksi dengan kehidupan sosialnya karena terlalu mengutakan bermain game online. Seseorang dikatakan kecanduan game online apabila bermain game online lebih dari 3 jam dan bermain sepanjang waktu (Mais et al., 2020).

b. Kriteria Kecanduan Game Online

Seseorang dikatakan kecanduan (*addicted*) memenuhi enam kriteria yang diungkapkan oleh Chen dan Chang, (dalam Detria, 2013).

Kriteria tingkah laku kecanduan sebagai berikut:

- 1) *Salience*: menunjukkan dominasi aktivitas bermain game dalam pikiran dan tingkah laku.
  - a) *Cognitive salience*: dominasi aktivitas bermain game pada level pikiran.
  - b) *Behavioral salience*: dominasi aktivitas bermain game pada level tingkah laku
- 2) *Euphoria*: mendapatkan kesenangan dalam bermain game.
- 3) *Conflict*: pertentangan yang muncul antara orang yang kecanduan dengan orang-orang yang ada di sekitarnya (*external conflict*) dan juga dengan dirinya sendiri (*internal conflict*) tentang tingkat dari tingkah laku yang berlebihan
  - a) *Interpersonal conflict* (eksternal): konflik yang terjadi dengan orang-orang yang ada di sekitarnya.
  - b) *Interpersonal conflict* (internal): konflik yang terjadi dalam dirinya sendiri
- 4) *Tolerance*: aktivitas bermain game online mengalami peningkatan secara progresif selama rentang periode untuk mendapatkan efek kepuasan.

- 5) *Withdrawal*: perasaan tidak menyenangkan pada saat tidak melakukan aktivitas bermain game.
- 6) *Relapse and Reinstatement*: kecenderungan untuk melakukan pengulangan terhadap pola-pola awal tingkah laku kecanduan atau bahkan menjadi lebih parah walaupun setelah bertahun-tahun hilang dan dikontrol

c. Gejala Kecanduan Bermain Game Online

Beberapa gejala yang muncul pada siswa yang mengalami kecanduan game online.

- 1) Pertama, siswa bermain game online sepanjang hari, dan lamanya siswa bermain game online (lebih dari tiga jam).
- 2) Kedua, siswa mendapat kesenangan ketika bermain game online, cenderung seperti tak kenal lelah dan mudah tersinggung saat dilarang. Siswa yang kecanduan tidak pernah menghiraukan perkataan orang tua atau orang lain untuk mengurangi intensitas bermain game online, dan siswa cenderung berontak apabila dilarang untuk bermain.
- 3) Ketiga, lebih cuek dalam kegiatan sosial, dan tidak menghiraukan aktivitas lain yang penting baginya, seperti makan, minum, berinteraksi dengan teman sebaya atau belajar.
- 4) Keempat, ingin mengurangi ketergantungannya tapi tidak bisa

d. Faktor-Faktor Penyebab Kecanduan Game Online

Menurut Detria (2013) terdapat faktor internal dan faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan game online pada anak. Faktor-faktor internal yang menyebabkan terjadinya kecanduan game online, sebagai berikut :

- 1) Keinginan yang kuat dari diri remaja untuk memperoleh nilai yang tinggi dalam game online, karena game online dirancang sedemikian rupa agar *gamer* semakin penasaran dan semakin ingin memperoleh nilai yang lebih tinggi.
- 2) Ketidak mampuan mengatur prioritas untuk mengerjakan aktivitas penting lainnya juga menjadi penyebab timbulnya kecanduan terhadap game online.
- 3) Rasa bosan yang dirasakan remaja ketika berada di rumah atau di sekolah.
- 4) Kurangnya *self control* dalam diri siswa, sehingga siswa kurang mampu mengantisipasi dampak negatif yang timbul dari bermain game online secara berlebihan

Faktor-faktor eksternal yang menyebabkan terjadinya kecanduan game online pada remaja, sebagai berikut.

