

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Konseptual

1. Perkembangan Kognitif

a. Definisi Perkembangan Kognitif

Kognitif berasal dari kata *cognition* yang berarti “mengetahui”, yaitu proses berpikir yang melibatkan kemampuan seseorang untuk memahami, menilai, menghubungkan, mengingat, dan memecahkan masalah berdasarkan pengalaman yang diperoleh melalui interaksi dengan lingkungan. Menurut Fatimah Ibda (2020), kognitif merupakan kemampuan mental yang berkaitan dengan bagaimana individu menghubungkan, menilai, dan mempertimbangkan suatu peristiwa atau informasi yang diterima. Sejalan dengan pendapat tersebut, Novia Istiqomah dan Maemonah (2021) menjelaskan bahwa perkembangan kognitif tidak hanya menyangkut peningkatan kemampuan berpikir, tetapi juga bagaimana anak memproses informasi, membangun pengetahuan, serta memahami pengalaman yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Drever, perkembangan kognitif merupakan kemampuan seseorang dalam

memahami tanggapan, khayalan, pemahaman, hingga melakukan evaluasi terhadap suatu informasi (Novia Istiqomah, 2021). Sementara itu, Jean Piaget menjelaskan bahwa perkembangan kognitif merupakan perkembangan kemampuan berpikir yang dipengaruhi oleh kematangan biologis, sistem saraf, serta interaksi anak dengan lingkungannya. Kemampuan tersebut berkembang secara bertahap sesuai dengan usia dan tingkat kematangan anak.

Otak merupakan organ utama yang berperan dalam perkembangan kognitif. Menurut Suyadi (2017), otak bekerja dengan menerima, mengolah, menyimpan, dan merepresentasikan informasi sehingga menghasilkan aktivitas berpikir. Oleh karena itu, perkembangan kognitif perlu terus diberikan stimulasi agar anak mampu berpikir logis, kreatif, serta mampu memecahkan masalah sesuai dengan tahap perkembangannya. Dalam dunia pendidikan, perkembangan kognitif menjadi salah satu aspek penting karena berhubungan dengan keberhasilan proses belajar anak (Ina Magdalena dkk. 2020).

Di era digital saat ini, perkembangan kognitif anak usia dini juga dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya penggunaan *smartphone*. Anak mulai

mengenal berbagai permainan digital, termasuk permainan Baby, yang dapat memberikan stimulasi apabila digunakan secara tepat. Namun, penggunaan yang berlebihan tanpa pengawasan orang tua dapat mengurangi kesempatan anak memperoleh pengalaman belajar secara langsung dan mengganggu kualitas tidur sehingga berdampak terhadap kemampuan berpikir anak.

Berdasarkan beberapa pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa perkembangan kognitif merupakan proses berkembangnya kemampuan berpikir anak dalam memahami, mengolah, mengingat, menilai, dan memecahkan masalah melalui pengalaman serta interaksi dengan lingkungan sesuai dengan tahapan perkembangan usianya.

b. Tahapan Perkembangan Kognitif

Menurut Jean Piaget, perkembangan kognitif berlangsung melalui empat tahapan yang saling berkesinambungan. Tahap pertama adalah sensorimotor (0–2 tahun), yaitu anak belajar melalui aktivitas motorik dan pengalaman yang diperoleh melalui pancaindra. Tahap kedua adalah praoperasional (2–7 tahun), yaitu tahap ketika anak mulai menggunakan simbol, bahasa, gambar, serta

imajinasi dalam memahami lingkungannya. Anak usia 5–6 tahun berada pada tahap ini sehingga mulai mampu mengenal huruf, angka, warna, bentuk, memahami hubungan sebab akibat sederhana, serta mampu menyelesaikan masalah sederhana sesuai tingkat perkembangannya.

