

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak pra-sekolah adalah mereka yang berusia 4-5 tahun (WHO, 2002). Emilyani and Fathoni (2023) mengungkapkan juga bahwa anak usia pra-sekolah yaitu 3-6 tahun. Pada masa ini disebut sebagai “*golden age*” atau masa keemasan karena pada usia ini pertumbuhan dan perkembangan anak mengalami percepatan di segala aspek perkembangannya (Irmayani, Sunarti and Alam, 2021). Proses perkembangan anak meliputi fisik, kognitif, sosial-emosional, konteks sosial, moral, bahasa, identitas diri, dan gender (Umar and Selviana, 2019). Salah satu tantangan dalam perkembangan anak usia pra-sekolah yaitu perkembangan sosio-emosional, dimana anak diharapkan mampu menyesuaikan diri untuk memahami keadaan serta perasaan ketika berinteraksi dengan orang lingkungan baik orang tua, saudara, teman sebaya atau orang lain di kehidupan sehari-hari (Indanah and Yulisetyaningrum, 2019).

Aspek perkembangan sosial emosional pada anak terdiri dari kesadaran diri (*self-awareness*), manajemen diri (*Self management*), Pengambilan keputusan yang bertanggung jawab (*Responsible Decision*), Kesadaran Sosial (*Sosial Awareness*), dan Keterampilan Sosial (*Relationship Skill*) (Putri *et al.*, 2023). Dalam hasil penelitian menyebutkan bahwa *self management* pada anak merupakan indikator sosial emosional paling rendah (Nurmaya. G *et al.*, 2022).

Dampak dari *self management* yang rendah dari segi sosial yaitu anak sulit berinteraksi dengan lingkungan dan teman sebaya, sulit mengikuti aturan atau petunjuk. Segi fisik yaitu anak cenderung sulit menjaga pola makan dan kurang aktif bergerak. Segi psiko anak merasa kurang percaya diri, berperilaku agresif, sulit berkonsentrasi dan kesulitan belajar (Ashifa, Yulianti and Wahyuningsih, 2022). Hasil penelitian Imran tahun 2022 mengatakan bahwa *Self Magement* yang rendah menyebabkan kecanduan *smartphone* pada anak usia sekolah (Simanjuntak *et al.*, 2024).

Pengguna *smartphone* secara global mengalami peningkatan dari tahun ke tahun. Pada tahun pengguna *smartphone* 2019 tercatat sebanyak 3,2 miliar (5,6%). Tahun 2022, pengguna *smartphone* meningkat sebesar 12,25% atau mencapai 3,9 miliar (Pane, Saragih and Laoli, 2022). NewZoo (2020) mengatakan bahwa Tiongkok merupakan negara nomor satu pengguna *smartphone* di dunia yaitu sebanyak 63,4% dari total penduduk. Indonesia merupakan negara keempat pengguna *smartphone* setelah China, India, dan Amerika Serikat. Hingga tahun 2023 pengguna *smartphone* di Indonesia tercatat sebanyak 196,7 juta (APJII., 2023).

Penggunaan *smartphone* di Indonesia rata-rata menghabiskan 5,7 jam per hari. Jumlah waktu tersebut meningkat dibandingkan dengan tahun sebelumnya yaitu 5,4 jam per hari (Putri *et al.*, 2024). Hasil penelitian mengatakan bahwa Anak usia 1-6 tahun memiliki durasi penggunaan *smartphone* yaitu <1 jam perhari sebesar 30,7% sedangkan >1 jam perhari yaitu 69,3% (Purwadi and Fitriyani, 2023). Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas anak menggunakan *smartphone* >1 jam, dan hal ini tidak sesuai

dengan durasi maksimal penggunaan *smartphone* yang berlebihan (Listiana *et al.*, 2020). Penggunaan *smartphone* pada anak dapat membuat anak menjadi tidak peduli dengan lingkungan sekitar, anak lebih asyik dengan dunianya, anak menjadi malas bersosialisasi, sehingga hal ini dapat menjadi sebab anak mengalami masalah sosial emosional (Puspitasari, 2024).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di TK Plus Al-Hujjah Jember, dengan menggunakan metode wawancara kepada orang tua anak pra-sekolah, didapatkan data bahwa 7 dari 10 anak rata-rata durasi penggunaan *smartphone* yaitu >120 menit. Sedangkan terkait *self management* pada anak, 6 dari 10 orang tua anak ketika di wawancarai mengatakan bahwa anak menunjukkan sikap *self management* yang kurang ditandai dengan motivasi yang kurang (gampang menyerah), selain itu 7 dari 10 juga menunjukan sikap yang tidak disiplin (sering tidak mengikuti aturan atau arahan), dan 6 dari 10 anak menunjukan sikap gampang bosan ketika melakukan kegiatan.

