

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan anak usia dini merupakan masa yang sangat penting dalam kehidupan karena pada fase ini anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat, terutama pada aspek perkembangan kognitif. Menurut Jean Piaget, perkembangan kognitif merupakan proses berpikir anak dalam memahami lingkungan melalui tahapan perkembangan. Anak usia 5–6 tahun berada pada tahap praoperasional, yaitu tahap ketika anak mulai mampu berpikir simbolik, mengenal hubungan sebab akibat sederhana, menggunakan bahasa, serta memahami lingkungan sekitarnya. Perkembangan kognitif sangat penting karena berkaitan dengan kemampuan anak dalam berpikir, mengingat, memahami, memecahkan masalah, dan menerima informasi dari lingkungan sekitar (Khadijah, 2020). Oleh karena itu, perkembangan kognitif perlu diberikan stimulasi yang tepat agar berkembang secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan anak.

Salah satu bentuk stimulasi yang dapat mendukung perkembangan kognitif anak adalah melalui kegiatan bermain. Bermain merupakan aktivitas yang menyenangkan sekaligus menjadi media belajar bagi

anak dalam mengembangkan kemampuan berpikir, kreativitas, bahasa, dan pemecahan masalah. Seiring perkembangan teknologi, aktivitas bermain anak mengalami perubahan dari permainan tradisional menjadi permainan digital melalui *smartphone*. Penggunaan *smartphone* secara bijaksana dapat menjadi media belajar, namun penggunaan yang berlebihan tanpa pengawasan orang tua dapat memberikan dampak terhadap perkembangan anak.

Selain stimulasi melalui kegiatan bermain, kualitas tidur juga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi perkembangan kognitif anak. Menurut *American Academy of Sleep Medicine* (2021), anak usia 5–6 tahun membutuhkan waktu tidur sekitar 10–12 jam setiap hari agar pertumbuhan fisik dan perkembangan otak berlangsung secara optimal. Tidur merupakan kebutuhan dasar anak yang berfungsi memulihkan kondisi tubuh sekaligus membantu perkembangan otak. Tidur yang berkualitas berperan penting dalam proses konsolidasi memori, yaitu proses penyimpanan informasi dari memori jangka pendek ke memori jangka panjang sehingga membantu meningkatkan daya ingat, konsentrasi, kemampuan berpikir, serta kemampuan memecahkan masalah pada anak. Dengan demikian,

kualitas tidur yang baik menjadi salah satu faktor penting dalam mendukung perkembangan kognitif anak usia dini.

Di era digital saat ini, penggunaan *smartphone* pada anak usia dini semakin meningkat. Anak-anak tidak hanya menggunakan *smartphone* untuk menonton video, tetapi juga bermain permainan digital, salah satunya permainan Baby. Permainan Baby merupakan permainan yang dirancang dengan tampilan warna yang menarik, suara yang menyenangkan, serta aktivitas sederhana seperti memberi makan karakter, memandikan, memilih pakaian, bermain puzzle, dan merawat karakter virtual sehingga mampu menarik perhatian anak untuk bermain dalam waktu yang cukup lama. Menurut Amelia (2022), penggunaan *smartphone* sebelum tidur dapat menyebabkan anak tidur lebih larut dan memengaruhi kualitas tidur anak usia dini. Selain itu, Fitriani (2021) menyatakan bahwa penggunaan *smartphone* yang berlebihan dapat memengaruhi konsentrasi, kemampuan berpikir, dan perkembangan kognitif anak. Oleh karena itu, penggunaan *smartphone* memerlukan pengawasan dan pendampingan dari orang tua agar tidak mengganggu perkembangan anak.

Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara yang dilakukan peneliti di Desa Tumbu'an Kecamatan Lubuk Sandi Kabupaten Seluma, ditemukan bahwa

penggunaan *smartphone* pada anak usia 5–6 tahun sudah menjadi bagian dari aktivitas sehari-hari. Sebagian besar orang tua memberikan *smartphone* kepada anak sebagai media hiburan ketika sedang bekerja atau melakukan aktivitas rumah tangga. *Smartphone* lebih sering digunakan anak untuk menonton video dan bermain permainan Baby. Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa orang tua, anak sering bermain permainan Baby dalam waktu yang cukup lama, bahkan hingga menjelang waktu tidur, sehingga waktu istirahat anak menjadi berkurang.