- 1) Lingkungan yang kurang terkontrol, karena melihat temantemannya yang lain banyak yang bermain game online.
- 2) Kurang memiliki hubungan sosial yang baik, sehingga siswa memilih alternatif bermain game sebagai aktivitas yang menyenangkan.

- 3) Harapan orang tua yang melambung terhadap anaknya untuk mengikuti berbagai kegiatan seperti kursus atau les, sehingga kebutuhan primer anak, seperti kebersamaan, bermain dengan keluarga menjadi terlupakan

e. Dampak keanduan game online.

Kebiasaan anak bermain game online ternyata membawa berbagai pengaruh terhadap diri mereka seperti bagi kesehatan. Menurut pakar game, permainan game online memberikan dampak yang signifikan terhadap kesehatan atau fisik. Apabila tubuh terkena paparan langsung cahaya radiasi komputer akibat bergadang 24 jam untuk bermain game online, banyak sekali gangguan kesehatan yang timbulkannya, yaitu:

- 1) Syaraf mata dan otak, serta kesehatan jantung akan menurun.
- 2) Berat badan menurun akibat lupa makan dan minum karena keasyikan bermain game.
- 3) Karena banyak duduk dalam waktu yang lama, lambung dan ginjal bisa rusak.
- 4) Kalau bermain game online sambil ngemil, kemungkinan berat badan akan meningkat.

Beberapa penyakit atau cedera yang dapat ditimbulkan dari kebiasaan bermain game online sebagai berikut:

- 1) Stress

Anak mengalami kekalahan dalam bermain game, pikiran mereka menjadi stress dan depresi, juga menimbulkan anak-anak kurang beraul atau bersosialisai dengan lingkungan sekitar sehingga memiliki pola pikir yang sempit. Pikiran mereka akan mudah tertekan, kebingungan, dan gelisah bila tidak bermain game, depresi bila tidak bisa menamatkan gamenya.

## 2) RSI

RSI adalah cedera fisik berulang-ulang dan dapat menyebabkan kecacatan, misalnya sering pegal, dan nyeri tulang belakang yang bisa membuat bentuk tulang belakang tidak proposional.

## 3) Kerusakan mata

Sinar biru pada layar TV atau monitor komputer dapat menyebabkan kerusakan pada mata, yaitu mengikis luetin pada mata sehingga mengakibatkan pandangan kabur degenerasi makula.

## 4) Maag

Anak-anak yang kecanduang main game umumnya banyak yang lupa waktu termasuk lupa jam makan. Keadaan seperti ini dapat memicu timbulnya penyakit maag.

## 5) Epilepsi (ayan)

Kilatan-kilatan cahaya dengan pola tertentu pada video game dapat memicu penyakit epilepsi atau ayan

f. Peran Guru Dalam Mengatasi Anak Kecanduan Game Online

Guru adalah orang tua di sekolah bagi para pelajar sehingga peran mereka adalah kurang lebih sama dengan peran orang tua di rumah. Bagi anak, guru dianggap sebagai figure utama yang kerap ditiru setelah figur orang tua. Untuk itulah, guru diharapkan bisa ikut aktif mengawasi perkembangan anak agar tidak menjadi kecanduan bermain game online. Menurut Adiningtiyas (2017) ada beberapa hal yang dapat dilakukan guru untuk mengatasi anak dari kecanduan bermain game online, yaitu:

1) Beri pengertian Saat menjelaskan

Suatu materi pelajaran kepada siswa, guru dapat menyisipkan pesan tentang bahaya atau dampak buruk dari kegemaran game online.

2) Lakukan razia

Sekali-kali pihak guru atau pihak sekolah dapat melaksanakan razia terhadap benda-benda yang tidak berkaitan dengan sekolah, khususnya game, PSP, dan Hp.

