

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia tercatat sebagai negara dengan jumlah pengguna internet terbesar di Asia Tenggara serta memiliki tingkat keaktifan media sosial tertinggi berdasarkan data Global Web (Andriana, 2010). Survei Google melalui fitur Consumer Barometer menunjukkan bahwa jumlah pengguna *smartphone* di Indonesia meningkat hingga 43% (Warisah, 2015). Kemajuan teknologi informasi yang pesat secara signifikan memengaruhi seluruh lapisan masyarakat, termasuk anak-anak (Manupil dkk., 2015). Hana (2017) menyatakan bahwa masyarakat tidak dapat menghindari kemajuan teknologi.

Pesatnya perkembangan teknologi kini membuat *gadget* menjadi kebutuhan primer bagi berbagai kalangan, mulai dari anak-anak hingga dewasa. Kemudahan akses internet serta beragam fitur yang tersedia menyebabkan anak-anak dapat beradaptasi dan terbiasa menggunakan perangkat digital dalam waktu singkat. Di Indonesia, jumlah pengguna internet telah mencapai 221 juta orang atau sekitar 79,5% dari total populasi, di mana sekitar 9,17% di antaranya berusia di bawah 12 tahun (BPS, 2024). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa anak semakin rentan terpapar penggunaan teknologi sejak usia dini.

Badan Pusat Statistik (BPS, 2024), fenomena penggunaan teknologi pada anak di Indonesia menunjukkan angka yang signifikan, di mana 39,71% anak prasekolah telah menggunakan *gadget* dan 35,57% di antaranya telah aktif mengakses internet. Secara lebih spesifik, data tersebut mencatat bahwa 58,25% anak prasekolah pada rentang usia 5-6 tahun sudah menggunakan telepon genggam, sementara 51,19% pada kelompok usia yang sama telah terpapar akses internet.

Menurut data UNICEF, setiap detiknya seorang anak di dunia mengakses internet untuk pertama kalinya. Data tersebut menggambarkan tingginya jumlah penggunaan *gadget* yang dapat meningkatkan angka kecanduan terhadap *gadget* khususnya pada anak prasekolah. Di balik kemudahan dan kecanggihan yang ditawarkan oleh teknologi terdapat aspek penting yang perlu diperhatikan dalam memberikan *gadget* kepada anak, yaitu waktu penggunaan, usia anak, dan cara pemakaiannya. Jika tidak, anak dapat mengalami gangguan seperti kecanduan bermain game (*gaming disorder*), kecanduan *gadget*, atau ketergantungan pada layar (*screen dependency disorder*).

Perilaku kecanduan *gadget* pada anak prasekolah dipengaruhi oleh faktor lingkungan, terutama pola pengasuhan orang tua. Banyaknya aktivitas orang tua di luar rumah menyebabkan pengawasan terhadap penggunaan *gadget* pada anak menjadi berkurang (McCann, 2013 dalam Sarwono *et al.*, 2011). Penggunaan *gadget* pada anak usia dini juga dapat menimbulkan dampak negatif akibat minimnya komunikasi dua arah

selama anak berinteraksi dengan perangkat tersebut. Anak yang terlalu sering menggunakan *gadget* cenderung enggan bermain dengan lingkungan sekitar dan mudah marah ketika penggunaan *gadget* dibatasi (Tri, 2016).

Penggunaan *gadget* secara berlebihan pada anak dapat meningkatkan risiko gangguan konsentrasi dan hiperaktivitas (Novianti & Garzia, 2020). Selain itu, penggunaan *gadget* yang tidak terkontrol dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan dan perkembangan, seperti gangguan tidur, hambatan interaksi sosial, gangguan psikologis, serta ketidakseimbangan emosi pada anak. Kecanduan *gadget* pada anak menjadi fenomena baru yang menimbulkan efek negatif dalam jangka panjang seperti keterlambatan perkembangan, ketidakseimbangan emosi serta dampak negatif lainnya.