Tahap ketiga adalah operasional konkret (7–11 tahun), yaitu tahap ketika anak mulai mampu berpikir logis terhadap objek yang bersifat nyata. Tahap keempat adalah operasional formal (11 tahun ke atas), yaitu tahap ketika individu telah mampu berpikir abstrak, logis, dan mampu memecahkan masalah yang lebih kompleks (Ramadhina dkk., 2021). Selain Piaget, Vygotsky menjelaskan bahwa perkembangan kognitif dipengaruhi oleh interaksi sosial, lingkungan, dan bimbingan dari orang yang lebih dewasa. Dengan demikian, perkembangan kemampuan berpikir anak tidak hanya dipengaruhi oleh kematangan usia, tetapi juga oleh pengalaman belajar dan lingkungan tempat anak tumbuh.

c. Karakteristik Perkembangan Kognitif Anak Usia Dini

Perkembangan dan pertumbuhan anak berlangsung secara terus-menerus sesuai dengan tahapan usianya. Ramli (2020) mengelompokkan

kemampuan kognitif anak berdasarkan karakteristik usia. Menurutnya, anak usia 4 tahun telah mampu mengidentifikasi gambar yang sedang diceritakan, mengenal empat warna dasar, membaca melalui gambar, serta meminta penjelasan terhadap apa yang dilihatnya. Sementara itu, pada usia 5 tahun anak mulai mampu menggambar sesuai imajinasinya, mengurutkan angka 1–10, mengenal beberapa angka dan huruf, serta menanyakan arti suatu kata.

Menurut Jean Piaget, anak usia 5–6 tahun berada pada tahap praoperasional, yaitu tahap ketika anak telah mampu menggunakan simbol dan bahasa untuk memahami lingkungan sekitarnya (Fatimah Ibda, 2015). Pada tahap ini kemampuan berpikir anak berkembang lebih baik sehingga anak mulai mampu memahami instruksi sederhana, mengenal konsep bilangan, membedakan bentuk dan warna, serta menghubungkan pengalaman yang diperoleh dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan teori perkembangan kognitif anak usia dini, perkembangan kognitif dalam penelitian ini ditandai oleh beberapa kemampuan, yaitu konsentrasi, daya ingat, kemampuan bahasa, dan pemecahan masalah. Konsentrasi merupakan kemampuan anak memusatkan perhatian pada suatu

kegiatan dalam jangka waktu tertentu. Daya ingat merupakan kemampuan anak mengingat kembali informasi atau pengalaman yang telah diperoleh. Kemampuan bahasa merupakan kemampuan anak memahami, menggunakan, dan mengungkapkan bahasa sesuai tahap perkembangannya. Sementara itu, pemecahan masalah merupakan kemampuan anak menemukan solusi terhadap permasalahan sederhana yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari.

Anak usia dini memiliki rasa ingin tahu yang tinggi sehingga cenderung tertarik terhadap permainan digital, seperti permainan Baby pada smartphone yang memiliki tampilan menarik dan interaktif. Namun, penggunaan smartphone yang berlebihan dapat mengurangi perhatian, konsentrasi, serta waktu istirahat anak sehingga berpotensi memengaruhi perkembangan kognitifnya.

Berdasarkan uraian tersebut, karakteristik perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun ditunjukkan melalui kemampuan berpikir logis, mengenal simbol, meningkatkan daya ingat, berkonsentrasi, menggunakan bahasa, serta memecahkan masalah sederhana sesuai dengan tahap perkembangannya

d. Faktor yang mempengaruhi perkembangan kognitif

Perkembangan kognitif anak dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Menurut Piaget, perkembangan kognitif dipengaruhi oleh kematangan biologis, pengalaman, interaksi dengan lingkungan, dan proses adaptasi yang dialami anak. Sejalan dengan pendapat tersebut, Vygotsky menjelaskan bahwa perkembangan kognitif anak juga dipengaruhi oleh interaksi sosial dengan orang tua, guru, maupun teman sebaya. Melalui interaksi tersebut, anak memperoleh pengalaman belajar yang dapat meningkatkan kemampuan berpikirnya.

