

## PENGUNAAN MOMONLINE CLASS SEBAGAI SARANA PENINGKATAN PERILAKU IBU TENTANG *LIFE STYLE* YANG MENUNJANG PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN BALITA

Adevia Maulidya Chikmah<sup>1</sup>, Istiqomah Dwi Andari<sup>2</sup> Juhrotun Nisa<sup>3</sup>

Email: [depheeya@gmail.com](mailto:depheeya@gmail.com)<sup>1</sup>, [istyandari44@gmail.com](mailto:istyandari44@gmail.com)<sup>2</sup>, [nisa.jn20@gmail.com](mailto:nisa.jn20@gmail.com)<sup>3</sup>  
Prodi D3 kebidanan Politeknik Harapan Bersama Jl Mataram No.9 Pesurungan Lor<sup>1,2,3</sup>

### ARTICLE INFORMATION

**Received:**

Juni 8, 2022

**Revised:**

Juni 10, 2022

**Accepted:**

Juni 20, 2022

**Available Online:**

June 30, 2022

### Abstrak

*Life style pada saat ini muncul dari beberapa kebiasaan perilaku masyarakat, seperti pola konsumsi dan penggunaan gadget. Menurut beberapa ahli, makan makanan yang mengandung pewarna dapat mempengaruhi Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktifitas (GPPH). Selain pola konsumsi, penggunaan gadget juga menjadi life style baru pada saat ini. Beberapa alasan orang tua memberikan gadget kepada anaknya karena penggunaan yang mudah dan harga gadget yang sangat murah. Sehingga anak-anak yang berusia 2-4 tahun sudah pernah menggunakan gadget. Hal tersebut tentunya memerlukan perhatian khusus dari orang tua supaya tidak mengganggu perkembangan anak. Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi pengaruh life style terhadap GPPH. Kami menggunakan penelitian Quasi Eksperimen dengan menggunakan rancangan Quasi Eksperimen Pre And Post. Populasi penelitian ini adalah ibu yang mempunyai anak Prasekolah dengan teknik sampling menggunakan sampling jenuh. Seluruh ibu yang memenuhi kriteria dijadikan sebagai populasi maupun sample. Analisis bivariate yang digunakan adalah Wilcoxon. Hasil penelitian ini adalah ada pengaruh Momonlineclass dengan perilaku good life style yaitu Perilaku ibu sebelum mengikuti Momonlineclass sebagian besar Negatif 22 responden [66,7%] dan setelah mengikuti momonline class perilaku responden sebagian besar Positif 24 responden [72,7%].*

**Keyword:** *Momonline, Perilaku, Tumbuh Kembang, Life Style*

### Abstract

*Life style at this time emerged from several habits of people's behavior, such as consumption patterns and use of gadgets. According to some experts, eating foods that contain dyes can affect Attention and Hyperactivity Disorder (GPPH). In addition to consumption patterns, the use of gadgets has also become a new lifestyle at this time. Some of the reasons parents give gadgets to their children are because they are easy to use and the price of gadgets is very cheap. So that children aged 2-4 years have used gadgets. This certainly requires special attention from parents so as not to interfere with the child's development. The purpose of this study was to identify the effect of life style on ADHD. We used a Quasi Experimental research using a Pre And Post Quasi Experimental design. The population of this study is mothers who have preschool children with a sampling technique using saturated sampling. All mothers who meet the criteria are used as population and samples. Bivariate analysis used was Wilcoxon. The results of this study are that there is an influence of Momonlineclass with good*

---

*life style behavior, namely the behavior of the mother before taking Momonlineclass mostly negative 22 respondents [66.7%] and after taking Momonline class the behavior of respondents is mostly Positive 24 respondents [72.7%].*

@2022PolytechnicHarapanBersama

---

**Korespondensi:**

Adevia Maulidya Chikmah, Jl Mataram No.9 Pesurungan Lor, 085747773995

Email: depheeya@gmail.com

---

## 1. Pendahuluan

Teknologi informasi dan komunikasi [TIK] mengalami perkembangan yang signifikan seiring berjalannya waktu dengan dibarengi perkembangan ilmu pengetahuan. Saat ini TIK mampu merubah perilaku di masyarakat dimulai dari level individu, komunitas, kelompok, bahkan hingga level organisasi. Salah satu penggunaan teknologi informasi yang memanfaatkan internet adalah media sosial. Dimana media sosial merupakan media yang memfasilitasi penggunaannya untuk mencari informasi, berkomunikasi dan menjalin pertemanan secara online. Beberapa ragam media sosial diantaranya *facebook, twitter, line, BBM, whatsapp, instagram, path, ask.fm, linkedin, snapchat* dan beberapa media sosial yang lain<sup>[1]</sup>.