Sebuah studi oleh Cho & Le (2017) “*Influence of Smartphone Addiction Proneness of Young Children on Problematic Behaviors and Emotional Intelligence: Mediating*” menunjukkan pengaruh kecanduan *smartphone* pada perilaku bermasalah dan kecerdasan emosi anak kecil. Selain itu, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) secara resmi telah menetapkan kecanduan *game* atau *gaming disorder* sebagai penyakit gangguan mental untuk pertama kalinya dalam versi terbaru Klasifikasi Statistik Internasional Penyakit dan Masalah Kesehatan Terkait (*International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems* atau ICD-11).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menggolongkan kecanduan *game* sebagai gangguan akibat perilaku adiktif dalam ICD-11 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Pada penelitian yang dilakukan Siste (2022) bahwa kecanduan *gadget* bisa mempengaruhi tumbuh kembang anak, salah satunya mempengaruhi kondisi psikologi anak dan kerusakan pada kinerja otak anak. Menurut Suliswidiawati (2023) salah satu cara efektif untuk mencegah kecanduan *gadget* pada anak adalah dengan mengalihkan penggunaan *gadget* ke aktivitas lain yang lebih produktif supaya terekam oleh anak hal positif yang ditawarkan sebagai pengganti *gadget*.

Anak usia prasekolah merupakan masa *golden age*, yaitu periode pertumbuhan dan perkembangan otak yang berlangsung sangat pesat hingga usia 6 tahun. Pada masa ini, anak membutuhkan stimulasi yang optimal melalui aktivitas bermain yang dapat mendukung perkembangan konsentrasi, motorik, kreativitas, dan kemampuan pemecahan masalah. Namun, penggunaan *gadget* secara berlebihan dapat mengurangi kesempatan anak memperoleh stimulasi langsung dari lingkungan serta meningkatkan ketergantungan terhadap hiburan digital. Oleh karena itu, diperlukan aktivitas bermain yang sesuai dengan karakteristik perkembangan anak prasekolah sebagai bentuk pengalihan dari penggunaan *gadget*, salah satunya melalui permainan Lego.

Sejalan dengan kompleksitas permasalahan tersebut, intervensi keperawatan berbasis nonfarmakologis menjadi krusial untuk

menanggulangi kecanduan *gadget* pada anak usia dini. Pendekatan terapi bermain diyakini memiliki potensi signifikan sebagai strategi pengalihan yang adaptif, mengingat bermain adalah tugas perkembangan utama pada anak prasekolah. Secara teoretis, Terapi Bermain Lego dipilih karena memiliki mekanisme yang spesifik untuk menanggulangi dampak negatif kecanduan *gadget*.

Aktivitas merangkai Lego membutuhkan fokus, konsentrasi, koordinasi motorik halus, serta kemampuan pemecahan masalah (*problem-solving*) sehingga dapat membantu mengalihkan anak dari penggunaan *gadget* menuju aktivitas bermain yang lebih aktif. Selain itu, permainan Lego juga mampu merangsang kreativitas serta meningkatkan interaksi sosial dan kemampuan komunikasi anak yang sering terganggu akibat penggunaan *gadget* berlebihan.

Dari perspektif keperawatan, terapi ini merupakan intervensi yang mudah diimplementasikan, dapat dievaluasi hasilnya secara objektif, dan memberikan peran aktif bagi perawat sebagai fasilitator dalam mengembalikan fungsi perkembangan anak. Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada Terapi Bermain Lego sebagai modalitas spesifik yang bertujuan untuk membantu mengurangi ketergantungan *gadget*, meningkatkan aktivitas bermain adaptif, serta mendukung perkembangan psikososial anak.

Hasil penelitian Satria, dkk., (2024) telah menunjukkan efektivitas terapi bermain lego dalam menurunkan kecanduan *gadget* melalui