Selain faktor biologis dan lingkungan, perkembangan kognitif anak juga dipengaruhi oleh kondisi fisik dan kebiasaan sehari-hari. Salah satu faktor yang berperan penting adalah kualitas tidur. Tidur yang cukup dan berkualitas membantu proses pemulihan fungsi otak, memperkuat daya ingat, meningkatkan konsentrasi, serta mendukung kemampuan anak dalam memahami informasi yang diperoleh selama proses pembelajaran. Sebaliknya, kualitas tidur yang kurang baik dapat menyebabkan anak mudah lelah, sulit berkonsentrasi, dan mengalami penurunan kemampuan berpikir.

Di era digital, penggunaan *smartphone* juga menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi perkembangan kognitif anak. Permainan Baby pada *smartphone* memberikan rangsangan berupa gambar, warna, suara, dan aktivitas interaktif yang menarik perhatian anak. Penggunaan permainan tersebut dapat memberikan manfaat apabila dilakukan dalam batas waktu yang wajar dan dengan pendampingan orang tua. Namun, penggunaan *smartphone* secara berlebihan, terutama menjelang waktu tidur, dapat mengurangi waktu istirahat anak sehingga berdampak pada kualitas tidur dan kemampuan kognitifnya.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa perkembangan kognitif anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kematangan biologis, pengalaman belajar, interaksi sosial, lingkungan, kualitas tidur, serta penggunaan *smartphone*. Faktor-faktor tersebut saling berkaitan dalam mendukung perkembangan kemampuan berpikir anak usia dini.

e. Indikator Perkembangan Kognitif Anak Usia 5–6 Tahun

Indikator perkembangan kognitif merupakan ukuran yang digunakan untuk mengetahui tingkat

perkembangan kemampuan berpikir anak sesuai dengan tahap usianya. Menurut Bloom, kemampuan kognitif meliputi kemampuan mengingat, memahami, menerapkan, dan mengevaluasi informasi yang diperoleh melalui pengalaman belajar. Sementara itu, berdasarkan karakteristik perkembangan anak usia 5–6 tahun serta teori perkembangan kognitif yang digunakan dalam penelitian ini, indikator perkembangan kognitif disesuaikan dengan kemampuan yang dapat diamati pada anak.

Adapun indikator perkembangan kognitif yang digunakan dalam penelitian ini meliputi konsentrasi, daya ingat, kemampuan bahasa, dan pemecahan masalah. Konsentrasi ditunjukkan melalui kemampuan anak memusatkan perhatian pada suatu kegiatan dalam jangka waktu tertentu. Daya ingat ditunjukkan melalui kemampuan anak mengingat kembali informasi atau pengalaman yang telah diperoleh. Kemampuan bahasa ditunjukkan melalui kemampuan anak memahami, menggunakan, dan mengungkapkan bahasa secara lisan sesuai tahap perkembangannya. Sementara itu, kemampuan pemecahan masalah ditunjukkan melalui kemampuan anak menemukan solusi

terhadap masalah sederhana yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan uraian tersebut, indikator perkembangan kognitif dalam penelitian ini digunakan sebagai acuan untuk mengukur kemampuan berpikir anak usia 5–6 tahun yang meliputi aspek konsentrasi, daya ingat, kemampuan bahasa, dan pemecahan masalah.

Tabel 2.1
Indikator perkembangan kognitif anak
usia 5-6 tahun

Aspek	Indikator
Konsentrasi	Anak mampu memusatkan perhatian pada suatu kegiatan atau tugas dalam jangka waktu tertentu.
Daya Ingat	Anak mampu mengingat kembali informasi, pengalaman, atau pengetahuan yang telah diperoleh.
Kemampuan Bahasa	Anak mampu memahami, menggunakan, dan mengungkapkan bahasa

	secara lisan sesuai tahap perkembangannya.
Pemecahan masalah	Anak mampu menemukan solusi terhadap masalah sederhana sesuai tingkat perkembangannya.

