

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pertumbuhan dan perkembangan manusia dimulai sejak dari dalam kandungan ibunya hingga usia 0-6 tahun. Periode *golden age* ini merupakan awal bagi bayi sebagai modal di kemudian hari (Zendrato et al., 2025). Pada masa ini, pertumbuhan otak mengalami perkembangan yang sangat pesat (eksplosif), begitu pula perkembangan fisik sehingga anak-anak memerlukan rangsangan dan stimulus yang dapat mendukung peningkatan kecerdasan mereka di masa mendatang (Aisyah et al., 2025) & (Jamaludin et al., 2024). Anak yang menerima rangsangan yang teratur dan terarah akan berkembang lebih cepat daripada anak yang tidak menerima rangsangan stimulasi (Arwiyantasari et al., 2024).

Di era digital yang serba cepat saat ini, ketergantungan yang tak tertahankan dan sudah berlangsung lama terhadap perangkat layar telah menimbulkan dampak buruk pada kesejahteraan kognitif, fisik, dan mental generasi muda kita (Anjum et al., 2025). Smartphone (gadget) merupakan *telephone* yang dilengkapi dengan koneksi internet dan menyediakan fungsi dan berbagai aplikasi canggih untuk membantu kegiatan sehari-hari. Kecanggihan dan kemudahan yang disediakan saat ini menyebabkan banyak orang terperangkap untuk selalu beraktivitas menggunakan smartphone (Dewi & Agustina, 2024).

Gadget sudah tidak mampu dipisahkan lagi dari kehidupan masyarakat, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Gadget menjadi hal yang menarik bagi anak-anak karena gadget menyediakan berbagai dimensi dalam perangkat untuk berbagai tujuan seperti bermain game, menonton video, mendengarkan musik, mengobrol dan menjelajahi situs web (Panggabean et al., 2024).

Satu hal, data terbaru dari Badan Pusat Statistik (BPS, 2025) menyebut bahwa 39,71 persen anak usia dini di Indonesia telah menggunakan telepon seluler, sementara 35,57 persen lainnya sudah mengakses internet. Apabila dirinci per kelompok usianya, maka terdapat 5,88 persen anak di bawah usia 1 tahun yang sudah menggunakan telepon genggam/gawai dan 4,33 persen anak di bawah usia tahun yang mengakses internet pada 2024. Kemudian, terdapat 37,02 persen anak usia 1-4 tahun dan 58,25 persen anak usia 5-6 tahun yang menggunakan telepon genggam, sedangkan 33,80 persen anak usia 1-4 tahun dan 51,19 persen yang berusia 5-6 tahun tercatat telah mengakses internet. (Komdigi, 2025)

Meningkatnya kecenderungan penggunaan waktu layar yang berlebihan di kalangan anak-anak telah menjadi masalah universal baru-baru ini, dengan bukti yang menunjukkan adanya dampak yang parah pada perkembangan anak usia dini, misalnya, prestasi akademik yang lebih rendah, peningkatan kecemasan, kesulitan dalam perolehan bahasa, dan kemunduran perkembangan lainnya (Anjum et al., 2025). Seorang anak dapat mengalami keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan apabila tidak mencapai tahapan perkembangan yang sesuai dengan usianya (Musanna et al., 2025).

Akademi Dokter Anak Amerika (AAP), merekomendasikan untuk membatasi segala bentuk paparan media layar untuk anak-anak di bawah usia 2 tahun. Namun demikian, penelitian telah mengungkap bahwa hampir 68% anak-anak di bawah kelompok usia ini seringkali melampaui ambang batas ini, menghabiskan sekitar 2,05 jam waktu layar setiap hari, yang sangat banyak (Anjum et al., 2025). Estimasi global menunjukkan bahwa 52,9 juta anak di bawah usia 5 tahun memiliki disabilitas perkembangan dan 95% di antaranya tinggal di negara berpenghasilan rendah dan menengah (WHO, 2023).

Data dari (UNICEF, 2023) diperkirakan 250 juta anak di bawah usia 5 tahun (dua dari lima anak) berisiko tidak memenuhi potensi perkembangannya;

diperkirakan 200 juta anak di bawah usia 5 tahun (satu dari tiga anak) tidak tumbuh dan berkembang dengan baik karena kekurangan gizi di masa kanak-kanak; dan lebih dari dua dari lima anak berusia 3–4 tahun di negara-negara program UNICEF tidak menerima stimulasi dini yang memadai, perawatan responsif, dan dukungan pengasuhan. Karena ancaman ini dan ancaman lainnya, 29 persen anak berusia 3–5 tahun tidak berada pada jalur perkembangan yang seharusnya.

