

BAB I

PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang Masalah

Covid-19 adalah penyakit menular yang disebabkan oleh jenis corona virus yang baru ditemukan yaitu SARS-CoV-2 yang pertama kali terjadi di Wuhan, Tiongkok pada bulan Desember 2019 (Rohita, 2020). Berita mengenai Covid-19 sangat mengguncang dunia sehingga pada Maret 2020, World Health Organization (WHO) menetapkan penyakit corona virus SARS-CoV-2 (Covid-19) sebagai pandemi global. Hal tersebut diperkuat karena penyebaran virus Covid-19 telah mencapai banyak negara di seluruh dunia. Berdasarkan data terakhir pada website WHO, hingga 24 Januari 2022, terdapat 340,543,962 terkonfirmasi, 5,570,163 mengalami kematian, dan 227 negara sudah terdampak Covid-19 (World Health Organization, 2022). Sementara untuk di Indonesia sendiri, data terakhir pada tanggal 24 Januari dilaporkan sudah 4,286,378 positif, 4,123,267 sembuh, dan 144,220 meninggal dunia karena Covid-19.

Akibat penularan Covid-19 sangat pesat, banyak negara mendorong penduduknya untuk mencetuskan peraturan dalam menjaga jarak sosial dan membatasi pertemuan sosial. Pandemi Covid-19 ini juga menyebabkan potensi risiko yang tinggi terutama pada perkembangan anak. Hal itu disebabkan karena risiko penyakit yang tinggi, kurangnya perlindungan, isolasi sosial yang dapat merubah jadwal rutinitas dalam keluarga (Araújo *et al.*, 2021).

Lingkungan dalam keluarga merupakan aspek yang memiliki peranan paling penting dalam proses perkembangan anak. Kebutuhan yang diperlukan anak dalam perkembangannya beragam dan berbeda tergantung pada tahap usianya. Pada anak prasekolah yang berada pada rentang umur 3-5 tahun dikatakan memiliki kebutuhan penting yaitu perilaku gerak. Oleh sebab itu, World Health Organization (WHO) membuat pedoman gerakan selama 24 jam untuk anak-anak (Kracht, Katzmarzyk and Staiano, 2021).

Pada anak usia prasekolah, anak sangat rentan mengalami masalah perkembangan. Menurut WHO dalam (Romadonika, Pratiwi and Hariati, 2022)

melaporkan jika 5-25% anak usia prasekolah mengalami keterlambatan perkembangan. Di Indonesia, data yang didapat dari gangguan perkembangan anak yaitu 45,12%, presentase tersebut merupakan hasil skrining perkembangan anak di 30 provinsi. Dan hal tersebut didukung oleh laporan Departemen kesehatan RI yang menyatakan bahwa 0,4 juta (16%) balita di Indonesia mengalami gangguan perkembangan yang mencakup perkembangan motorik halus dan kasar, gangguan pendengaran, kecerdasan kurang, sampai dengan keterlambatan bicara.

Perkembangan anak usia prasekolah akan menentukan bagaimana anak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Oleh sebab itu lingkungan keluarga menjadi dasar paling utama untuk menentukan bagaimana selanjutnya anak akan berkembang. Rutinitas dalam keluarga dapat mendukung aspek kesiapan anak, yaitu dengan memandu perilaku gerak anak yang mendukung perkembangan awal. Dengan adanya pengaturan rutin dalam anggota keluarga dapat mendorong keterlibatan hubungan dan memantau aktivitas terstruktur yang terlibat dalam perkembangan anak (Turnbull *et al.*, 2022). Meskipun ada beberapa rutinitas keluarga yang belum tersusun dengan baik, namun dengan adanya pengaturan yang rutin akan menciptakan rutinitas keluarga yang lebih baik. Hal tersebut dikarenakan rutinitas dalam keluarga secara langsung berkontribusi dalam mengatur perilaku sehingga terciptanya perilaku yang konsisten.

Rutinitas keluarga dicirikan dengan aktivitas yang terstruktur setiap harinya. Pada anak prasekolah, keseimbangan dalam perilaku bergerak sangat penting untuk perkembangan fisik dan mental anak. Aktivitas fisik, *screen-time*, dan waktu tidur yang teratur dapat menjamin perkembangan kognitif anak yang optimal. Masing-masing dari tiga faktor perilaku gerak tersebut memiliki pengaruh besar terhadap munculnya resiko penyakit apabila tidak seimbang (Rhodes *et al.*, 2019). Hal itu biasanya disebabkan oleh kurangnya aktivitas fisik, durasi tidur yang kurang, dan tingkat *screen-time* yang tinggi.

