

BAB I

PENDAHULUAN

1. 1 Latar Belakang

Pandemi *Corona Virus Disease 2019* (covid-19) yang terjadi di Indonesia pada bulan Maret 2020 membuat manusia harus membatasi ruang gerak menjadi lebih terbatas, hal itu bertujuan untuk mencegah penularan virus agar tidak semakin meluas (Djalante, et al., 2020; Setiati & Azwar., 2020). Adanya pandemi covid-19 ini tentunya sangat berdampak berbagai sektor, salah satunya sektor pendidikan. Dalam mencegah penularan virus covid-19 kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) menerbitkan himbauan berupa surat Edaran Nomor 15 Tahun 2020 tentang Pedoman Penyelenggaraan Belajar Dari Rumah Dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19. Himbauan tersebut merupakan solusi agar setiap kegiatan pembelajaran bisa dilaksanakan di rumah (Komalasari, 2020; Sibarani., 2020; Viner, R. et al., 2020). Proses pembelajaran dilaksanakan secara sistem daring (dalam jaringan) menggunakan teknologi digital seperti *handphone* dan komputer/laptop berfungsi sebagai perantara guru dan siswa dalam belajar mengajar (E Martin et al, 2005; Syifa et al., 2019; Zulfitriya, 2020; Bhattacharya et al., 2021).

Dengan dilaksanakan pembelajaran daring tentunya akan membuat anak semakin sering menghabiskan waktu didepan layar komputer atau *handphone*. Hal tersebut akan memberikan dampak tersendiri bagi anak, baik itu dampak positif maupun dampak negatif. Oleh karena itu, peran orang tua juga sangat diperlukan untuk tetap mengawasi anak dalam melakukan pembelajaran daring menggunakan teknologi digital. Teknologi digital dalam hal ini merupakan alat yang digunakan siswa dalam melakukan pembelajaran daring, teknologi digital sekarang digunakan oleh berbagai kalangan dimasa pandemi covid-19 salah satunya yaitu siswa sekolah (Araújo et al, 2020). Proses pembelajaran menggunakan teknologi digital mendukung siswa untuk mendapatkan ilmu pengetahuan dengan mudah, mendapatkan pengalaman baru, berkomunikasi jarak jauh dengan guru dan teman, dan kemudahan dalam mengerjakan tugas sekolah (Kanojiya., 2020; Mofizur., 2020; O'Brien et al., 2020; Yates et al., 2021). Selain digunakan sebagai media

komunikasi, teknologi digital digunakan sebagai hiburan seperti menonton *television*, bermain *game online* atau *offline* penggunaan media sosial *instagram*, *facebook*, *twitter* dll (Feijóo & García 2016, Dow & McLuhan (2016). Dengan itu bertambah waktu penggunaan teknologi digital menyebabkan perilaku pasif bergerak, ketagihan dan permasalahan kesehatan (Baggio et al., 2016).

Seiring dengan berjalannya pembelajaran yang dilakukan melalui daring yang menggunakan teknologi digital, maka sudah dapat dipastikan bahwa anak juga semakin sering bermain *handphone*. Hal itu tentunya akan berdampak bagi kesehatan anak, dimana telah diungkapkan oleh Sultana et al, (2021) yang menjelaskan bahwa bukti global waktu penggunaan layar digital menunjukkan dampak oftamologis yang merugikan untuk anak yang memiliki waktu menggunakan teknologi digital lebih dari 2 jam/hari. Di negara Kanada dan China karena pemberlakuan pembatasan kontak langsung dengan masyarakat hal ini mengakibatkan penggunaan media digital seperti perangkat laptop, komputer, tablet, menjadi lebih tinggi. Penelitian terhadap 54 keluarga dengan anak kecil di negara Kanada dan China melaporkan peningkatan waktu menatap layar digital selama covid-19 rata-rata waktu yang dihabiskan adalah 6,4 jam /hari. Di Negara India para pekerja dan mahasiswa menggunakan alat digital/elektronik meningkat secara signifikan selama masa penguncian (*lockdown*) (Araújo et al. 2020).

Sementara data penggunaan internet di Indonesia dari reset *platform Hootsuite and We Are Social.*, (2021) mengungkapkan pada tahun 2021 yaitu rata-rata waktu akses masyarakat Indonesia sebanyak 8 jam 52 menit perhari. Hingga Indonesia masuk ke dalam daftar 10 besar negara yang ketagihan penggunaan teknologi digital. Hal itu menunjukkan bahwa selama masa pandemi covid-19 masyarakat dari berbagai kalangan usia cenderung lebih banyak menghabiskan sebagian besar waktu sehari – hari dengan bermain *handphone*.

Dari pembahasan dapat disimpulkan bahwa masyarakat selama masa pandemi lebih banyak menghabiskan waktunya bersama gadget dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Hal tersebut dikarenakan banyak pekerjaan yang dilakukan secara *online*, begitupun dengan sekolah yang dilakukan secara daring. Diberlakukannya sekolah secara daring mengakibatkan banyak siswa sekolah yang semakin sering berinteraksi dengan gadgetnya, dan semakin

berkurangnya aktivitas fisik yang dilakukan (Engelen et al, 2017). Berkurangnya aktivitas fisik yang dilakukan ini tentunya dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan dikarenakan gaya hidup tidak aktif dan berperilaku tidak sehat selama karantina covid-19 salah satunya dapat mengakibatkan kegemukan yang akan menimbulkan penyakit lain seperti kencing manis, serangan jantung, hipertensi, obesitas, diabetes tipe2, miopia-refraksi, depresi, gangguan tidur, tumbuh kembang anak dan beberapa penyakit tidak menular (Sappey & Relf, 2010; Alghamdi, 2017; Raza & Sohail., 2021; Sultana et al., 2021).