3) Kerja sama dengan orang tua anak

Untuk mencegah anak agar tidak semakin kecanduan game online, guru sebaiknya berekerja sama dengan orang tua anak tentang upaya-upaya yang akan dilakukan untuk mengawasi si anak.



#### 4) Memberikan PR

Guru bisa memberikan PR, tugas berkelompok sehingga anak dapat berinteraksi dengan teman, mengalihkan perhatian dari game online.

#### g. Pengukuran Kecanduangame online

Menurut Suwandi (2013) Pengukuran atau penilaian adalah pengukuran adalah pemberian angka pada seseorang atau sesuatu objek yang dimaksudkan untuk membedakan frekuensi atau dampak game yang diukur dengan cara sistematis. Menurut Nursalam, 2013 dalam penelitian (Ayu & Dewi, 2022) skor kuisioner berkisar antara Tinggi : 31-40 , Sedang : 21-30, Rendah : 0-20.

## 2. Emosi

### a. Pengertian

Emosi berasal dari bahasa Latin, yaitu *emovere*, yang berarti bergerak menjauh. Arti kata ini menyiratkan bahwa kecenderungan bertindak merupakan hal mutlak dalam emosi. Daniel Goleman (2002), dalam Yuliani(2013) mengatakan bahwa emosi merujuk pada suatu perasaan dan pikiran yang khas, suatu keadaan biologis dan psikologis dan serangkaian kecenderungan untuk bertindak. Emosi merupakan reaksi terhadap rangsangan dari luar dan dalam diri individu, sebagai contoh emosi gembira mendorong perubahan suasana hati seseorang, sehingga secara fisiologi terlihat tertawa, emosi sedih mendorong seseorang berperilaku menangis.

Emosi merupakan bentuk ungkapan yang muncul dari dalam diri, yang disebabkan oleh kondisi dari lingkungan sekitar yang sesuai ataupun tidak sesuai dengan keinginan diri. Emosi yang muncul dalam diri adalah sebagai bentuk reaksi akibat adanya tekanan atau suatu hal yang menjadikan orang memunculkan emosinya. Emosi dapat bersifat negatif dan positif. Reaksi yang negatif tentunya dapat merugikan diri sendiri. Sedangkan emosi yang sifatnya positif adalah perasaan yang memang harus dimunculkan untuk memberikan motivasi bagi diri sendiri dan juga orang lain. Beberapa macam karakteristik emosional seperti: marah, sedih, takut, senang, cinta, terkejut, jengkel, malu (Riana, 2011)

Berdasarkan pendapat diatas emosi adalah keadaan dimanapsikologis dan biologis seseorang yang muncul karena di pengaruhi oleh rangsangan dari luar dan dalam diri individu dimana emosi bisa bersifat negative dan positif dapat mendorong hati seseorang yang dapat menyebabkan individu menjadi marah, sedih, takut, senang, cinta, terkejut, jengkel, malu.

#### b. Fungsi Emosi

Emosi memiliki fungsi dalam kehidupan individu, menurut Coky Aditya (2013) fungsi emosi secara luas adalah untuk menentukan tindakan dalam kehidupan pribadi. Sedangkan Coleman dan Mamen (1997 dalam Rakhmat 2007) menyebutkan bahwa terdapat beberapa fungsi dari emosi, yaitu sebagai berikut:

- 1) Emosi adalah pembangkit energi(*energizer*). Yaitu, emosi sebagai pembangkit energi dan memberikan kegairahan dalam hidup manusia. Artinya tubuh seseorang akan terdorong untuk bergerak melakukan sesuatu ketika merasakan suatu emosi, dalam hal ini emosi membangkitkan dan memobilisasi energy kita.
- 2) Emosi adalah pembawa informasi (*messenger*). Fungsi ini mengarah kepada komunikasi intrapersonal. Maksudnya, ketika emosi kita rasakan pada diri kita, maka secara tidak langsung kita menyadari apa yang sedang terjadi pada diri kita atau stimuli apa yang kita dapat dari lingkungan. Seperti ketika kita sedang merasa bahagia, berarti kita sedang memperoleh sesuatu yang kita senangi.
- 3) Pembawa pesan dalam komunikasi intrapersonal dan interpersonal. Dalam berkomunikasi pasti memiliki tujuan atau pesan yang akan disampaikan. Misalnya ketika kita sedang bercerita dengan orang lain tentang sesuatu yang menyedihkan yang membuat kita menangis dan mungkin lawan bicara kita (pendengar/komunikan) juga ikut menangis.
- 4) Emosi berfungsi sebagai perjuangan untuk bertahan hidup (*survival*). Sebagai contoh ketika seseorang merasa sedang terancam maka tergeraklah orang itu untuk melawan/menyelamatkan diri.

- 5) Emosi sebagai penguat pesan atau informasi. Yaitu berfungsi untuk memperkuat pesan atau informasi yang disampaikan (*reinforcer*).
- 6) Emosi sebagai penyeimbang hidup (*balancer*). Yaitu emosi sebagai penyeimbang hidup

c. Bentuk-bentuk emosi

Daniel Goleman (2015) mengidentifikasikan emosi menjadi beberapa bentuk yaitu amarah, kesedihan, rasa takut, kenikmatan, cinta, terkejut, jengkel, dan malu. Sedangkan menurut Hurlock terdapat dua macam bentuk emosi, yaitu sebagai berikut:

1) Emosi Positif

Emosi positif adalah emosi yang menghadirkan perasaan baik/positif terhadap seseorang yang mengalaminya. Ada tujuh macam emosi yang masuk dalam emosi positif, diantaranya adalah hasrat, keyakinan, cinta, seks, harapan, romansa dan antusiasme. Ketujuh emosi tersebut merupakan bentuk yang paling dominan, kuat dan paling umum digunakan dalam usaha kreatif. Jenis emosi ini dapat menunjang keberhasilan hidup seseorang dan dianggap tidak merugikan orang lain. Presentasi besar keberhasilan dari emosi positif ini bergantung pada batas kewajaran yang digunakan. Dari kebanyakan realita yang terjadi, energy emosi positif lebih baik digunakan dalam mengingat dibandingkan dengan energy emosi negatif. Emosi positif akan

senantiasa menghasilkan perasaan bahagia, sebab emosi ini dapat membuat otak ingin kembali memunculkan kembali memori tersebut. Selain itu emosi positif juga memiliki unsure motivasi yang sangat kuat sehingga dapat menumbuhkan motivasi untuk individu yang mengalaminya. Dalam memunculkan emosi positif ini kita harus mampu mengalahkan dan membuang semua energi yang terkandung dalam muatan emosi negatif.

## 2) Emosi Negatif

Emosi negative adalah suatu emosi yang sering kali selalu diidentikan dengan perasaan tidak baik/ tidak menyenangkan dan dapat mengakibatkan perasaan negative baik kepada orang yang mengalaminya maupun orang lain disekitarnya. Biasanya emosi negative ini berada diluar batas normal kewajaran yang dapat ditolerir, memunculkan sikap-sikap yang susah untuk dikendalikan yang bahkan bisa sampai merusak barang-barang atau melukai orang lain, misalnya marah-marah, berkelahi, menangis histeris, tertawa keraster bahak-bahak yang berlebihan bahkan timbulnya tindakan kriminal. Biasanya emosi negative seringkali menimbulkan berbagai permasalahan bagi orang yang mengalaminya yang bahkan bisa pula berdampak pada orang lain dan masyarakat secara luas. Biasanya orang yang mengalami emosi negative lebih sering mengutamakan emosi-emosi yang benilainegatif/buruk, seperti sedih, marah, kecewa, cemas,

tersinggung, benci, jijik, prasangka, takut, curiga dan lain sebagainya. Emosi semacam itu sangat dapat dipastikan akan memunculkan dampak buruk baik bagi orang yang mengalaminya maupun orang lain disekitarnya