Aktivitas fisik, *screen-time* yang teratur, dan tidur yang cukup merupakan indikator yang mempengaruhi perkembangan dan kesejahteraan fisik dan mental anak. Oleh sebab itu WHO dalam (Kracht, Katzmarzyk and Staiano, 2021) melaporkan pentingnya perilaku gerak dengan membuat pedoman gerakan 24 jam untuk anak-anak. Pedoman ini berisikan tentang rekomendasi aktivitas fisik,

screen-time, dan tidur selama 24 jam. Sehingga dengan adanya pedoman tersebut, anak-anak prasekolah dapat beraktivitas sesuai dengan usianya terutama berkurangnya waktu dalam menatap layar berupa gawai atau pun sejenisnya.

Lingkungan rumah memegang peranan penting dalam perilaku gerak, karena hampir dari seluruh waktu anak dihabiskan di rumah. Namun tidak sedikit pula gangguan sehari-hari lingkungan rumah dan kekacauan rumah tangga menyebabkan anak memiliki waktu tidak seimbang dalam berperilaku gerak. Kekacauan rumah tangga biasanya meliputi kebisingan, kepadatan, dan ketidakstabilan dalam keluarga. Adapun faktor-faktor yang menyebabkan munculnya kekacauan dalam rumah tangga meliputi hidup penuh tekanan, orang tua tunggal, kurangnya sumber daya, sampai dengan penghasilan keluarga yang rendah. Ketidakstabilan dalam aspek tersebut dapat memaksa keluarga untuk mengubah pengaturan dan rutinitas (Crespo *et al.*, 2019).

Apabila hal tersebut terjadi tanpa diatasi, itu dapat menyebabkan dampak jangka panjang bagi perkembangan anak dan gangguan rutinitas dalam keluarga. Anak-anak prasekolah yang tumbuh dalam keluarga yang berantakan akan memiliki gangguan resiko tinggi terhadap perkembangannya, seperti waktu menatap layar yang lebih tinggi dan kurangnya waktu durasi tidur. Beda halnya dengan anak yang tumbuh dalam keluarga yang tenang, ia akan memiliki waktu pergerakan yang lebih diperhatikan dan teratur.

Rutinitas dalam keluarga dapat menjamin aktivitas yang teratur dan meningkatkan hidup yang biologis. Rutinitas keluarga juga dapat mengatasi kekacauan dengan keterlibatannya secara langsung dalam struktur aktivitas setiap harinya (Turnbull *et al.*, 2022). Rutinitas keluarga yang baik seperti menetapkan waktu kurang dari 2 jam dalam menatap layar pada anak akan menjadi awal yang baik untuk anak. Waktu itu bisa digantikan dengan aktivitas fisik bahkan untuk penambahan waktu tidur untuk memenuhi kebutuhan istirahat. Oleh karena itu penetapan rutinitas dalam keluarga dapat berdampak pada perilaku gerak anak yang baik terutama pada keluarga yang memiliki rutinitas yang berantakan.

Penetapan yang dicetuskan akibat adanya pandemi global Covid-19 berfungsi untuk menghindari pertemuan, sehingga menyebabkan banyak orang diharuskan tinggal di dalam rumah untuk jangka waktu yang lebih lama. Sehingga dengan ini

akan timbul perubahan jadwal yang dapat menyebabkan kekacauan keluarga dalam aktivitas sehari-hari. Rutinitas keluarga yang buruk akan menyebabkan anak memiliki lebih banyak waktu menatap layar dibandingkan dengan beraktivitas fisik dan tidur.

Peneliti melihat dengan adanya kejadian ini dapat mempengaruhi perkembangan anak, terutama anak prasekolah yang akan bersiap untuk menyesuaikan diri ke lingkungan selanjutnya setelah lingkungan keluarga. Dari fenomena yang terjadi, peneliti melihat bahwa faktor yang paling berpengaruh ialah rutinitas dalam keluarga dan pergerakan anak sehari-hari. Pada anak prasekolah dapat dikatakan jika peran keluarga terutama orang tua merupakan faktor utama. Dengan itu diperlukannya evaluasi mengenai hubungan antara perubahan rutinitas dalam keluarga akibat aktivitas yang berantakan dan perilaku gerak anak prasekolah terhadap perkembangannya.