80% otak anak mengalami perkembangan pesat pada saat *golden age/ fase emas* (0-6 tahun). Informasi mengenai kata-kata, baik buruk perilaku di sekitarnya akan mudah diserap oleh anak sehingga akan menjadi karakter, kepribadian serta kemampuan kognitif<sup>[2]</sup>.

Penelitian yang dilakukan oleh Chikmah dan Nisa [2020] dikatakan bahwa *Life Style* [penggunaan *gadget* dan konsumsi makanan mengandung MSG] mempengaruhi resiko terjadinya Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas [GPPH] pada anak usia Prasekolah<sup>[3]</sup>.

Life style pada saat ini muncul dari

beberapa kebiasaan perilaku masyarakat, seperti pola konsumsi dan penggunaan gadget. Menurut beberapa ahli, makan makanan yang mengandung pewarna dapat mempengaruhi Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas (GPPH). Selain pola konsumsi, penggunaan gadget juga menjadi life style baru pada saat ini. Beberapa alasan orang tua memberikan gadget kepada anaknya karena penggunaan yang mudah dan harga gadget yang sangat murah. Sehingga anak-anak yang berusia 2-4 tahun sudah pernah menggunakan gadget. Hal tersebut tentunya memerlukan perhatian khusus dari orang tua supaya tidak mengganggu perkembangan anak<sup>[4]</sup>. Hasil penelitian yang memaparkan bahwa penggunaan gadget dapat merusak ketajaman pengelihatannya anak, dan juga menyatakan bahwa lamanya durasi penggunaan gadget dapat menghambat perkembangan sosial emosional anak<sup>[5,6]</sup>.

Orang tua harus meluangkan waktu untuk mendampingi anaknya, supaya perkembangan anak dapat berjalan sesuai dengan harapan. Adanya ketersediaan waktu berinteraksi dengan anak, kemungkinan akan banyak stimulasi yang akan diberikan. Salah satu bentuk stimulasi adalah dengan cara bermain dan berlatih. Hal tersebut merupakan bagian dari kebutuhan anak, yaitu asah. Semakin banyak diasah maka kemampuan anak semakin meningkat. Semakin baik dan terarah asahannya akan semakin baik pula

perkembangan anak. Analisa yang dilakukan bahwa ibu rumah tangga mempunyai waktu yang lebih banyak di rumah<sup>[7]</sup>.

Berdasarkan hasil penelitian, bahwa ada peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku Ibu Balita setelah diberikan SMS Bunda yang berisikan mengenai tumbuh kembang anak<sup>[8]</sup>.

Berdasarkan fenomena di atas maka munculah rumusan masalah “Bagaimana Penggunaan *Momonline Class* Sebagai Sarana Peningkatan Perilaku Ibu Tentang *Life Style* Yang Menunjang Pertumbuhan dan Perkembangan Balita?”. *Momonline class* yang akan kami laksanakan adalah sarana untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak, yang dilakukan dalam kelas online [*via Whatsapp Group*] yang diikuti oleh mentor dan ibu-ibu yang memiliki anak prasekolah.

## 2. Metode

Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan disain penelitian *Quasi Experiment pretest and posttest*, dimana observasi dan pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan. Populasi yang kami butuhkan adalah ibu yang mempunyai Anak Prasekolah [3-6 tahun] yang mempunyai dan menggunakan aplikasi *Whatsapp*. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Accidental Sampling* yaitu ibu balita yang berkunjung di Griya Hamil Sehat dan yang memenuhi kriteria sebagai sample. Jumlah sampel ada 33 responden.