#### d. Ekspresi Emosi

Kemunculan emosi seseorang bisa dikenali dari ekspresi yang ditampilkan seketika itu, baik dari perubahan wajah, nada suara, atau tingkah lakunya. Ekspresi emosi muncul secara spontan dan seringkali sulit dikontrol atau ditutup-tutupi. Ekspresi emosi selain diwarisi secara genetis juga diperkaya oleh berbagai pengalaman dalam berinteraksi dengan orang lain. Berkacak pinggang saat marah, loncar kegirangan sewaktu memenangkan pertandingan, adalah contoh-contoh ekspresi emosi dalam bentuk tingkah laku yang diperoleh dari pengalaman berinteraksi dengan orang lain. Bentuk-bentuk ekspresi emosi manusia yang sering muncul dalam realitas: ekspresi wajah, suara, sikap dan tingkah laku, serta ekspresi lain seperti pingsan, kejang-kejang, ngompol dan sebagainya (Yahdinil Firda Nadhiroh, 2015)

##### 1) Ekspresi Wajah

Ekspresi wajah merupakan ekspresi paling umum terjadi manakala seseorang mengalami peristiwa emosi. Wajah pucat, merah, mengerut, berseri-seri adalah sederet bentuk ekspresi emosi yang lazim dialami bukan mustahil ekspresi wajah bersifat

hereditas, karena fakta membuktikan bahwa bayi yang terlahir buta-tuli sekalipun mampu mengomunikasikan emosi dengan ekspresi-ekspresi yang khas manusia normal. Jadi, pengalaman hanyalah memperkaya ekspresi wajah.

## 2) Ekspresi Suara

Ekspresi suara saat emosi dikenal secara umum dalam pergaulan sehari-hari, seperti tertawa, bersenandung, berteriak-teriak, memaki, atau tiba-tiba terenyak dengan tatapan kosong. Ekspresi suara mungkin tidak segampang diketahui bila dibandingkan dengan ekspresi wajah dalam mengomunikasikan emosi, tapi keduanya sangat penting. Para pakar komunikasi menganggap komunikasi dalam bentuk ekspresi suara lebih mudah dipahami dan lebih berpengaruh ketimbang berbentuk tulisan. Aksentuasi dalam percakapan sangat membantu memahami makna yang dimaksud oleh pembicara.

## 3) Ekspresi Sikap dan Tingkah Laku

Ekspresi emosi dalam bentuk tingkah laku cakupannya sangat luas, seluas aktivitas manusia itu sendiri. Namun, dapat dibagi menjadi dua ekspresi sikap dan tingkah laku yakni: tingkah laku pelibatan diri (*attachment*) dan pelepasan diri (*withdrawal*). Tingkah laku emosi dengan pelibatan diri adalah tingkah laku dengan upaya bergerak maju mempertahankan suasana yang

menyenangkan pada emosi positif. Tingkah laku agresif dan eksplosif adalah contoh pelibatan diri dalam menghadapi berbagai ancaman sebagai upaya mekanisme pertahanan diri (*self-defense mechanism*). Sedangkan tingkah laku emosi dalam bentuk pelepasan diri adalah lari atau menghindari dari obyek yang menimbulkan emosi. Contoh dari ekspresi pelepasan diri adalah, lari terbirit-birit untuk menyelamatkan diri dari sumber yang menakutkan atau tertunduk malu.

#### 4) Ekspresi Lain-lain

Pada kasus-kasus emosi berat dijumpai pula adanya orang yang mengalami syok berat atau bahkan tak sadarkan diri (pingsan). Demikian juga pada sebagian orang, ada yang latah dengan menyebut kata-kata tertentu, terutama ketika kaget. Latah ini banyak terjadi dikalangan masyarakat Indonesia dan ditengarai tidak dikenal di dunia barat, sehingga istilah itu telah menjadi istilah ilmiah. Latah ini dapat digolongkan pada ekspresi suara tetapi karena ekspresinya spesifik dan tidak terjadi pada setiap orang, maka dimasukkan dalam kelompok ekspresi lain-lain.

