

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab 1 dibahas beberapa hal antara lain: Latar belakang, Rumusan masalah, Tujuan penelitian, Manfaat penelitian dan penelitian terkait

A. Latar Belakang

Gadget adalah suatu alat dengan berbagai fitur dan aplikasi yang menawarkan teknologi terbaru yang membantu hidup manusia menjadi lebih praktis (Subarkah, 2019). Menurut Asosiasi Dokter Anak Amerika Serikat dan Kanada, anak-anak usia 0-2 tahun sebaiknya tidak memegang *Gadget* sama sekali. Namun, untuk anak-anak usia 3-5 tahun *Gadget* harus diberikan 1 jam/hari, dan untuk anak-anak usia 6-18 tahun *Gadget* harus digunakan dua jam setiap hari. Namun, faktanya, anak-anak menggunakan *Gadget* hingga 4 atau 5 kali lebih banyak dari jumlah yang disarankan (Mimin et al., 2022). Jika mereka melakukannya lebih dari waktu tersebut, ada risiko adiksi *gadget* yang dapat mengganggu pertumbuhan mereka (KPAI, 2018). Pada tahun 2023, pengguna ponsel secara global berjumlah 7,33 miliar orang (Syahrani, 2023). Indonesia berada di posisi keempat setelah Amerika Serikat dalam jajaran negara dengan pengguna *Gadget* terbanyak, mencapai 170,4 juta pengguna (Pusparisa, 2021). Penggunaan *gadget* pada tahun 2022 di DI Yogyakarta 70,37% (Badan Pusat Statistika, 2022). Penggunaan internet di Indonesia telah mencapai 78,19% pada tahun 2023, atau 215.626.156 orang (APJII, 2023). Penggunaan *gadget* tanpa internet tidak dapat melakukan apa pun karena

Internet kita bisa mendapatkan banyak informasi, bisa bertukar kabar dengan orang lain, dan berteman dengan orang yang ada di luar negeri.

Anak usia sekolah sudah memiliki *gadgetnya* sendiri sebanyak 71,3% dan memainkan *gadget* tersebut dalam jangka waktu yang cukup lama setiap hari. Selain itu, sebanyak 55% dari mereka menghabiskan waktu mereka bermain *game* di *gadget* mereka secara *online* atau *offline* (KPAI, 2020). *Gadget* merupakan suguhan bagi anak-anak karena secara bersamaan memberikan dimensi gerakan, warna, suara, dan lagu dalam satu *gadget* untuk berbagai keperluan seperti bermain *game*, menonton video, mendengarkan lagu, mengobrol dengan teman, dan menjelajah situs web (Indah Septiani et al., 2020; Muniz, 2017). Anak-anak berusia 10-12 tahun sebagian besar tidur 64,3%, main *game* 48,3%, dan Anak-anak berusia 13-15 tahun sebagian besar tidur 64,6%, menonton TV 62,5%, dan menonton *YouTube* 59,4%. Anak-anak berusia 16-18 tahun lebih suka tidur 72,8%, bersosial media 68,4%, dan menonton *YouTube* 67,4% (KPAI, 2020). Semakin tinggi intensitas anak bermain *gadget* semakin betah dan tidak mau lepas dari *gadgetnya*, telah menimbulkan yang namanya Adiksi *gadget*. Menurut survei meta analisis, tingkat adiksi internet tertinggi terjadi di Timur Tengah (10,9%), diikuti Amerika Utara (8,0%), dan Asia (7,1%). Tingkat adiksi internet remaja Asia, terutama di China, adalah 2,2-9,6%, Jepang 3,1-6,2%, Filipina 4,9-21,1%, dan Hong Kong 3,0-16,4%. (Gelain et al., 2021; Lau et al., 2017).

Penggunaan *gadget* tentu mempunyai dampak positif dan negatif. Dampak positif yang ditimbulkannya adalah memudahkan anak dalam

mengembangkan kreativitas dan kecerdasannya, seperti aplikasi mewarnai, menggambar, dan menulis, anak tidak memerlukan buku untuk belajar karena utilitas yang didukung oleh internet dapat membantu anak dalam meneliti berbagai permasalahan, menambah pengetahuannya melalui media sosial dapat memberikan informasi (Miranti & Putri, 2021). Penggunaan *gadget* yang berlebihan dapat menimbulkan dampak negatif, seperti berdampak pada perilaku dan kepribadian anak, gangguan kesehatan akibat radiasi *gadget*, terus-terusan ingin menggunakan *gadget* (*Adiksi gadget*), gangguan tidur dan menyebabkan insomnia, berkurangnya kemampuan berintegrasi dengan masyarakat, dan berkurangnya aktivitas fisik karena gaya hidup menetap atau dalam posisi menetap seperti bermain *gadget* dalam posisi duduk, tiduran dan lainnya (Purwaningtyas et al., 2023). Menurut penelitian sebelumnya di Blitar dengan jumlah sampel 68 orang kelas 7 dan 8. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada korelasi antara penggunaan teknologi informasi dan aktivitas fisik anak. Hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti, bahwa banyak anak yang sudah jarang bermain bersama dengan melakukan aktivitas fisik (Kurniawan & Prihanto, 2017). Sekarang kebanyakan anak bermain bersama teman temannya menggunakan *gadget*, setiap pulang sekolah dan saat libur sekolah (Rimayanti & Prihanto, 2017).