2. Permainan Baby

a. Definisi Permainan

Permainan merupakan kegiatan yang dilakukan secara sukarela untuk memperoleh kesenangan sekaligus menjadi sarana belajar bagi anak usia dini. Melalui kegiatan bermain, anak memperoleh pengalaman dalam mengenal lingkungan, mengembangkan kreativitas, serta meningkatkan kemampuan berpikir sesuai dengan tahap perkembangannya. Menurut Jean Piaget, bermain merupakan aktivitas yang mendukung perkembangan kognitif anak karena melalui bermain anak membangun pengetahuan berdasarkan pengalaman dan interaksinya dengan lingkungan. Sejalan dengan itu, Sujiono (2020), menyatakan bahwa bermain merupakan media belajar yang mampu mengembangkan seluruh aspek

perkembangan anak, baik aspek kognitif, bahasa, sosial emosional, maupun motorik.

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa permainan merupakan aktivitas belajar yang dilakukan secara menyenangkan untuk membantu perkembangan anak, terutama dalam mengembangkan kemampuan berpikir.

b. Fungsi Bermain

Menurut Sujiono (2020), fungsi bermain bagi anak usia dini adalah sebagai sarana belajar yang memberikan pengalaman secara langsung sehingga anak mampu mengembangkan kemampuan berpikir, berkomunikasi, berinteraksi sosial, berimajinasi, serta memecahkan masalah sederhana.

Menurut Jean Piaget, melalui kegiatan bermain anak melakukan proses asimilasi dan akomodasi terhadap pengalaman yang diperoleh sehingga pengetahuan anak berkembang sesuai tahap perkembangan kognitifnya.

Berdasarkan teori tersebut, fungsi bermain tidak hanya sebagai hiburan, tetapi juga sebagai media pembelajaran yang membantu perkembangan kognitif, sosial, emosional, bahasa, dan kreativitas anak.

c. Jenis-Jenis Permainan

Permainan anak usia dini terdiri atas permainan tradisional dan permainan modern. Salah satu bentuk permainan modern adalah permainan digital yang dimainkan melalui *smartphone*.

Menurut Sari (2022), permainan pada *smartphone* merupakan bentuk hiburan digital yang bersifat interaktif, mudah diakses, serta memiliki tampilan visual dan suara yang menarik sehingga banyak diminati oleh anak usia dini. Salah satu permainan digital tersebut adalah permainan Baby, yang berisi aktivitas sederhana seperti memberi makan karakter, memandikan, memilih pakaian, menyusun puzzle sederhana, dan merawat karakter virtual.

Berdasarkan uraian tersebut, permainan Baby termasuk jenis permainan digital yang banyak dimainkan oleh anak usia dini melalui *smartphone*.

d. Permainan yang Menstimulasi Kemampuan Berpikir

Menurut Jean Piaget, permainan dapat menjadi sarana untuk menstimulasi perkembangan kognitif karena anak belajar memahami lingkungan melalui pengalaman yang diperoleh saat bermain. Pada tahap praoperasional (usia 2–7 tahun), anak

mulai mampu menggunakan simbol, mengenal sebab akibat sederhana, serta mengembangkan kemampuan berpikir melalui aktivitas bermain.

Permainan Baby dapat memberikan stimulasi terhadap kemampuan berpikir apabila digunakan sesuai dengan usia anak dan berada di bawah pengawasan orang tua. Sebaliknya, penggunaan yang berlebihan, terutama sebelum tidur, dapat mengurangi waktu istirahat anak sehingga berdampak pada konsentrasi dan kemampuan berpikirnya.

e. Indikator Permainan Baby pada *Smartphone*

Berdasarkan teori yang digunakan dalam penelitian ini, indikator permainan Baby pada *smartphone* meliputi:

Tabel 2.2

Indikator Permainan baby *smartphone*

Aspek	Indikator
Intensitas bermain	Frekuensi anak bermain permainan Baby
Durasi bermain	Lama waktu anak bermain permainan Baby

Waktu bermain	Kebiasaan bermain, terutama menjelang waktu tidur
---------------	---