#### e. Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi pada masa anak

Sejumlah faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi remaja adalah sebagai berikut (Nurul Azmi, 2015)



### 1) Perubahan Jasmani

Perubahan jasmani yang ditunjukkan dengan adanya pertumbuhan yang sangat cepat dari anggota tubuh. Ketidakseimbangan tubuh pada pertumbuhan remaja ini sering mempunyai akibat yang tak terduga pada perkembangan emosi remaja. Hormon-hormon tertentu mulai berfungsi sejalan dengan perkembangan alat kelaminnya sehingga dapat menyebabkan rangsangan di dalam tubuh remaja dan seringkali menimbulkan masalah dalam perkembangan emosi.

### 2) Perubahan Pola Interaksi dengan Orang Tua

Pola asuh orang tua terhadap anak, termasuk pada masa remaja awal, sangat bervariasi. Ada yang pola asuhnya menurut apa yang dianggap terbaik oleh dirinya sendiri saja sehingga ada yang bersifat otoriter, memanjakan anak, acuh tak acuh, tetapi ada juga yang penuh kasih sayang. Perbedaan pola asuh orang tua dapat berpengaruh terhadap perbedaan perkembangan emosi remaja. Dalam konteks ini Gardner mengibaratkan dengan kalimat *Too Big to Spank* yang maknanya bahwa remaja itu sudah terlalu besar untuk dipukul. Pemberontakan terhadap orang tua menunjukkan bahwa mereka berada dalam konflik dan ingin melepaskan diri dari penawasan orang tua. Keadaan semacam ini sangat berpengaruh terhadap perkembangan emosi remaja.

### 3) Perubahan Interaksi Teman Sebaya

Remaja seringkali membangun interaksi sesama teman sebayannya secara khas dengan cara berkumpul untuk melakukan aktivitas bersama dengan membentuk semacam geng. Pada masa ini para anggotanya biasanya membutuhkan teman-teman untuk melawan otoritas atau melakukan perbuatan yang tidak baik atau bahkan kejahatan bersama. 24 Faktor yang sering menimbulkan masalah emosi pada masa ini adalah hubungan cinta dengan teman lawan jenis.

#### 4) Perubahan Pandangan Luar

Faktor penting yang dapat memengaruhi perkembangan emosi remaja selain perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri remaja itu sendiri adalah pandangan dunia luar. Ada sejumlah perubahan pandangan dunia luar yang dapat menyebabkan konflik-konflik emosional, yaitu sikap dunia luar terhadap remaja sering tidak konsisten, dunia luar atau masyarakat masih menerapkan nilai-nilai yang berbeda untuk remaja laki-laki dan perempuan, seringkali kekosongan remaja dimanfaatkan oleh pihak luar yang tidak bertanggung jawab.

#### 5) Perubahan Interaksi dengan Sekolah

Dalam pembaruan, para remaja sering terbentur pada nilai-nilai yang tidak dapat mereka terima atau yang sama sekali bertentangan dengan nilai-nilai yang menarik bagi mereka. Pada saat itu, timbulah idealisme untuk mengubah lingkungannya.

idealisme yang dikecewakan dapat berkembang menjadi tingkah laku emosionalnya yang destruktif. Sebaliknya, kalau remaja berhasil diberikan penyaluran yang positif untuk mengembangkan idealismenya akan sangat bermanfaat bagi perkembangan mereka sampai memasuki masa dewasa.

f. Pengukuran tingkat emosi

Menurut Suwandi (2013:227) Pengukuran atau penilaian adalah pengukuran adalah pemberian angka pada seseorang atau sesuatu objek yang dimaksudkan untuk membedakan tingkat orang atau objek itu mengenai hal yang diukur dengan cara sistematis. Alat ukur emosi yaitu menggunakan *Strengths and Difficulties Questionnaire* (SDQ). Menurut Nursalam, 2013 pengkatagorian skor kuisioner skor yang diperoleh Abnormal: 34-50, *Borderline* :18-33, Normal :0-17.