Hasil observasi juga menunjukkan bahwa pola tidur anak usia 5–6 tahun di Desa Tumbu'an masih belum sepenuhnya teratur. Sebagian anak telah memiliki waktu tidur yang sesuai dengan anjuran, namun masih terdapat anak yang tidur larut malam karena masih menggunakan *smartphone* sebelum tidur. Berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua, anak yang tidur lebih larut cenderung bangun dalam kondisi kurang segar, mudah mengantuk pada pagi hari, kurang bersemangat, serta mengalami kesulitan berkonsentrasi ketika melakukan aktivitas belajar maupun aktivitas sehari-hari. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kualitas tidur anak masih perlu mendapat perhatian dari orang tua.

Selain itu, hasil observasi menunjukkan bahwa perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun di Desa Tumbu'an masih beragam. Beberapa anak telah mampu mengenal angka dan huruf, memahami instruksi sederhana, mengelompokkan benda sesuai kategori, serta menyelesaikan tugas sesuai dengan tahap perkembangannya. Namun, masih terdapat anak yang mudah terdistraksi, memerlukan bantuan dalam memahami instruksi, kurang mampu mempertahankan konsentrasi, dan membutuhkan waktu lebih lama dalam menyelesaikan tugas sederhana. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara tersebut, diduga bahwa kebiasaan bermain permainan Baby pada *smartphone* dan kualitas tidur anak menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun di Desa Tumbu'an Kecamatan Lubuk Sandi Kabupaten Seluma.

Penelitian terdahulu lebih banyak mengkaji hubungan penggunaan *smartphone* terhadap perkembangan anak ataupun hubungan kualitas tidur terhadap perkembangan kognitif secara terpisah. Sementara itu, penelitian yang mengkaji hubungan permainan Baby pada *smartphone* dan kualitas tidur secara bersama-sama terhadap perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun, khususnya di Desa Tumbu'an

Kecamatan Lubuk Sandi Kabupaten Seluma, masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kebaruan karena mengkaji kedua variabel tersebut secara bersamaan dalam satu penelitian.

Penelitian ini penting dilakukan karena diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hubungan permainan Baby pada *smartphone* dan kualitas tidur dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan bagi orang tua dalam mengawasi penggunaan *smartphone*, mengatur pola tidur anak, serta memberikan stimulasi yang tepat agar perkembangan kognitif anak berkembang secara optimal. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi guru, orang tua, serta peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai perkembangan anak usia dini.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Permainan Baby pada *Smartphone* dan Kualitas Tidur dengan Perkembangan Kognitif Anak Usia 5–6 Tahun di Desa Tumbu'an Kecamatan Lubuk Sandi Kabupaten Seluma

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut.

1. Anak usia dini sering bermain permainan *baby* dalam durasi yang cukup lama.
2. Kebiasaan bermain permainan *baby* menjelang waktu tidur diduga memengaruhi kualitas tidur anak.
3. Sebagian anak masih memiliki kualitas tidur yang kurang baik akibat pola tidur yang tidak teratur.
4. Kualitas tidur yang kurang baik dapat menyebabkan anak mudah lelah, sulit berkonsentrasi, dan memengaruhi perkembangan kognitif.
5. Penggunaan permainan *baby* diduga berhubungan dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun.
6. Belum diketahui hubungan antara permainan *baby* pada smartphone dan kualitas tidur secara bersamaan dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun.

C. Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada hubungan permainan Baby dan kualitas tidur dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun berdasarkan kuesioner yang diisi oleh orang tua di Desa Tumbu'an Kecamatan Lubuk Sandi Kabupaten Seluma.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah, maka perumusan masalah penelitian ini:

1. Apakah terdapat hubungan permainan baby dan perkembangan kognitif?
2. Apakah terdapat hubungan kualitas tidur dan perkembangan kognitif?
3. Apakah terdapat hubungan antara permainan baby dan kualitas tidur dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun di Desa Tumbu'an Kecamatan Lubuk Sandi Kabupaten Seluma?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui hubungan antara permainan *baby* dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun.
2. Untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun.
3. Untuk mengetahui hubungan antara permainan *baby* dan kualitas tidur secara bersama-sama dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun.

F. Kegunaan penelitian

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang perkembangan anak, psikologi perkembangan, dan kesehatan anak. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya yang ingin

mengkaji lebih dalam mengenai pengaruh kualitas tidur terhadap aspek perkembangan kognitif anak usia dini.

2. Kegunaan Praktis

a. Bagi Orang Tua

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan pemahaman yang lebih baik kepada orang tua mengenai pentingnya menjaga kualitas tidur anak, serta bagaimana tidur yang baik dapat berpengaruh positif terhadap perkembangan kognitif anak usia dini.

b. Bagi Guru atau Pendidik PAUD

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam merancang kegiatan pembelajaran yang memperhatikan kondisi fisik dan psikologis anak, termasuk memperhatikan waktu istirahat anak agar proses belajar lebih optimal.