Data primer merupakan sumber data dari penelitian ini. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tentang perilaku anak mengenai penggunaan *gadget*, konsumsi makanan yang mengandung MSG setelah mengikuti *momonline class*.

Pada penelitian ini masing – masing variabel mempunyai jenis data nominal dan ordinal (kategori), untuk mengetahui

hubungan variabel dependen dan independent digunakan uji *Wilcoxon*. Adanya penolakan asumsi bahwa tidak ada pengaruh Antara kedua variabel ditunjukkan dengan adanya nilai kritis <0,05.

## 3. Hasil dan Diskusi

### a. Karakteristik

Karakteristik yang diteliti adalah pekerjaan ibu, pendidikan ibu, Jumlah anak, Penyakit yang diderita anak, usia anak mengenal gadget dan Kepemilikan Gadget, yang akan disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 1 Karakteristik Resonden**

Variable	F	%
<b>Pekerjaan</b>		
Tidak Bekerja	8	24,2
Bekerja	25	75,8
<b>Pendidikan</b>		
SD	0	0
SLTP	0	0
SLTA	10	30,3
PT	23	69,7
<b>Paritas</b>		
Primipara	14	42,4
Multipara	18	54,5
Grandemultipara	1	3
<b>Usia Mengenal Gadget</b>		
Usia Dini	20	60,6
Belum dikenalkan	13	39,4
<b>Kepemilikan</b>		
Gadget	32	97
Tidak Ya	1	3

Orang tua harus meluangkan waktu untuk mendampingi anaknya, supaya perkembangan anak dapat berjalan sesuai dengan harapan. Adanya ketersediaan waktu berinteraksi dengan anak, kemungkinan akan banyak stimulasi yang akan diberikan. Salah satu bentuk stimulasi adalah dengan cara bermain dan berlatih. Hal tersebut merupakan bagian dari kebutuhan anak, yaitu asah. Semakin banyak diasah maka kemampuan anak semakin meningkat.

Semakin baik dan terarah asahannya akan semakin baik pula perkembangan anak. Analisa yang dilakukan bahwa ibu rumah tangga mempunyai waktu yang lebih banyak di rumah<sup>[7]</sup>.

Seseorang yang mempunyai pendidikan tinggi akan mudah menerima informasi dan pengetahuan. Begitu juga orang tua yang berpendidikan tinggi akan lebih memperhatikan setiap perkembangan anaknya<sup>[9]</sup>.

Semakin banyak jumlah keluarga atau banyaknya anak, semakin berkurang kasih sayang yang diberikan, karena kasih sayang tidak terbagi rata. Pada penelitian ini banyaknya anak responden ada 2-4 anak<sup>[7]</sup>.

Usia 9 tahun adalah usia yang ideal untuk anak menggunakan *gadget*, karena pada usia ini anak sudah dianggap bisa memahami benar dan salah. Pada penelitian ini sebagian besar responden mengenalkan *gadget* pada anak di usia dini. Penggunaan *gadget* dapat merusak ketajaman penglihatan anak dan dapat menghambat perkembangan sosial emosional anak<sup>[10]</sup>.

**b. Evaluasi Pelaksanaan *Momonline class***

Kami melakukan evaluasi setelah melakukan *momonline class* hal ini bertujuan untuk memberikan masukan dan perbaikan kepada kami mengenai *Momonline Class*. Evaluasi ini meliputi isi materi, penguasaan materi, dan waktu perkuliahan.

**Tabel 2 Evaluasi *Momonline Class***

Evaluasi	F	%
Positif	20	60,6
Negatif	13	39,4

Evaluasi dilakukan setelah melakukan *momonline class* hal ini bertujuan untuk memberikan masukan dan perbaikan kepada kami mengenai *Momonline Class*. Responden mempunyai respon yang positif

sebanyak 20 responden [60,6%] tentang *Momonline Class*.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, Evaluasi adalah upaya untuk mendokumentasi dan melakukan penilaian tentang apa yang terjadi dan juga mengapa hal itu terjadi, evaluasi yang paling sederhana adalah mengumpulkan informasi tentang keadaan sebelum dan sesudah pelaksanaan suatu program/rencana.

