

Physical Therapy Education on Preventing Speech Delays by Limiting Screen Time at the Wonokoyo Neighborhood Health Post, Malang City

Penyuluhan Fisioterapi mengenai Pencegahan *Speechdelay* dengan Mengontrol Screen Time di Posyandu Kelurahan Wonokoyo, Kota Malang

Felix Nashar Novanto , Sri Sunaringsih Ika Wardojo, Ratih Wijastuti

Pendidikan Profesi Fisioterapi, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia

Email: felixaca9@gmail.com

Abstract - The increasing use of electronic devices among young children often results in screen time that exceeds recommended limits, potentially disrupting language development and increasing the risk of speech delay. This is a cause for concern because speech delay can impact a child's future communication skills, social interactions, and cognitive development. Based on observations at the RW 5 Posyandu in Wonokoyo Village, Malang City, there are still parents who allow their children to use electronic devices for extended periods without adequate supervision. The purpose of this exercise is to raise parents' awareness and understanding about minimizing speech delays by limiting screen time. Physiotherapists employ health education as a tool, providing parents of toddlers with information, interactive conversations, questions and answers, and instructional media in the form of posters. Pre-test and post-test approaches were used in the evaluation process to gauge the participants' comprehension. According to the activity's results, participants' knowledge of speech delay increased from 30% to 95%, and their comprehension of the reasons why screen time causes speech delay increased from 10% to 80%, an increase in knowledge of ideal screen time limits from 0% to 95%, and an increase in understanding of how to manage screen time from 10% to 90%. The impact of the activity was reflected in increased parental awareness regarding limiting device use and providing more optimal communication stimulation to children as a preventive measure against speech delay.

Keywords: Health Education, Physical Therapy, Speech Delay, Screen Time

Abstrak – Meningkatnya penggunaan gawai pada anak usia dini menyebabkan durasi *screen time* yang sering kali melebihi rekomendasi, sehingga berpotensi mengganggu perkembangan bahasa dan meningkatkan risiko *speech delay*. Kondisi ini menjadi perhatian karena keterlambatan bicara dapat berdampak pada kemampuan komunikasi, interaksi sosial, serta perkembangan kognitif anak di masa mendatang. Berdasarkan hasil observasi di Posyandu RW 5 Kelurahan Wonokoyo, Kota Malang, masih ditemukan orang tua yang memberikan akses gawai kepada anak dalam durasi yang cukup lama tanpa pengawasan yang optimal. Tujuan dari latihan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman orang tua tentang meminimalkan keterlambatan bicara dengan membatasi waktu layar. Fisioterapis menggunakan pendidikan kesehatan sebagai alat, memberikan informasi kepada orang tua balita, percakapan interaktif, tanya jawab, dan media pembelajaran dalam bentuk poster. Pendekatan *pre-test* dan *post-test* digunakan dalam proses evaluasi untuk mengukur pemahaman peserta. Berdasarkan hasil kegiatan, pengetahuan peserta tentang keterlambatan bicara meningkat dari 30% menjadi 95%, dan pemahaman mereka tentang alasan mengapa waktu layar menyebabkan keterlambatan bicara meningkat dari 10% menjadi 80%, pengetahuan mengenai waktu ideal *screen time* dari 0% menjadi 95%, serta pemahaman tentang cara mengelola *screen time* dari 10% menjadi 90%. Dampak kegiatan menunjukkan meningkatnya kesadaran orang tua dalam membatasi penggunaan gawai dan memberikan stimulasi komunikasi yang lebih optimal kepada anak sebagai upaya pencegahan *speech delay*.

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan, Fisioterapi, *Speech Delay*, *Screen Time*

1. PENDAHULUAN

Anak-anak tumbuh dan berkembang dalam berbagai bidang sepanjang masa emas, termasuk keterampilan linguistik dan emosional. Keterampilan linguistik terkait penguasaan bahasa. Bahasa berfungsi sebagai sarana bagi manusia untuk mengkomunikasikan ide, ucapan,

dan aktualisasi diri melalui bahasa tertulis, lisan, atau isyarat [1]. Perkembangan bahasa sangat penting bagi perkembangan sikap sosial anak. Namun, banyak anak kecil yang memilih melakukan aktivitas melalui media digital atau dunia maya karena kemajuan zaman [2].