Menurut data Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), tahun 2023 prevalensi speech delay pada anak usia prasekolah di Indonesia mencapai 5-8%. Hal ini berarti, sekitar 5-8 dari 100 anak usia prasekolah di Indonesia mengalami keterlambatan bicara (Kemkes RI, 2024). Berdasarkan (SSGI, 2024) angka stunting di Sumatera Utara berada di angka 22 % dan Kota Medan 15,4 %. Kondisi ini menunjukkan masih tingginya risiko gangguan tumbuh kembang pada anak.

Penggunaan gadget yang tidak terkontrol pada anak usia dini diketahui dapat berdampak pada berbagai aspek perkembangan, seperti perkembangan kognitif, sosial, dan emosional, serta menurunnya kemampuan konsentrasi anak (Ariati et al., 2025). Berbagai penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan gadget, semakin besar risiko keterlambatan bicara dan keterlambatan perkembangan anak, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui berkurangnya waktu bermain aktif dan interaksi sosial dengan teman sebaya (Laily & Chandra, 2021), (Putnick et al., 2023), (Ramelan et al., 2025).

Sebagai alternatif untuk meminimalisir dampak negatif tersebut, anak memerlukan aktivitas yang tidak hanya menghibur tetapi juga edukatif, salah satunya melalui sensory play. Sensory play adalah bentuk permainan yang mendorong anak menggunakan satu atau lebih indera mereka, seperti menyentuh berbagai tekstur, mencium aroma, hingga mendengar suara alami. Melalui permainan ini, anak mendapatkan stimulasi sensorik yang nyata dan konkret, yang sering kali hilang

ketika anak terlalu fokus pada stimulasi visual-digital dari layar gadget (Rahayu et al., 2023).

Sensory play merupakan kegiatan yang menyenangkan dan penting bagi perkembangan anak-anak, terutama dalam hal keterampilan motorik halus dan kemampuan berpikir. Permainan (play) adalah suatu kegiatan yang menyenangkan yang dilaksanakan untuk kepentingan kegiatan itu sendiri. Aktivitas ini tidak hanya melibatkan eksplorasi fisik tetapi juga mental, karena anak-anak belajar untuk memahami dunia sekitar mereka melalui pengalaman sensori. Berbagai aktivitas seperti bermain dengan pasir, air, bahan-bahan bertekstur, dan bahan-bahan beraroma membantu anak untuk mengasah kemampuan mereka dalam merespon rangsangan sensori yang berbeda-beda (Jamaludin et al., 2024).

Ketersediaan aktivitas *sensory play* yang variatif di lingkungan rumah diduga memiliki kaitan erat dengan pengendalian durasi penggunaan gadget pada anak. Ketika anak merasa terstimulasi secara sensorik melalui permainan fisik, kecenderungan untuk mencari hiburan melalui gadget dapat berkurang. Namun, hingga saat ini masih terbatas penelitian yang secara spesifik mengkaji hubungan antara penggunaan sensory play dengan durasi penggunaan gadget pada anak usia dini, khususnya pada kelompok usia 1–2 tahun. Padahal, pada usia ini anak berada pada fase eksplorasi sensorik yang sangat aktif dan rentan terhadap paparan gadget.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di PMB Wanti melalui wawancara terhadap tiga orang ibu yang memiliki anak usia 1-2 tahun, diperoleh informasi bahwa anak-anak mereka telah terpapar gadget sejak usia dini dan jarang melakukan aktivitas sensory play. Temuan ini menunjukkan adanya kesenjangan antara kebutuhan anak akan stimulasi sensorik alami dengan realitas paparan digital yang semakin masif sejak usia dini. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengkaji secara ilmiah apakah terdapat hubungan antara penggunaan sensory play dengan durasi penggunaan gadget pada anak di era digital.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah tersebut di atas, dapat diumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut : Apakah terdapat hubungan antara penggunaan *sensory play* dengan durasi penggunaan *gadget* pada anak di era digital ?

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara penggunaan *sensory play* dengan durasi penggunaan *gadget* pada anak di era digital

2. Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi penggunaan *sensory play* pada anak usia 1-2 tahun
- b) Mengidentifikasi durasi *gadget* pada anak usia 1-2 tahun
- c) Menganalisis hubungan antara penggunaan *sensory play* dengan durasi penggunaan *gadget* pada anak di era digital

Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi / Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukkan dalam penyusunan program edukasi atau pendampingan orangtua terkait stimulasi anak usia dini dan penggunaan *gadget* secara bijak.

2. Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam memberikan edukasi kepada orangtua mengenai stimulasi tumbuh kembang anak yang sesuai dengan tahap perkembangan.

3. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dan dasar bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan *sensory play*, penggunaan *gadget*, dan perkembangan anak usia dini.