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan, peneliti beranggapan bahwa dengan terjadinya pandemi covid-19 dan semakin bertambahnya penggunaan teknologi digital mengakibatkan banyak dampak negatif jika dilakukan secara berlebihan dan tanpa pengawasan. Aktivitas fisik yang semakin terbatas dan berkurang semenjak adanya pandemi covid-19 dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Oleh karena itu, dalam penelitian ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait masalah korelasi penggunaan teknologi digital dan aktivitas fisik pada anak sekolah pada masa transisi pandemi (endemi).

1. 2 Rumusan Masalah

Berdasarkan apa yang telah dijelaskan pada latar belakang, yang menimbulkan permasalahan tentang judul ini yaitu :

- a. Apakah terdapat korelasi penggunaan teknologi digital terhadap aktivitas fisik ?
- b. Apakah terdapat perbedaan penggunaan teknologi digital antara Kota Bandung dan Kab Purwakarta ?
- c. Apakah terdapat perbedaan penggunaan teknologi digital dan aktivitas fisik antara laki-laki dan perempuan ?

1. 3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan yang telah dijelaskan tujuan penelitian ini agar mengetahui tingkat korelasi penggunaan teknologi digital terhadap tingkat aktivitas fisik siswa. Dampak positif dan negatif penggunaan teknologi digital. Memberikan pemahaman akan pentingnya aktifitas fisik bagi kesehatan.

1. 4 Manfaat Penelitian

Bedasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka manfaat setelah melakukan penelitian, diharapkan mendapat banyak manfaat dari tujuan dan permasalahan yang telah di sebutkan. Di antaranya manfaat yaitu :

1. Secara Teoritis

- a. Dari hasil penelitian dapat diharapkan menjadi sumbangsih ilmu pengetahuan teknologi dan aktivitas fisik.
- b. Memberikan motivasi terhadap masyarakat agar lebih memanfaatkan teknologi sehingga bisa lebih meningkatkan aktivitas gerak.
- c. Dari hasil penelitian di harapkan menjadi referensi sebagai riset selanjutnya untuk lebih mendalam.

2. Secara Praktis

- a. Dari hasil penelitian ini diharapkan dijadikan sebagai bahan pengetahuan bagi masyarakat dan guru pendidikan jasmani khususnya dengan mengetahui dampak teknologi terhadap aktivitas fisik.
- b. Diharapkan dari hasil penelitian dapat menerapkan hidup pola hidup sehat dengan melakukan aktivitas fisik.

3. Secara Isu serta Aksi Sosial

Setelah penelitian ini selesai, peneliti harap memberikan sebuah manfaat bagi masyarakat luas tentang dampak penggunaan teknologi dan aktivitas fisik terlebih lagi pada masa sekarang sedang pandemi covid-19. Beberapa target yang tujuannya yaitu :

a. Bagi Anak

Dapat memahami informasi betapa pentingnya aktivitas fisik teratur untuk kesehatan pada semua kalangan. Sehingga dapat mengaplikasikan solusi yang harus diterapkan pada keshidupan sehari-hari. Menggunakan teknologi dengan bijak tanpa berlebihan yang akan menimbulkan dampak negatif pada penggunanya.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat dijadikan dasar pendidikan kesehatan yang diterapkan di sekolah untuk menerapkan pentingnya aktivitas fisik dan dapat menentukan aktivitas fisik yang sesuai pada masa pandemi ini.

c. Bagi Keilmuan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai *eviden base*/referensi untuk bahan acuan penelitian selanjutnya tentang aktivitas fisik.

4. Secara Segi Kebijakan

Melalui kebijakan pemerintah yang menerapkan PPKM di negara Indonesia ini yang mengharuskan masyarakat tetap berada di dalam rumah dan melakukan aktivitas sehari-hari di dalam rumah *work from home*. Dari melakukan pembelajaran di rumah, melakukan pekerjaan di rumah, belanja dan lain sebagainya. Dengan adanya penelitian ini peneliti harap dapat mempromosikan aktivitas fisik melalui kebijakan pemerintah.. Golden and Earp (2012) menyatakan bahwa kegiatan promosi kesehatan berfokus pada perubahan gaya hidup. Kegiatan aktivitas fisik dapat dilakukan anak-anak, menghimbau agar melakukan aktivitas fisik minimal 2 jam dan maksimal 3 jam dalam sehari.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Berdasarkan buku pedoman penulisan karya ilmiah UPI, sistematika penulisannya sebagai berikut :

1. BAB I : Pendahuluan berisikan latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.
2. BAB II: Berisikan tentang landasan teori yang memuat topik atau permasalahan yang diangkat dalam penelitian, kerangka berfikir, hipotesis.
3. BAB III: Berisikan mengenai metode penelitian skripsi yang substansi adalah desain penelitian, metode penelitian, populasi, sample langkah-langkah penelitian, instrumen penelitian, prosedur pengambilan data, serta prosedur pengolahan data dan analisis data.
4. BAB IV: Menjelaskan tentang hasil pengolahan dan analisis data serta diskusi penemuan.
5. BAB V: Berisi Kesimpulan, implikasi dan rekomendasi.