Pada penelitian (Diena, Ardiaria and Dieny, 2019) yang dilakukan di Kecamatan Ngesrep dan Tembalang, Semarang melaporkan jika pergerakan anak seperti aktivitas fisik memegang faktor paling berisiko terhadap perkembangan. Pada penelitian dikatakan setidaknya anak perlu bergerak aktif minimal 120 menit sehari. Anak yang memiliki aktivitas fisik lebih rendah biasanya berisiko lebih tinggi mengalami hambatan perkembangan dan masalah status gizi dibanding dengan anak yang beraktivitas fisik cukup.

Studi pendahuluan yang dilakukan di Kelurahan Jatirahayu tepatnya di wilayah RW 14, kader dan kepala RW mengatakan jika fasilitas kesehatan seperti puskesmas dan posyandu sudah dilaksanakan kembali. Dari hasil studi didapatkan bahwa sebagian besar anak memiliki kebiasaan yang tidak teratur dan kurang pantauan orang tua. Orang tua mengatakan jika saat ini rutinitas dalam keluarga tidak diterapkan dengan baik sebab lebih banyak anggota keluarga yang melakukan aktivitas di rumah dan sesukanya. Orang tua mengatakan jika kesulitan memantau setiap aktivitas yang dilakukan anaknya karena sudah repot mengurus rumah. Selain itu, orang tua menganggap wajar jika anak melakukan aktivitas apapun agar anak tidak menangis.

Sesuai hasil wawancara dengan 10 ibu yang memiliki anak usia 3 – 5 tahun diperoleh 8 orang ibu yang mengatakan bahwa membebaskan anaknya dalam

beraktivitas terutama mengenai penggunaan ponsel dalam durasi waktu yang berlebih. Ibu juga mengatakan jika penerapan aktivitas rutin dalam keluarga tidak tersusun dengan baik sebab keadaan yang ribet dan berisik di dalam rumah. Sebagian anggota keluarga menjalankan aktivitas sesukanya, sehingga membuat anak juga memiliki aktivitas yang berantakan tanpa pengaturan yang baik. Ditambah pula ibu tidak mengetahui durasi-durasi perilaku gerak anak yang dianjurkan dalam 24 jam. Sedangkan sisanya, mengatakan bahwa keluarga mereka memiliki hubungan yang sangat baik sehingga terdapat aktivitas rutin yang tersusun seperti kebiasaan tidur yang teratur, jadwal menonton tv bersama, sampai waktu makan yang konsisten. Dan juga menjelaskan bahwa selalu mendorong anak mereka memiliki aktivitas yang seimbang dan mengurangi *screen time* pada anak karena dapat mempengaruhi perkembangannya.

Berdasarkan dengan penjelasan di atas, belum ada penelitian yang melibatkan perubahan rutinitas dalam keluarga dalam masalah tersebut. Sehingga peneliti tertarik mengambil judul “Hubungan Perubahan Rutinitas Keluarga dan Perilaku Gerak Anak terhadap Perkembangan Anak Usia Prasekolah di Wilayah RW 14 Kelurahan Jatirahayu.”.

I.2. Rumusan Masalah

Setiap anak akan melalui proses perkembangan yang terjadi mulai dari usia dini hingga dewasa. Perkembangan sendiri tidak dapat diukur, namun dapat dirasakan. Perkembangan bersifat maju ke depan (progresif), sistematis, dan berkesinambungan (Khaironi, 2018). Perkembangan anak yang paling menonjol yaitu perkembangan fisik, yang meliputi empat aspek yaitu sistem saraf guna kecerdasan dan emosi, otot-otot pada perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik, kelenjar endokrin yang memunculkan pola-pola tingkah baru dan struktur fisik atau tubuh (Sakit *et al.*, 2018). Pada perkembangan fisik, selain aspek di atas yang mempengaruhi, ada aspek luar yang berkaitan dengan perilaku gerak anak yaitu rutinitas dalam keluarga.