pendekatan studi kasus deskriptif komparatif. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan studi lebih mendalam melalui sebuah karya tulis ilmiah yang bertujuan untuk mendeskripsikan penerapan terapi bermain Lego sebagai salah satu intervensi keperawatan untuk menangani masalah kecanduan *gadget* pada anak prasekolah.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada tanggal 21 Desember di TK Ngesti Rini daerah Karangharjo DIY, melalui wawancara terhadap sejumlah orang tua, ditemukan bahwa 5 dari 20 anak menghabiskan waktu lebih dari 2 jam sehari untuk mengakses *gadget*. Orang tua menyatakan bahwa anak cenderung menunjukkan perilaku agresif atau tantrum saat *gadget* diambil dari genggamannya. Fenomena ini memperkuat urgensi penerapan terapi bermain Lego sebagai alternatif kegiatan untuk mengalihkan atensi anak secara positif dan menurunkan ketergantungan pada *gadget*. Melalui studi ini, diharapkan dapat diperoleh gambaran nyata mengenai respon dan perkembangan perilaku anak selama proses intervensi dilakukan.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam permasalahan dan fenomena yang terjadi. Oleh sebab itu, penulis melakukan penelitian mengenai **Penerapan Terapi Bermain Lego Untuk Menangani Kecanduan Penggunaan Gadget Pada Anak Prasekolah.**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimana proses pelaksanaan penerapan terapi bermain lego dalam mengurangi kecanduan penggunaan *gadget* pada anak prasekolah?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Menerapkan terapi bermain lego sebagai intervensi keperawatan untuk menangani kecanduan penggunaan *gadget* pada anak prasekolah.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui pelaksanaan asuhan keperawatan pada anak yang mengalami kecanduan *gadget* meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, evaluasi, dan dokumentasi keperawatan di TK Ngesti Rini.
- b. Diketahui respon anak sebelum dan sesudah diberikan terapi bermain lego dalam menangani kecanduan *gadget* di TK Ngesti Rini.
- c. Diketahui faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan terapi bermain Lego dalam menangani kecanduan *gadget* pada anak di TK Ngesti Rini.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah penelitian di bidang Ilmu Keperawatan Anak, berfokus pada psikologi anak prasekolah dan penerapan intervensi keperawatan nonfarmakologis dalam mengatasi masalah perilaku terkait penggunaan teknologi.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan kontribusi pada perkembangan ilmu keperawatan anak, khususnya dalam bidang kesehatan jiwa anak, dengan menyajikan bukti empiris mengenai efektivitas terapi bermain sebagai salah satu modalitas terapi nonfarmakologis untuk mengatasi kecanduan *gadget*.
- b. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai landasan dan referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengembangkan intervensi lain atau menguji variable berbeda terkait penanganan kecanduan *gadget* pada anak usia dini.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Orang Tua/Wali Murid di TK Ngesti Rini: Memberikan alternatif praktis dan efektif bagi orang tua dalam penanganan kecanduan *gadget* pada anak melalui penerapan terapi bermain, serta meningkatkan kesadaran akan pentingnya pengalihan dari layar (*screen time*).

- b. Bagi Perawat dan Tenaga Kesehatan: Memberikan panduan praktis berbasis bukti (*Evidence-Based Practice*) dalam melakukan intervensi keperawatan anak terkait masalah *problematic mobile phone use* (PMPU) atau kecanduan *gadget*, khususnya dengan menggunakan terapi bermain.
- c. Bagi Mahasiswa Jurusan Keperawatan: Hasil penelitian ini diharapkan memotivasi mahasiswa keperawatan untuk mengembangkan program pengalihan aktivitas positif dan strategi pencegahan kecanduan *gadget* di lingkungan sekolah.
- d. Bagi Peneliti Selanjutnya: Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan referensi dan dasar pengembangan bagi peneliti selanjutnya.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1. Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian & Peneliti	Tujuan dan Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	“Efektivitas terapi bermain pada anak prasekolah dengan kecanduan <i>gadget</i> ” Satria, I., Setiawati., & Wandini, R. (2024)	Implementasi yang diberikan peneliti yaitu terapi bermain lego yang bertujuan untuk mengurangi kecanduan <i>gadget</i> pada anak usia dini. Metode penelitian ini yaitu penelitian menggunakan analisis deskriptif komparatif dengan desain penelitian <i>crossectional</i> .	Pelaksanaan intervensi selama 3 hari pada kasus 1 (An.H), kasus 2 (An.N), dan kasus 3 (An.B) menunjukkan adanya perubahan yang signifikan. Sebelum pelaksanaan terapi bermain lego ketiga kasus tersebut masuk dalam kategori tinggi, namun setelah diberikan intervensi selama 3 hari berturut-turut ketiga kasus tersebut mengalami penurunan yang signifikan. Kasus 1 (An.H) masuk dalam kategori sedang, kasus 2 (An. N) masih dalam kategori tinggi namun durasi penggunaan <i>gadget</i> menurun, dan kasus 3 masuk dalam kategori rendah. Hal ini dapat dilihat dari perubahan pola tidur, interaksi sosial dengan teman sebaya, dan interaksi	Intervensi yang digunakan adalah terapi bermain lego pada anak prasekolah untuk menangani kecanduan <i>gadget</i> .	Penelitian terdahulu menggunakan desain studi kasus dengan analisis deskriptif komparatif pada 3 kasus untuk menguji efektivitas secara statistik. Penelitian saat ini akan menggunakan pendekatan deskriptif studi kasus yang berfokus pada gambaran mendalam mengenai respon anak selama proses intervensi. Perbedaan juga terletak pada judul, tempat, dan waktu penelitian.