Jumlah waktu yang dihabiskan seseorang untuk melihat materi di layar, termasuk komputer, televisi, ponsel pintar, dan perangkat layar lainnya, dikenal sebagai *screen time* [3]. Permasalahan penggunaan layar oleh anak-anak mulai mendapat perhatian karena dikhawatirkan dapat menimbulkan sejumlah masalah pada perilaku, pertumbuhan dan perkembangan, kesehatan, dan kapasitas kognitif anak [4]. Berdasarkan statistik Badan Pusat Statistik tahun 2020, sebanyak 33,44 persen anak kecil di Indonesia sudah menggunakan ponsel dan memiliki akses internet. Anak-anak yang memiliki akses mudah terhadap internet menghabiskan lebih banyak waktu di depan layar dibandingkan yang disarankan oleh WHO (*World Health Organization*) dan AAP (*American Academy of Pediatrics*). Anak berusia tiga tahun dikabarkan menghabiskan rata-rata 3,6 jam sehari memakai layar ponsel atau *gadget* [5].

Menurut rekomendasi AAP [6] anak-anak di bawah usia dua tahun tidak boleh menggunakan perangkat elektronik, dengan beberapa pengecualian, seperti obrolan video dengan anggota keluarga. Sementara itu, anak-anak berusia dua hingga lima tahun disarankan untuk menggunakan perangkat elektronik tidak lebih dari satu jam setiap hari. Menghabiskan lebih dari dua jam sehari di depan perangkat meningkatkan kemungkinan terjadinya keterlambatan bicara pada anak-anak antara usia satu dan dua tahun sebesar 6,2% [7].

Apabila kemampuan berbicara seorang anak tidak sesuai dengan tahap perkembangan usia pada umumnya, disebut dengan *speech delay*. Terindikasi anak-anak mungkin mengalami kesulitan berbicara di negara kaya dan berkembang. Organisasi Kesehatan Dunia menyatakan bahwa setidaknya satu dari enam anak di seluruh dunia berjuang dengan masalah perkembangan, termasuk perkembangan bahasa [8]. Lima hingga delapan persen anak usia prasekolah mengalami kesulitan berbicara, menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia [9]. Sejumlah faktor, termasuk karakteristik keluarga penyakit, masalah kesehatan mental, perilaku ibu, tingkat pendidikan, dan jenis kelamin bayi, mungkin berkontribusi terhadap *speech delay*. Persalinan prematur dan berat badan lahir rendah, kondisi fisik dan mental ibu selama hamil, stimulasi yang tidak memadai, teknik pengasuhan yang buruk, dan penggunaan *gadget* yang berlebihan merupakan variabel tambahan yang juga memberikan dampak [7].

Sebagai profesional medis, fisioterapis berperan dalam inisiatif preventif dan promosi yang membantu perkembangan anak dengan

mengedukasi keluarga dan masyarakat [10]. Edukasi tentang pentingnya membatasi waktu menatap layar dan memberikan stimulasi verbal yang tepat pada anak merupakan salah satu jenis intervensi yang dapat digunakan.

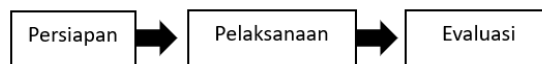
Berdasarkan hasil observasi di Posyandu Kelurahan Wonokoyo, Kota Malang, masih ditemukan orang tua yang memberikan akses gawai kepada anak dalam durasi yang cukup lama untuk mengalihkan perhatian anak saat orang tua bekerja atau melakukan aktivitas rumah tangga. Oleh karena itu, dilakukan kegiatan penyuluhan fisioterapi mengenai pencegahan *speech delay* dengan mengontrol *screen time* guna meningkatkan pengetahuan dan kesadaran orang tua terhadap pentingnya stimulasi perkembangan bahasa anak.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan promosi kesehatan yang dilaksanakan pada tanggal 6 Mei 2026 di posyandu Kelurahan Wonokoyo, Kecamatan Kedungkandang, Kota Malang (Gambar 1). Kegiatan diselenggarakan pada pukul 09.00–10.00 WIB. Peserta penyuluhan terdiri dari 15 ibu yang memiliki anak balita. Penyuluhan diberikan di sela-sela pelaksanaan kegiatan posyandu sehingga peserta dapat mengikuti edukasi tanpa mengganggu jalannya pelayanan posyandu. Kerangka kerja kegiatan ditunjukkan pada (Gambar 2).