Orang tua anak mengatakan bahwa mereka menggunakan ponsel mereka lebih sering untuk bermain *gadget*, *game Online* dan menonton film. Ada peningkatan kemungkinan bahwa anak menjadi terangsang oleh penggunaan , *gadget*, *game online* dan film porno. Selain itu, pihak sekolah

tidak pernah menerima penyuluhan kesehatan jiwa untuk mencegah adiksi *gadget* dan kesehatan jiwa remaja dari pihak luar (Fahrizal, 2022). Pemakaian berlebihan *gadget* dikenal sebagai adiksi *gadget* (Sunday et al., 2021) yang ditandai dengan gejala klinis adiksi seperti ketertarikan terhadap *gadget*, pemakaian lebih sering dari *gadget* tersebut, tidak memperhatikan dampak fisik atau psikologis dari pemakaian, dan sebagainya (Salam et al., 2019).

Penanganan adiksi pada anak sangat penting untuk mencegah konsekuensi negatif jangka panjang bagi anak-anak. Anak-anak yang adiksi cenderung lebih rentan terlibat dalam perilaku berisiko seperti penggunaan narkoba ilegal, kekerasan, dan perilaku kriminal lainnya di kemudian hari (Balon, 2022). Di dalam Al-Qur'an dan Hadist telah dijelaskan tentang pandangan terhadap adiksi atau berlebihan dalam melakukan apa pun di dalam terjemahan surat Q.S Al-Anam: 32

“Dan tiadalah kehidupan dunia ini, selain dari main-main dan senda gurau belaka. Dan sungguh kampung akhirat itu lebih baik bagi orang-orang yang bertakwa. Maka tidakkah kamu memahaminya?”

Peneliti melihat di sekitar bahwa dilingkungan dengan prevalensi pada anak sekolah yang menggunakan *gadget*, dapat terjadinya adiksi *gadget* karena disebabkan banyak fitur-fitur yang menarik bagi anak sekolah saat mereka dipinjam-kan *gadget* oleh orang tua mereka. *Gadget* sendiri memiliki manfaat yang bagus untuk anak, tapi jika anak menggunakannya secara berlebihan akan menimbulkan efek rasa tidak ingin jauh dari *gadget* dan malas untuk beraktivitas. Penggunaan *gadget* secara berlebih dapat menimbulkan terjadinya adiksi *gadget*, adiksi ini dapat menyebabkan dampak negatif yang sangat

banyak daripada manfaat atau dampak positif yang didapatkan dari *gadget*. Salah satu dari dampak negatif yang timbul terhadap aktivitas fisik contohnya pertumbuhan tulang melambat, susah konsentrasi, dan terjadinya obesitas. Berdasarkan hasil uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan adiksi *gadget* dengan aktivitas fisik anak usia sekolah”.

B. Rumusan Masalah

Semua orang menyaksikan kemajuan media informasi dan teknologi ini, yang memiliki efek positif maupun negatif. Ketergantungan pada *gadget* juga berdampak pada daya tahan tubuh dan kondisi fisik anak, sehingga akibat obesitas mereka merasakan gaya hidup dalam aktivitas fisik dan mulai berdampak pada penglihatan, tumbuh kembang tidak dipercepat, dan yang terpenting aktivitas fisik dan emosional terganggu dengan ditandai tidak dapat mengontrol diri. Anak-anak adalah orang-orang yang berusia antara 6 dan 12 tahun, yang juga dikenal sebagai periode intelektual

Berdasarkan uraian latar belakang, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait Hubungan adiksi *gadget* dengan aktivitas yang dilakukan anak usia sekolah. Peneliti dapat melihat apakah anak yang mengalami adiksi *gadget* melakukan aktivitas fisik sehari-hari atau tidak.