3. Anak Usia Sekolah

a. Pengertian

Anak sekolah adalah anak pada usia 6-12 tahun, yang artinya sekolah menjadi pengalaman inti anak. Periode ketika anak-anak dianggap mulai bertanggungjawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan dengan orang tua mereka, teman sebaya, dan orang lainnya. Usia sekolah merupakan masa anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan untuk keberhasilan penyesuain diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu (Wong, 2015).

Anak sekolah dasar yaitu anak yang berusia 6-12 tahun, memiliki fisik lebih kuat yang mempunyai sifat individual serta aktif dan tidak tidak bergantung dengan orang tua. Anak usia sekolah ini merupakan masa dimana terjadi perubahan yang bervariasi pada pertumbuhan dan perkembangan anak yang akan mempengaruhi pembentukan karakteristik dan kepribadian anak (Diyanti, 2015).

b. Tahap-tahap tumbuh kembang anak

1) Masa bayi dan masa anak dini (lahir samapai umur 3 tahun)

- a) Bayi baru lahir masih tergantung pada orang lain (*dependent*) tetapi mempunyai kompetensi (*competent*)
- b) Semuapan caindra berfungsi pada waktu lahir
- c) Petumbuhan fisik dan perkembangan motorik berlangsung cepat
- d) Mempunyai kemampuan belajar dan mengingat, bahkan pada minggu-minggu pertama kehidupan
- e) Kesadaran diri (*self awerness*) berkembang dalam tahun kedua
- f) Komprehensi dan bahas berkembang pesat
- g) Rasa tertarik terhadap anak lain meningkat

2) Masa pra sekolah (3 sampai 6 tahun)

- a) Keluarga masih merupakan focus dalam hidupnya, walaupun anak lain menjadi lebih penting

- b) Keterampilan motorik kasar dan halus serta kekuatan meningkat
- c) Kemandirian, kemampuan mengontrol diri dan merawat diri meningkat
- d) Bermain, kreativitas, dan imajinasi menjadi lebih berkembang
- e) Imaturitas kognitif mengakibatkan pandangan yang tidak logis terhadap dunia sekitarnya
- f) Perilaku pada umumnya masih egosentris, tetapi pengertian terhadap pandangan orang lain mulai tumbuh

3) Masa praremaja (6 sampai 12 tahun)