Evaluasi yang dilakukan adalah mengenai materi dan waktu pemberian materi. Hasilnya didapatkan sebagian besar dari ibu mengatakan materi sudah banyak yang dimengerti dan model pemberian materi bisa dibaca kapan saja ketika ibu sedang santai.

**c. Pengaruh *Momonline Class* Terhadap Perilaku *Life Style***

Hasil akhir yang ingin diketahui oleh kami adalah pengaruh *Momonline Class* terhadap perilaku ibu tentang *life style*, hasil tersebut kami sajikan pada tabel di bawah ini:

**Tabel 4.4 Perilaku Responden**

Perilaku	Sebelum		Setelah		Asymp. Sig. [2-tailed]
	F	%	F	%	
Positif	11	33,3	24	72,7	0,002
Negatif	22	66,7	9	27,3	

Nilai Asymp. Sig. [2-tailed] yaitu 0,002 yang nilainya lebih kecil dari 0,05 yang artinya adalah ada pengaruh antara *Momonline Class* terhadap Perilaku *LifeStyle*. Perilaku yang dinilai adalah perilaku ibu tentang *good life styled* alam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan. Perilaku *good life style* yang dimaksud disini adalah ibu memeriksakan anak secara mandiri tentang tumbuh kembang anak, makanan sehat yang diberikan ibu kepada

anaknyanya, dan kebiasaan bermain *gadget*.

Sebelum mengikuti *momonline class* ibu banyak yang tidak tahu bagaimana cara memeriksa tumbuh kembang anak secara mandiri, cara memberikan, menyajikan dan menyimpan makanan sehat secara benar, dan pengaruh *gadget* terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Setelah mengikuti *momonline class* beberapa ibu mengatakan banyak informasi yang baru dimengerti oleh ibu, dan ibu memulai untuk mempraktikannya.

Hal yang terlihat sekali adalah ketika ibu baru mengetahui adanya aplikasi mengenai tumbuh kembang, sebelumnya ibu tidak mengetahui hal tersebut. Kemudahan ibu sudah dapat mencoba menggunakan aplikasi tersebut untuk memeriksa tumbuh kembang anak. Hal tersebut sangat bermanfaat di era pandemic seperti ini, dimana banyak masyarakat takut pergi ke fasilitas kesehatan.

Adanya *Momonline Class* dapat dijadikan sebagai sarana untuk memberikan informasi mengenai *good life style* untuk mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Materi yang disampaikan melalui *Whatsapp Group*, dilengkapi dengan fitur gambar dari power point dan penjelasannya disampaikan dalam bentuk *voice note*, sehingga dapat dimengerti oleh ibu dengan mudah. Materi dapat dibaca kapanpun dan dimanapun ketika ibu ada waktu untuk membaca materinya.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Trisnani [2017] didapatkan bahwa *WhatsApp*. [WA] paling dominan digunakan pada saat ini, WA telah dimanfaatkan oleh tokoh masyarakat untuk berkomunikasi dalam menyampaikan pesan kepada sasarannya, jadi saat ini meskipun masih berkomunikasi secara tatap muka atau secara langsung [*Face to face*]<sup>[11]</sup>.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pangestika [2018] yaitu Pemanfaatan media sosial *WhatsApp* berpengaruh terhadap penyebaran informasi pembelajaran di SMA Negeri 5 Depok. Fitur-fitur *WhatsApp* yang dapat dimanfaatkan untuk menyebarkan informasi pembelajaran antara lain *Chat Group*, foto, video, pesan suara, dan dokumen<sup>[12]</sup>. Salah satu alat pengasuhan anak adalah informasi yang diperoleh dari media sosial seperti *WhatsApp*<sup>[13]</sup>.

Media sosial yang kini sedang ramai digunakan oleh masyarakat dapat kita manfaatkan sebagai sumber belajar, seperti membuat grup online belajar seperti yang ada di fitur aplikasi *WhatsApp*, kita bisa membuat sebuah grup yang didalamnya berisi tentang konten khusus yang membahas tentang hal yang sudah disepakati, contohnya seperti grup parenting, sehingga didalamnya hanya membahas penuh soal parenting, mulai dari membahas tentang pengasuhan positif, trik-trik atau cara menangani anak yang hiperaktif, dan lain-lain<sup>[14]</sup>.