3. Pengertian Kualitas Tidur

a. Definisi Kualitas tidur

Kualitas tidur merupakan tingkat kepuasan seseorang terhadap proses tidurnya yang ditandai dengan kondisi tubuh terasa segar, bugar, dan siap beraktivitas setelah bangun tidur. Kualitas tidur tidak hanya ditentukan oleh lamanya waktu tidur, tetapi juga dipengaruhi oleh keteraturan pola tidur, kenyamanan selama tidur, serta minimnya gangguan yang dialami ketika tidur. Tidur yang berkualitas membantu tubuh dan otak melakukan proses pemulihan sehingga anak mampu menjalankan aktivitas sehari-hari dengan baik.

Menurut Mubarak et al. (2019), kualitas tidur merupakan keadaan ketika seseorang memperoleh tidur yang cukup dan berkualitas sehingga tubuh terasa segar saat bangun serta mampu menjalankan aktivitas secara optimal. Selain itu, Sherwood menyatakan bahwa tidur merupakan kondisi istirahat tubuh yang berfungsi memulihkan energi setelah melakukan aktivitas sehari-hari. Sementara itu, Ibnu Qayyim Al-Jawzi menjelaskan bahwa tidur

merupakan kondisi tubuh yang tenang dan rileks sehingga mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak (Mardlatillah, 2023).

Berdasarkan pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa kualitas tidur merupakan keadaan tidur yang memberikan rasa segar setelah bangun, ditandai dengan durasi tidur yang cukup, pola tidur yang teratur, dan minim gangguan sehingga mampu mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini.

b. Durasi Tidur Ideal Anak

Anak usia dini memerlukan waktu tidur yang cukup agar pertumbuhan fisik, perkembangan otak, dan kemampuan belajar berlangsung secara optimal. Durasi tidur yang sesuai akan membantu anak memiliki konsentrasi, daya ingat, serta kondisi fisik yang lebih baik dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Menurut *American Academy of Pediatrics* (AAP) dan *American Academy of Sleep Medicine* (AASM), anak usia 5–6 tahun memerlukan waktu tidur sekitar 10–12 jam per hari, termasuk tidur malam dan tidur siang (Ida Ayu Kade Sri Widiastuti, 2023). Apabila kebutuhan tidur tersebut tidak terpenuhi, anak berisiko mengalami kelelahan, sulit

berkonsentrasi, mudah mengantuk, serta mengalami penurunan kemampuan belajar.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa durasi tidur ideal anak usia 5–6 tahun adalah sekitar 10–12 jam setiap hari agar pertumbuhan fisik dan perkembangan otaknya berlangsung secara optimal.

c. Faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur

Kualitas tidur anak dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik faktor internal maupun faktor eksternal. Salah satu faktor yang berpengaruh adalah kebiasaan menggunakan *smartphone* sebelum tidur. Penggunaan *smartphone* dalam waktu yang lama dapat menyebabkan anak tidur lebih larut sehingga mengurangi kualitas tidurnya.

Menurut Mawitjere et al. (2020), penggunaan *smartphone* sebelum tidur dapat menyebabkan anak mengalami gangguan pola tidur sehingga kualitas tidurnya menurun. Selain itu, lingkungan tidur yang kurang nyaman, kebiasaan tidur yang tidak teratur, kondisi kesehatan, serta kurangnya pengawasan orang tua juga dapat memengaruhi kualitas tidur anak.

Oleh karena itu, orang tua memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan tidur yang baik

dengan menciptakan lingkungan tidur yang nyaman, menetapkan jadwal tidur yang teratur, serta membatasi penggunaan *smartphone* sebelum waktu tidur.

d. Dampak Kualitas Tidur terhadap Perkembangan Otak

Kualitas tidur memiliki peranan penting terhadap perkembangan otak anak usia dini. Selama tidur, otak melakukan proses pemulihan, memperkuat memori, mengolah informasi yang diperoleh selama beraktivitas, serta mendukung perkembangan fungsi kognitif anak.