Gambar 1. Lokasi penyuluhan



Gambar 2. Kerangka kerja

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Kegiatan

Persiapan kegiatan dilakukan antara lain meliputi pembuatan bahan ajar yang memadai, memilih media konseling yang sesuai, serta melakukan observasi awal untuk mendokumentasikan prevalensi anak balita yang terpapar *screen time* atau menggunakan *gadget* dalam jangka waktu lama. Media cetak berupa poster

digunakan dalam latihan ini (Gambar 3). Setelah penentuan waktu dan lokasi terbaik dikonsultasikan dengan *clinical instructor* Puskesmas Kedungkandang, kegiatan persiapan ini selesai.



Gambar 3. Poster penyuluhan

Respon positif orang tua terhadap sesi konseling fisioterapi terjadi karena topiknya berkaitan dengan permasalahan yang mereka hadapi sehari-hari dalam mengasuh anak. Para peserta menunjukkan kegembiraan yang besar terhadap konten yang disampaikan. Uraian tentang keterlambatan bicara, alasan mengapa *screen time* menyebabkan keterlambatan bicara, waktu terbaik menggunakan layar, dan strategi mengelola waktu layar, semuanya dibahas pada bagian pertama kegiatan konseling. Selain itu, penggunaan materi cetak seperti poster sangat membantu pemahaman peserta dan membangkitkan minat mereka terhadap materi tersebut. Periode tanya jawab yang intens dan percakapan yang menarik menunjukkan keinginan peserta untuk memahami topik yang dibahas (Gambar 4).



Gambar 4. Penyampaian materi penyuluhan

Evaluasi kegiatan dilakukan dengan menggunakan metodologi *pre-test* dan *post-test* berupa pertanyaan untuk mengukur pemahaman ibu terhadap materi penyuluhan. Berdasarkan hasil evaluasi, pemahaman tentang keterlambatan bicara, penyebabnya, dan cara mengatur waktu pemakaian perangkat meningkat secara signifikan (Tabel 1).

Tabel 1. Evaluasi pengetahuan peserta sebelum dan sesudah pemberian materi

Penguasaan materi	Sebelum Presentase	Sesudah Presentase
Pengetahuan mengenai <i>speech delay</i>	35	95
Pengetahuan tentang penyebab <i>speech delay</i> karena <i>screen time</i>	15	80
Pengetahuan tentang waktu ideal <i>screen time</i>	0	95
Pengetahuan tentang cara mengelola <i>screen time</i>	15	95

Dengan meningkatkan kesadaran orang tua, kegiatan ini berhasil mencapai tujuan pendidikan; namun demikian, pendidikan dan pengawasan orang tua yang berkelanjutan diperlukan untuk menjamin bahwa orang tua mengatur penggunaan layar anak-anak mereka.

Pembahasan

Satu hal yang mungkin menghambat perkembangan bicara anak adalah penggunaan perangkat teknologi. Jumlah waktu yang dihabiskan balita dalam menggunakan *gadget* juga berdampak pada perkembangan bicara dan bahasanya. Semakin lama mereka menggunakannya, semakin sedikit peningkatan kemampuan bicara dan bahasa mereka. Balita yang bermain *gadget* lebih dari dua jam sehari akan berpengaruh terhadap kemampuan berbicara dan berbahasanya dibandingkan dengan balita yang menggunakannya kurang dari dua jam [11].

Anak-anak yang menggunakan teknologi secara berlebihan tidak mampu berinteraksi dengan orang lain. Perkembangan bicara dan bahasa balita dipengaruhi oleh interaksi mereka dengan orang lain, yang merupakan bagian penting dalam pembelajaran berkomunikasi. Penggunaan teknologi yang berlebihan menyebabkan anak-anak menjadi malas beraktivitas dan kurang sadar akan lingkungan sekitarnya, yang berdampak signifikan pada kemandirian dan keterampilan bersosialisasi serta dapat

mengakibatkan keterlambatan dalam berbicara dan berbahasa [12].