Komponen penting dari perilaku gerak anak paling banyak terlibat di lingkungan rumah, seperti waktu tidur dan menatap layar. Oleh sebab itu apabila perilaku gerak anak buruk dapat menyebabkan perkembangan kognitif yang

terhambat, obesitas di usia dini, dan gangguan keseharian lainnya. Pada pedoman gerakan 24 jam untuk anak, direkomendasikan anak mendapat minimal 60 menit untuk beraktivitas fisik, tidak lebih dari 2 jam dalam menatap layar, dan 9-11 jam untuk durasi tidur setiap malam tanpa gangguan (Friel *et al.*, 2020). Bagi anak-anak yang memenuhi rekomendasi akan memiliki kesehatan fisik, kognitif, dan mental yang lebih baik dibanding mereka yang melewatkan satu atau lebih gerakan.

Rutinitas keluarga yang kacau tentu saja akan berpengaruh terhadap perkembangan anak terutama perilaku gerak. Pada anak yang berkembang di dalam keluarga yang memiliki rutinitas yang buruk akibat kekacauan, cenderung akan tumbuh dengan pergerakan yang minimal. Beda halnya dengan anak yang memiliki rutinitas dan pengaturan yang baik dalam keluarga, ia akan memiliki perkembangan yang baik disertai dengan durasi perilaku gerak sesuai dengan yang dianjurkan. Karena dengan adanya perubahan rutinitas, itu akan membuat anak merasa acuh dan tidak patuh dengan pengaturan yang berubah.

Melihat permasalahan di atas, dapat dinyatakan bahwa masih belum jelas apakah perubahan rutinitas dalam keluarga dan perilaku gerak berhubungan terhadap perkembangan anak. Sehingga didapatkan rumusan masalah penelitian yaitu “Apakah ada hubungan antara perubahan rutinitas keluarga dan perilaku gerak anak dengan perkembangan anak usia prasekolah di wilayah RW 14 Kelurahan Jatirahayu?”.

I.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah menganalisis hubungan perubahan rutinitas keluarga dan perilaku gerak anak terhadap perkembangan anak usia pra sekolah di wilayah RW 14 Kelurahan Jatirahayu.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden (usia anak, jenis kelamin anak, usia ibu, tingkat pendidikan, pekerjaan, penghasilan, status pengasuhan).

- b. Mengidentifikasi gambaran perubahan rutinitas keluarga pada anak usia prasekolah.
- c. Mengidentifikasi gambaran perilaku gerak pada anak usia prasekolah.
- d. Mengidentifikasi gambaran perkembangan anak usia prasekolah.
- e. Menganalisis hubungan perubahan rutinitas keluarga dengan perkembangan anak usia prasekolah.
- f. Menganalisis hubungan perilaku gerak anak dengan perkembangan anak usia prasekolah.

I.4. Manfaat penelitian

Penelitian yang dilakukan ini dimaksudkan agar bisa memberikan manfaat kepada pembaca atau pihak lain meliputi:

- a. Manfaat bagi anak

Melalui peran dan dukungan keluarga yang mempengaruhi proses perkembangan anak usia prasekolah seperti perubahan rutinitas, diharapkan anak tetap dapat melalui proses dan tugas perkembangan sebagai mana anak seusianya. Selain itu anak mampu untuk beradaptasi dengan adanya perubahan rutinitas dan pengaturan baru dalam aktivitas gerak pada keluarga.

- b. Manfaat bagi orang tua

Orang tua dapat menambah informasi mengenai pengaruh lingkungan keluarga terhadap perkembangan anak. Orang tua juga dapat mengetahui bagaimana rutinitas keluarga dapat berubah yang dapat menyebabkan aturan di dalam lingkungan keluarga berubah. Selain itu orang tua dapat melakukan pengaturan perilaku gerak anak sebagaimana yang direkomendasikan, sehingga dengan itu orang tua diharapkan menerapkan pengawasan pada anak. Dengan memahami hal tersebut, orang tua dapat memahami aspek yang mendukung perkembangan anak pada usia prasekolah.

- c. Manfaat bagi institusi pendidikan keperawatan

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat menambah dan memperluas ilmu pengetahuan di bidang kesehatan khususnya dalam

bidang keperawatan anak. Penelitian ini juga dapat membantu proses pembelajaran bagi pembaca sehingga akan didapatkan wawasan dan informasi mengenai perkembangan anak.

d. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Manfaat penelitian bagi peneliti lain yaitu dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan referensi untuk penelitian selanjutnya untuk dikembangkan lebih luas lagi. Dengan dikembangkannya penelitian ini, peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel lain yang dapat mendukung penelitian ini. Selain itu juga diharapkan dapat menjadi motivasi kepada peneliti lain untuk lebih memperluas pembahasan mengenai perkembangan anak.