No	Judul Penelitian & Peneliti	Tujuan dan Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
			dengan orang tua terbangun.		
2.	“Penerapan Terapi Bermain Lego Dengan Risiko Gangguan Perkembangan Pada Anak Dengan Kecanduan Gadget” Nurfauziah, S.T. (2025)	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas terapi bermain Lego dalam mengurangi kecanduan <i>gadget</i> pada anak usia sekolah yang berisiko mengalami gangguan perkembangan. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan terhadap seorang anak berusia 9 tahun yang mengalami kecanduan <i>gadget</i>. Terapi bermain Lego diberikan selama tiga hari berturut-turut sebagai upaya untuk mengalihkan perhatian anak dari <i>gadget</i> dan merangsang kembali kemampuan kognitif serta kreativitasnya.	Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan intensitas penggunaan <i>gadget</i> serta peningkatan respons kognitif dan sosial anak setelah mendapatkan terapi bermain Lego. Dengan demikian, terapi bermain Lego dapat menjadi intervensi alternatif yang efektif dalam mengurangi kecanduan <i>gadget</i> dan mencegah gangguan perkembangan pada anak.	Intervensi yang digunakan adalah terapi bermain lego pada anak prasekolah untuk menangani kecanduan <i>gadget</i>.	Perbedaan terletak pada judul, tempat, dan waktu penelitian.

No	Judul Penelitian & Peneliti	Tujuan dan Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
3.	“Efektivitas Game Therapy Terhadap Kecanduan <i>Gadget</i> Siswa Sekolah Dasar” Ausrianti, R., & Andayani, R. P. (2024).	Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas terapi bermain edukatif umum untuk mengurangi kecanduan <i>gadget</i> . Metode yang digunakan adalah kuantitatif pre-Eksperiment one Group pre-post design dengan tehnik simple random sampling.	Terapi bermain edukatif efektif menurunkan kecanduan <i>gadget</i> pada anak sekolah dasar.	Membahas kecanduan <i>gadget</i> pada anak dan menggunakan jenis intervensi yang sama yaitu terapi bermain sebagai solusi nonfarmakologis.	Penelitian terdahulu menggunakan "Terapi Bermain Edukatif" yang umum pada anak usia sekolah dasar, sedangkan penelitian yang akan dilakukan fokus pada modalitas spesifik yaitu Lego pada anak pra sekolah. Perbedaan juga terletak pada judul, tempat penelitian, waktu penelitian, dan desain yang akan digunakan.
4.	“Study to Evaluate the Comparative Efficacy of Medhya Rasayana (Pharmacological) Versus Nonpharmacological Interventions in Management of <i>Gadget</i> Addiction in Children: Protocol for	Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan efektivitas terapi bermain sebagai intervensi non-digital dalam mengurangi kecanduan internet pada remaja, dengan fokus pada pengurangan waktu layar dan peningkatan keterampilan social.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok intervensi yang menerima terapi bermain mengalami penurunan signifikan dalam skor kecanduan internet hingga 60%, serta peningkatan keterampilan kreativitas dan sosial dibandingkan kelompok kontrol	Intervensi yang digunakan tekanan bermain kreatif sebagai alternatif untuk mengurangi <i>screen time</i> pada anak-anak dengan hasil positif dalam pengurangan kecanduan <i>gadget</i> melalui aktivitas non-digital.	Penelitian terdahulu menggunakan terapi bermain umum desain quasi-eksperimental dengan kelompok control yang lebih luas yaitu 120 peserta. Penelitian saat ini akan menggunakan pendekatan deskriptif

No	Judul Penelitian & Peneliti	Tujuan dan Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
	Parallel, Triple-Arm, Randomized Clinical Trial” Yewale, P., Rathi, R., & Mate, S. (2024)	Metode yang digunakan dalam penelitian ini meliputi pengumpulan data melalui kuesioner pra-dan-pasca intervensi, observasi perilaku selama sesi terapi bermain, dan analisis statistik menggunakan uji-t dan ANOVA untuk membandingkan kelompok dengan desain quasi-eksperimental dengan dua kelompok			studi kasus dengan sample lebih kecil menggunakan terapi bermain lego yang berfokus pada gambaran mendalam mengenai respon anak selama proses intervensi. Perbedaan juga terletak pada judul, waktu penelitian, karakteristik subjek dan lokasi penelitian.