C. Tujuan Penelitian

1. Umum

Tujuan umum penelitian adalah untuk mengetahui Hubungan adiksi *gadget* dengan aktivitas fisik anak usia sekolah

2. Khusus

- a. Mengetahui karakteristik demografi anak usia sekolah
- b. Mengetahui gambaran adiksi *gadget* pada anak usia sekolah
- c. Mengetahui gambaran aktivitas fisik yang dilakukan anak usia sekolah

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat akademis

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi ilmiah pada kajian tentang Hubungan adiksi *gadget* dengan aktivitas fisik anak usia sekolah. Penelitian tentang adiksi *gadget* sudah cukup beragam. Walaupun sudah banyak yang melakukan penelitian terkait aktivitas fisik, tetapi di Bantul terutama di Kecamatan Kasihan belum ada yang melakukan penelitian terkait aktivitas fisik. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan mampu menyediakan referensi baru tentang Hubungan adiksi *gadget* dengan aktivitas fisik anak usia sekolah

2. Manfaat praktis

a. Bagi penulis

Dapat memberikan pengetahuan atau wawasan baru mengenai Hubungan adiksi *gadget* dengan aktivitas fisik anak usia sekolah.

b. Bagi sekolah

Manfaat bagi sekolah adalah untuk memperoleh gambaran secara umum dari penelitian yang dilakukan terkait hubungan yang ditimbulkan oleh adiksi *gadget* yang dapat dengan penurunan aktivitas fisik anak

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan bagi peneliti lain dalam penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan adiksi *gadget* dan aktivitas fisik.

E. Penelitian Terkait

1. **Arnani, N. P. R., & Husna, F. H. (2021). Perbedaan Kecenderungan Adiksi *Gadget* Anak Sekolah Dasar Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Psycho Idea*, 19(1), 57-64.**

Penelitian ini menguji apakah ada perbedaan kecenderungan adiksi *gadget* yang ditinjau dari jenis kelamin pada anak Sekolah Dasar (SD) di Blitar. Subyek penelitian adalah seluruh anak sekolah dasar kelas 4,5 dan 6 sebanyak 60 orang yang dipilih dengan menggunakan *purposive sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah *Independent Sample T-Test*.

Persamaan pada penelitian selanjutnya adalah subjek penelitian anak sekolah dasar kelas 4, 5, 6, dan mengukur tingkat adiksi *gadget*. Perbedaannya lokasi penelitian yaitu di Kasihan, Bantul, DIY, jumlah responden 283 anak, dengan teknik *Random Sampling*, menggunakan kuesioner *Smartphone Addiction Scale-Short Version (SAS-SV)*.

2. **Rimayanti, F. U., & Prihanto, J. B. (2017). Pengaruh Penggunaan Teknologi Informasi Terhadap Aktivitas Fisik (Studi Pada SMP Negeri 02 Wlingi Kab. Blitar). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 05(3), 872–876.**

Penelitian ini bertujuan untuk menentukan bagaimana teknologi informasi memengaruhi aktivitas fisik anak SMP Negeri 02 Wlingi, Kabupaten Blitar. Penelitian ini mencakup populasi total 620 anak, dengan sampel besar 68 anak. Penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif digunakan. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang dikirim melalui teknologi informasi sehari-hari dan panel aktivitas fisik. Pada penelitian ini instrumen yang digunakan adalah kartu aktivitas harian (*Daily Physical Activity*) dan angket teknologi informasi. *SPSS* untuk *Windows* 21.0 digunakan untuk mengelola data.

Persamaan pada penelitian selanjutnya yaitu, mengukur aktivitas fisik. Perbedaannya tempat peneliti di Kecamatan Kasihan, Bantul, responden anak usia sekolah, jumlah sampel 283, menggunakan metode korelasional, dengan kuesioner *Physical Activity Questionnaire for Older Children (PAQ-C)* untuk aktivitas fisik.

3. Ramadhani, N. W., & Fithroni, H. (2020). Identifikasi Pola Aktivitas Fisik Anak Sekolah Dasar Di Kota Surabaya Dan Kabupaten Nganjuk. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(03), 211-216.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pola aktivitas fisik anak sekolah dasar khususnya di Kota Surabaya dan Kabupaten Nganjuk. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner dari *Physical Activity Questionnaire of Children (PAQ-C)*. Populasi dalam penelitian kali ini yaitu anak-anak

sekolah dasar di Kota Surabaya dan Kabupaten Nganjuk yang berusia 10 tahun atau kelas 4 untuk 13 anak dalam masing-masing sekolah atau jika dijumlahkan keseluruhan berjumlah 130 anak Kota Surabaya dan Kabupaten Nganjuk sebagai sampel penelitian.

Persamaan pada penelitian selanjutnya yaitu, mengukur aktivitas fisik menggunakan kuesioner PAQ-C, dengan responden anak sekolah dasar. Perbedaannya tempat peneliti di Kecamatan Kasihan, Bantul, responden anak usia sekolah, jumlah sampel 283, menggunakan teknik *Random Sampling*.