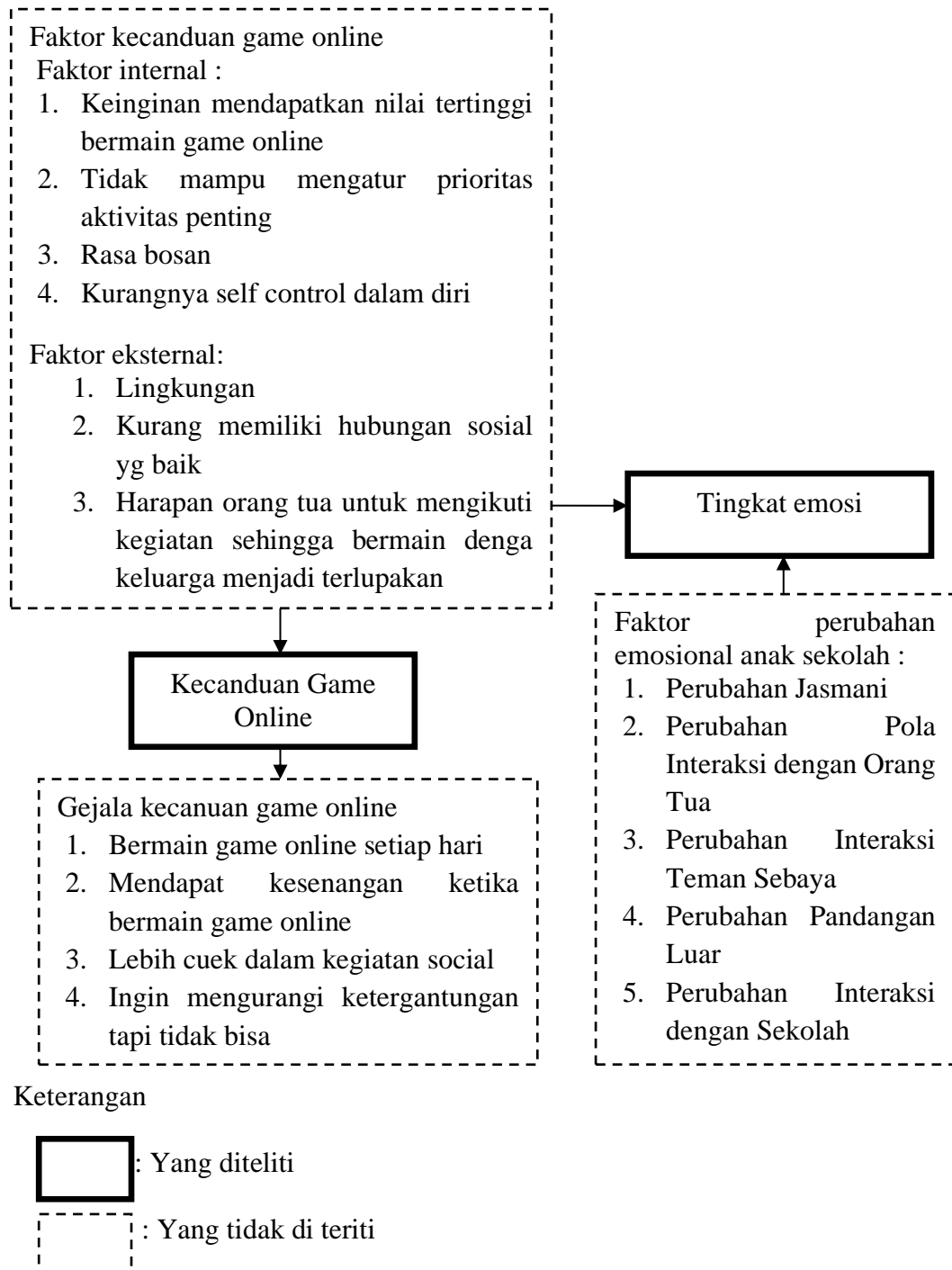
- a) Teman sebaya sangat penting
- b) Anak mulai berpikir logis, meskipun masih konkrit operasional
- c) Ego sentries berkurang
- d) Memori dan kemampuan bahasa meningkat
- e) Kemampuan kognitif meningkat akibat sekolah formal
- f) Konsep diri tumbuh, yang memengaruhi harga dirinya
- g) Pertumbuhan fisik lambat
- h) Kekuatan dan keterampilan atletik meningkat

4) Masa remaja (12 sampai 20 tahun)

- a) Perubahan fisik cepat dan jelas
- b) Maturitas reproduktif dimulai sampai mencapai dewasa

- c) Teman sebaya dapat memengaruhi perkembangan konsep dirinya
  - d) Kemampuan berpikir abstrak dan menggunakan alasan yang Bersifat ilmiah sudah berkembang
  - e) Sifat ego sentries menetap pada beberapa perilaku
- (Soetjiningsih dan Ranuh, 2012)

## B. Kerangka Teori



Gambar 2.1 Kerangka teori modifikasi dari (Nurdilla, 2018, Detria, 2013, Riana, 2011, Nurul Azmi,2015)