Belajar online mempunyai beberapa kelebihan untuk belajar orang tua karena tidak menyita waktu dan tempat dan tentunya akan meningkatkan pengetahuan orangtua terutama tentang *life style* <sup>[15]</sup>.

#### d. Kesimpulan

Responden mempunyai respon yang positif sebanyak 20 responden [60,6%] tentang *Momonline Class*. Materi dan model pemberian materi mudah dimengerti serta bisa dibaca dan didengarkan kapan saja ketika ibu sedang santai.

Ada pengaruh antara *Momonline Class* terhadap Perilaku *LifeStyle*, adanya peningkatan perilaku positif ibu sebelum dan sesudah diberikan *momonlineclass*.

**e. Ucapan Terimakasih**

Terimakasih kepada Politeknik Harapan Bersama Tegal yang telah memberikan support pada penelitian ini. Tak lupa juga kepada seluruh pihak Griya Hamil Sehat yang sudah mengijinkan untuk melakukan penelitian..

**f. References**

1. APJII. Hasil Survey Internet APJII. 2016. <http://apji.or.id/survei/2016>.
2. Pacificcross. 2017. Golden Age.
3. Chikmah, Adevia Maulidya dan Nisa, Juhrotun. Pengaruh *Life Style* Terhadap Gangguan Pemusatan Perhatian dan Hiperaktivitas. JITK: Vol 11 No 2 [2020]
4. Bhandari, S. ADHD in Children Health Center Can You Prevent ADHD? WebMD: LLC, 2014.
5. Novitasari, W., & Khotimah, N. Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Interaksi Sosial Anak Usia 5-6 Tahun. PAUD Teratai: [2016] 5[3]
6. Listyawardhani, Y. Pengaruh Lama Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Dini Umur 5-6 Tahun Terhadap Perkembangan Sosial Di TK Marsudirini Surakarta. Skripsi. Universitas Sebelas Maret Surakarta: [2015].
7. Sunanti, Fitria dan Nurasih. Karakteristik Orangtua dan Perkembangan balita usia 12 – 59 Bulan. Jurnal Care Vol 4 No 3 [2016]
8. Chikmah, Adevia Maulidya. Efektivitas Kelas Ibu Balita dibanding SMS Bunda Terhadap Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku tentang Tumbuh Kembang Anak. Public Health Perspective Journal 1 [1] [2016]
9. Achmad, Ikah Fadhillah, Latifah, Lutfatul, Husadayanti, D. N. Hubungan Tipe Pola Asuh Orang Tua dengan Emotional Quotient [EQ] pada Anak Usia Prasekolah [3- 5 tahun] di TK Islam Al-Fattah Sumampir PurwokertoUtara. Jurnal Keperawatan Soedirmian, 5[1], 47–57 [2010]
10. Cahaya,D.K. *Berapa Usia Ideal Anak Gunakan “Gadget”?*. Kompas.com. Tersedia Online.<http://sains.kompas.com/read/2017/05/10/180307820/berapa.usia.anak.gunakan.gadget:2017>
11. Trisnani. Pemanfaatan Whatsapp sebagai media komunikasi dan kepuasan dalam penyampaian pesan dikalangan tokoh masyarakat. Jurnal media komunikasi dan informatika 6[3]: 2017.
12. Pangestika, Nur Lia. Pengaruh Pemanfaatan Media Sosial *Whatsapp* Terhadap Penyebaran Informasi Pembelajaran di SMA Negeri 5 Depok. Skripsi. Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan: 2018.
13. Duggan, M., Lenhart, A., Lampe, C., & Ellison, N. B. Parents and Social media. Pew Research Center, 1-37: 2015.
14. Suparman, Y.A. Penerapan media sosial online whatsapp untuk meningkatkan pengetahuan orangtua tentang pengasuhan positif. Skripsi. UNNES: 2020.
15. Love, S. M., Sanders, M. R., Turner, K. M., Mairange, M., Knott, T., Prinz, R., & Ainsworth, A. T. Social Media and Gamification: Engaging Vulnerable Parents in an Online Evidence-based Parenting Program. Child Abuse & Neglect, 53, 95-107: 2016.