Speech delay pada anak yang tidak ditangani memiliki potensi besar untuk menimbulkan masalah dalam aspek sosial, emosional, perilaku, dan kognitif di masa mendatang [13]. Oleh karena itu edukasi tentang cara mengelola *screen time* kepada orang tua sangat penting untuk meningkatkan kesadaran mengenai faktor-faktor yang memengaruhi tumbuh kembang anak serta mendorong penerapan pola asuh yang mendukung perkembangan optimal. Keterlibatan aktif peran orang tua juga menjadi faktor utama dalam upaya pencegahan *speech delay*.

4. PENUTUP

Kegiatan penyuluhan fisioterapi mengenai pencegahan *speech delay* dengan mengontrol *screen time* di Posyandu RW 5 Kelurahan Wonokoyo, Kota Malang, efektif meningkatkan pemahaman dan pengetahuan orang tua balita. Edukasi yang diberikan membantu meningkatkan pemahaman mengenai dampak *screen time* berlebihan terhadap perkembangan bahasa serta pentingnya stimulasi komunikasi langsung antara orang tua dan anak. Untuk membantu tumbuh kembang anak, kegiatan pendidikan serupa harus dilaksanakan secara terus menerus sebagai upaya preventif dan promotif.

PENGHARGAAN

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh orang tua balita yang dengan penuh semangat dan aktif mengambil bagian dalam kegiatan penyuluhan dari awal hingga akhir. Selain itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada ibu pembimbing dan rekan kelompok yang telah membantu dan mendukung proses penyuluhan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] H. Wulandari and K. Sary, "Pengaruh Screen Time untuk Anak Usia Dini Bagi Perkembangan Emosi dan Bahasa," *J. Ilm. Wahana Pendidik*, vol. 10, no. June, pp. 304–308, 2024.
- [2] P. Rahayu, "Pengaruh Era Digital Terhadap Perkembangan," *al-fathin*, vol. 2, pp. 47–59, 2019.
- [3] D. A. Adisty and Gunawan, "Hubungan

- Antara Screen Time Dengan Kemampuan Pragmatik Anak Usia 4-6 Tahun Di Tk Sri Juwita Hanum," *J. Ter. Wicara dan Bhs.*, vol. 2, pp. 779–786, 2024.
- [4] S. S. Kar *et al.*, "Impact of Screen Time on Development of Children," *J. MDPI*, pp. 1–22, 2025.
- [5] A. Pinilih, "Hubungan Antara Durasi Screen Time Dengan Gangguan Bahasa Ekspresif Anak Di Klinik Tumbuh Kembang Anak Pelangi Hati," *urnal Ilmu Kedokt. dan Kesehatan, malahayati*, vol. 11, no. 6, pp. 1261–1265, 2024.
- [6] AAP, "Media and Young Minds," vol. 138, no. 5, 2025, doi: 10.1542/peds.2016-2591.
- [7] L. Mufida, F. Realita, and A. Rahmawati, "Hubungan Antara Durasi Screen Time Dengan Kejadian Speech Delay Pada Balita," *J. Kesehat. Unggul Gemilang*, vol. 10, no. 2, pp. 68–73, 2026.
- [8] WHO, *Monitoring children 's development in primary care services : moving from a focus on child deficits to family-centred participatory support*, no. June. 2020.
- [9] KEMENKES, "Speech Delay Pada Anak Jaman Now," 2025. [Online]. Available: https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/3925/speech-delay-pada-anak-jaman-now
- [10] D. N. Astuti and Triyana, "Gambaran Pelayanan Promotif Kesehatan Fisioterapi Di Puskesmas Wilayah Kabupaten Klaten," *J. Ter. Wicara dan Bhs.*, vol. 3, no. 65, pp. 336–343, 2025.
- [11] F. A. Mardhatillah, E. Susilowati, and A. Z. Arisanti, "Penggunaan Gadget Terhadap Speech Delay Pada Balita: Literature Review," *J. Kesehat. tambusai*, vol. 5, pp. 912–923, 2024.
- [12] K. B. Suryawan and L. T. Merijanti, "Bermain aplikasi gadget berhubungan dengan keterlambatan perkembangan bicara dan bahasa pada balita," *J. biomedika dan Kesehat.*, vol. 4, no. 4, 2021, doi: 10.18051/JBiomedKes.2021.v4.157-163.
- [13] KEMENKES, *Pedoman Pelaksanaan Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak di Tingkat Pelayanan Kesehatan Dasar*. 2022.