Menurut Sinarmawati (2021), selama tidur tubuh memproduksi hormon pertumbuhan yang berperan penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain itu, tidur yang berkualitas membantu memperkuat daya ingat, meningkatkan konsentrasi, mengendalikan emosi, serta mendukung kemampuan berpikir anak.

Sebaliknya, kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan anak mudah lelah, sulit berkonsentrasi, mengalami penurunan daya ingat, serta menghambat perkembangan fungsi otak. Hal tersebut didukung oleh penelitian *Council for Cognitive Function and Ageing Study* (CFAS) yang menunjukkan bahwa individu dengan durasi tidur yang kurang memiliki

risiko lebih tinggi mengalami gangguan fungsi kognitif (Wayan Prayogi & Kastama Putra, 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa kualitas tidur yang baik merupakan salah satu faktor penting dalam mendukung perkembangan otak, kemampuan berpikir, daya ingat, dan konsentrasi anak usia dini.

e. Indikator Kualitas Tidur

Berdasarkan teori yang digunakan dalam penelitian ini, indikator kualitas tidur anak usia 5–6 tahun meliputi:

Tabel 2.3
Indikator Kualitas Tidur

Aspek	Indikator
Durasi tidur	Anak tidur sekitar 10–12 jam setiap hari
Pola tidur	Anak memiliki jadwal tidur dan bangun yang teratur
Gangguan tidur	Anak tidak sering terbangun pada malam hari

Kondisi saat bangun	Anak bangun dalam keadaan segar, bugar, dan siap beraktivitas
Fungsi kognitif setelah tidur	Anak mampu berkonsentrasi, mudah mengingat, dan mengikuti pembelajaran dengan baik

B. Penelitian Yang Relevan

- a. Penelitian yang dilakukan oleh Devi Anggun Feriani yang berjudul Hubungan Kualitas Tidur Dengan Konsentrasi Belajar Siswa Kelas X Tkj 2 Dan Xi Tkj 1 Di Smk Negeri 1 Jiwan KABUPATEN MADIUN, Adanya hubungan kualitas tidur dengan konsentrasi belajar siswa. Dimana hasil nilai menunjukan $P 0,006 < \alpha$ dengan demikian adanya korelasi antara kedua variabel. Pada penelitian peneliti mencari apakah konsentrasi belajar dapat dipengaruhi oleh kualitas tidur.
- b. Penelitian yang dilakukan oleh Annne Gracia Rachel Kaliey, Sukiman Puspojudho, Rivo Panji Yudha yang berjudul Hubungan Kualitas Tidur dan Memori pada Anak Usia Dini: Pendekatan Formatif Orde Kedua, Bahwa antara kualitas tidur memiliki hubungan positif dan signifikan terhadap perkembangan memori anak pada

pola kebiasaan sebelum tidur, selama tidur dan kebiasaan bangun. Perbedaan bahwa pada penelitian terdahulu membahas hubungan kualitas tidur dengan memori pada anak usia dini. Sedangkan penelitian ini membahas tentang perkembangan kognitif.

- c. Penelitian yang dilakukan oleh Iriana Cahya Amalia, Tito Gunantara, Titik Respati yang berjudul Hubungan Kualitas Tidur dengan Fungsi Kognitif pada Anak Usia 10- 12 Tahun di SDN Cibabat 5, Cimahi Utara, Hasil dari penelitian ialah bahwa terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan fungsi kognitif walaupun belum secara statistik. Adanya perbedaan dalam mengambil sampel dimana penelitian terdahulu mengambil sampel anak SD dengan kategori usia 10-12 tahun.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian saya terletak pada subjek dan rentang usia responden. Penelitian terdahulu dilakukan pada anak usia sekolah dasar dengan rentang usia 10–12 tahun, sedangkan penelitian ini difokuskan pada anak usia dini (5–6 tahun). Selain itu, penelitian ini menekankan kualitas tidur anak usia dini yang dipengaruhi oleh kebiasaan bermain permainan baby pada *smartphone* serta hubungannya dengan perkembangan kognitif, sehingga memiliki karakteristik dan konteks perkembangan yang berbeda dari penelitian sebelumnya.