Smartphone merupakan telepon genggam yang mempunyai kemampuan dengan penggunaan dan fungsi yang menyerupai komputer. Salah satu contoh manfaat *smartphone* adalah tersedianya layanan akses data. Layanan ini dapat dimanfaatkan oleh setiap *smartphone* untuk memungkinkan penggunanya terhubung dengan internet setiap saat dimanapun mereka berada (Paridawati, Musnar Indra Daulay and Amalia, 2021). *Smartphone* tidak hanya digunakan untuk berkomunikasi tetapi pengguna bisa mengirim pesan, mengakses internet, email, dan penggunaan media sosial yang sudah meluas pada kalangan anak-anak (Senge, 2023). Cara mengakses *smartphone* bisa dilakukan dengan

mengaktifkan perangkat dan terhubung ke jaringan data. Akses *smartphone* mudah dilakukan oleh anak, dengan tampilan menarik dan menyenangkan, anak lebih tertarik menggunakan *smartphone* terus-menerus dengan durasi berlebihan (Rachmatsyah and Prasetyo H, 2017). *Self management* merupakan kemampuan yang dibutuhkan anak untuk mengendalikan penggunaan *smartphone*. Hasil penelitian mengatakan bahwa *self management* yang baik berpengaruh terhadap penurunan kecanduan *smartphone* pada anak (Putri *et al.*, 2023). Penurunan kecanduan *smartphone* akan meningkatkan sosial emosional anak terutama dalam berinteraksi dengan orang-orang lain dan lingkungan.

Dengan demikian membutuhkan *self management* ketika seseorang anak menggunakan *smartphone*, agar bisa membatasi dan menghindari dampak negatif dari penggunaan *smartphone*. *Self management* kemampuan anak untuk mengendalikan perasaan negatif, menahan diri dari reaksi impulsif, dan mengelola emosi. Sehingga, *Self management* merupakan faktor penting untuk manajemen saat penggunaan *smartphone* (Putri *et al.*, 2023).

Dengan meningkatnya penggunaan *smartphone* di kalangan anak usia pra-sekolah, penting untuk memahami intensitas durasi penggunaan *smartphone* yang berhubungan dengan manajemen diri anak. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat mengganggu perkembangan sosio-emosional anak dan membuat mereka kurang peka terhadap lingkungan dan interaksi dengan orang lain. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti “Hubungan Durasi Penggunaan *Smartphone* dengan *Self management* pada Anak Usia Pra-Sekolah di TK Plus Al-Hujjah Jember”. Diharapkan dari hasil

penelitian ini dapat memberikan wawasan yang berguna bagi orang tua, pendidik, dan pihak yang berwenang.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Smartphone merupakan telepon gengam yang mempunyai kemampuan dengan penggunaan dan fungsi yang menyerupai komputer. Penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat mengganggu perkembangan sosio-emosional anak. Dengan ini anak menjadi malas bersosialisasi dengan teman dan lingkungan sekitarnya. Hal ini dapat menjadi sebab anak kurang peka terhadap reaksi emosi dan kurang mengenal sifat orang lain.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana durasi penggunaan *smartphone* pada anak usia pra-sekolah di TK Plus Al-Hujjah Jember?
- b. Bagaimana *self management* pada anak usia pra-sekolah di TK Plus Al-Hujjah Jember?
- c. Apakah terdapat hubungan antara durasi penggunaan *smartphone* dengan *self management* pada anak usia pra-sekolah di TK Plus Al-Hujjah Jember?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan durasi penggunaan *smartphone* dengan *self management* pada anak usia pra-sekolah di TK Plus Al-Hujjah Jember.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi durasi penggunaan *smartphone* pada anak usia pra-sekolah di TK Plus Al-Hujjah Jember
- b. Mengidentifikasi *self management* pada anak usia pra-sekolah di TK Plus Al-Hujjah Jember
- c. Menganalisis hubungan durasi penggunaan *smartphone* dengan *self management* pada anak usia pra-sekolah di TK Plus Al-Hujjah Jember

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Instansi Sekolah

Hasil penelitian ini bermanfaat sebagai acuan bagi sekolah dalam merancang program pembelajaran yang mendukung pengembangan *self management* anak melalui aktivitas motorik, sosial, dan emosional tanpa ketergantungan pada *smartphone* pada anak usia pra-sekolah di TK Plus Al-Hujjah Jember

2. Manfaat Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh tenaga kesehatan sebagai dasar dalam memberikan edukasi kepada orang tua tentang dampak durasi penggunaan *smartphone* serta pentingnya interaksi langsung dalam menstimulasi kemampuan *self management* anak

3. Manfaat Bagi Anak Pra-Sekolah

Penelitian ini memberikan manfaat bagi anak pra-sekolah dengan memberikan pemahaman tentang dampak durasi penggunaan *smartphone* dengan *self management* mereka. Dengan mengidentifikasi hubungan ini dapat memberikan manfaat dalam mendorong anak untuk menggunakan waktu secara seimbang antara perkembangan sosio-emosinya guna mendukung *self management* anak sejak dini.

4. Manfaat Bagi Keluarga

Penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman keluarga dan memberikan wawasan penting mengenai durasi *smartphone* dengan *self management* anak dalam kehidupan sehari-hari.

5. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti lain untuk menggali lebih dalam tentang faktor-faktor durasi penggunaan *smartphone* dengan *self management* pada anak.