C. Kerangka Berpikir

Perkembangan kognitif anak usia dini merupakan kemampuan anak dalam berpikir, memahami informasi, mengingat, serta memecahkan masalah sederhana sesuai tahap usianya. Perkembangan kognitif anak dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya kualitas tidur dan penggunaan *smartphone*.

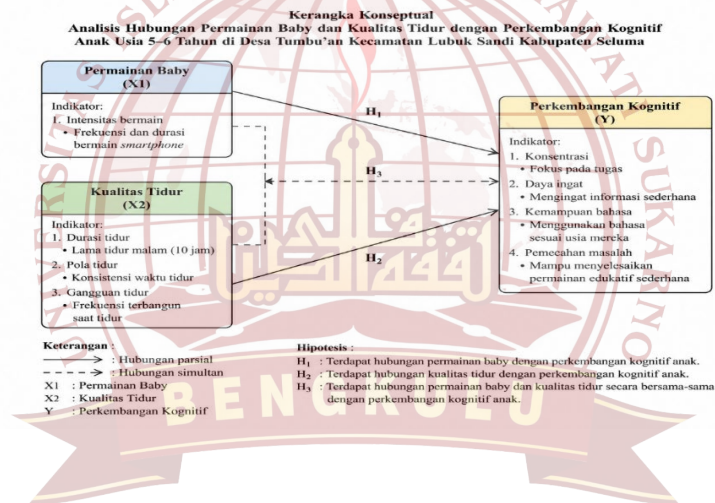
Kualitas tidur yang baik membantu anak memiliki konsentrasi, daya ingat, dan kesiapan belajar yang lebih optimal. Anak yang memiliki waktu tidur cukup dan pola tidur teratur cenderung lebih fokus dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Sebaliknya, kualitas tidur yang kurang baik dapat menyebabkan anak mudah lelah, sulit berkonsentrasi, dan mengalami penurunan kemampuan berpikir.

Selain itu, penggunaan *smartphone* yang berlebihan, terutama permainan permainan Baby pada *smartphone*, dapat memengaruhi kualitas tidur anak. Anak yang bermain *smartphone* terlalu lama cenderung tidur lebih larut sehingga waktu tidur anak menjadi berkurang. Kondisi tersebut dapat memengaruhi perkembangan kognitif anak usia dini.

Berdasarkan fenomena di Desa Tumbu'an Kecamatan Lubuk Sandi Kabupaten Seluma, masih terdapat anak usia 5–6 tahun yang bermain permainan

baby pada *smartphone* sebelum tidur dan memiliki pola tidur yang kurang teratur. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan permainan baby dan kualitas tidur dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun di Desa Tumbu'an Kecamatan Lubuk Sandi Kabupaten Seluma

Tabel 2.4
Kerangka Berpikir



D. Asumsi

Berdasarkan landasan teori dan fakta yang diakui kebenarannya, maka penelitian ini memiliki beberapa asumsi sebagai berikut:

1. Anak usia 5–6 tahun berada pada masa perkembangan kognitif yang pesat.
2. Kualitas tidur berhubungan dengan konsentrasi dan kemampuan berpikir anak.

3. Penggunaan *smartphone* dapat memengaruhi kualitas tidur anak usia dini.
4. Perkembangan kognitif anak dapat dilihat dari kemampuan konsentrasi, daya ingat, bahasa, dan pemecahan masalah sederhana

E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

1. Hipotesis Nol (H_0): Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara permainan Baby pada *smartphone* dan kualitas tidur dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun.
2. Hipotesis Alternatif (H_a): Terdapat hubungan yang signifikan antara permainan Baby pada *smartphone* dan kualitas tidur dengan perkembangan kognitif anak usia 5–6 tahun.