

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keterampilan motorik halus adalah keterampilan dengan mengembangkan gerak tubuh pada anak usia prasekolah yang menggunakan pengendalian otot kecil untuk mencapai tujuan yang maksimal (Adiwena & Aldora, 2022). Otot kecil yang bergerak aktif dalam keterampilan motorik halus, yaitu tangan dan jari tangan memerlukan ketelitian, kerapihan, dan koordibasi mata-tangan (Aulina, 2017). Keterampilan otot halus seorang anak dipengaruhi oleh pembelajaran dan kesempatan langsung., seperti menngerakkan benda dengan menggunakan tangan, menggambar, melukis, menulis, meronce, dan makan dikategorikan sebagai keterampilan motorik halus (Sujiono, dalam PH et al., 2018). Dalam kegiatannya, menurut Adiwena & Aldora (2022) tidak terlalu memerlukan usaha yang cukup besar pada koordinasi tangan, mata, dan telinga. Gerakan yang dilakukan merupakan koordinasi cermat.

Keterampilan motorik halus perlu ditanamkan, khususnya rentang anak-anak usia prasekolah (Rahim et al., 2020). Menurut Aulina (2017), keterampilan motorik halus mempengaruhi kemampuan awal individu dalam bergerak, seperti menulis atau menggambar. Praktik dan peningkatan keterampilan motorik halus yang baik pada anak akan menghasilkan kemampuan anak yang lebih matang dan siap untuk menulis ketika masuk sekolah dasar (Rahim et al., 2020). Sejalan dengan Pura & Asnawati (2019) kematangan keterampilan motorik halus membantu anak menulis lebih baik dan tidak mudah lelah ketika harus mengerjakan banyak tugas sekolah. Dengan demikian, anak berhasil mengoordinasikan keterampilan motorik halus yang sehat, seperti mengoordinasikan gerakan mata dan tangan, lengan, dan badan saat anak menulis atau menggambar (Rohendi & Seba, 2017).

Semakin banyak keterampilan motorik halus yang dikuasai, akan membantu mereka lebih kreatif dan berimajinasi dalam aktivitas sehari-hari (Khadijah et al., 2022). Contohnya, anak mampu melakukan Potong kertas dengan potongan lurus atau *zigzag*, menggambar sederhana, melukis, merobek

kertas, menulis, meronce, melipat, menjahit pola, meremas, menggenggam, menganyam kertas-kertas, menjepit kertas menggunakan klip, meraut, dan lain-lain (Wandi & Mayar, 2019). Selain itu, Hurlock (dalam Purnamasari, 2017) menyatakan bahwa anak yang terampil dalam mengembangkan keterampilan motorik halus, akan semakin banyak keterampilan motorik halus yang dikuasai sehingga akan baik dalam menyesuaikan diri terhadap aktivitas sosial dan kehidupannya. Contohnya, anak mampu melaksanakan kegiatan motorik halus dengan kemauan atau keinginan sendiri untuk mencontoh aktivitas yang telah diajarkan atau dipraktikkan oleh orang-orang di sekitarnya sehingga tak lagi memerlukan bantuan dalam menjalankan rutinitas sehari-harinya, seperti mampu makan sendiri, berpakaian sendiri, *toilet training*, dan kegiatan kebersihan (seperti menggosok gigi, mencuci tangan, dan menyisir rambut) (Sit, 2017). Hal ini sejalan dengan Gustiana (2014) bahwa anak dengan kemampuan motorik yang baik akan memiliki keterampilan sosial yang positif, sehingga mereka senang berinteraksi dengan teman sebayanya karena dapat bergerak bersama. Maka dari itu, keterampilan motorik halus dapat mempengaruhi aspek keterampilan lainnya, seperti fisik dan psikis, termasuk norma serta nilai agama, sosial emosional, kognitif, bahasa, dan seni yang berkesinambungan untuk mencapai tahap selanjutnya yang lebih baik (Sitepu & Janita, 2016).

Hurlock dalam Aulina (2017) terdapat empat kategori dalam jenis fungsi, yaitu a) keterampilan motorik halus mampukan diri melakukan hal kemandirian, seperti makan, minum, berpakaian, perawatan diri, mandi, dan sebagainya; b) keterampilan motorik halus mampu membantu diri dalam interaksi sosial, termasuk keterampilan membantu tugas rumah tangga, seperti menyapu dan mengepel; c) keterampilan motorik halus terlibat di kegiatan bermain, seperti menangkap bola, bermain balok, meronce manik-manik, bermain kasti dan lain-lain. d) keterampilan motorik halus di sekolah dapat membantu dalam tugas yang melibatkan jari-jemari dan kedua tangan, seperti menulis, melukis, menggambar, dan lain-lain.

Keterampilan motorik halus yang kurang terlatih atau tidak ditingkatkan pada anak usia prasekolah menyebabkan perkembangan motorik

halus anak menjadi kurang normal pada usianya (Munawaroh et al., 2019). Jika ketidaknormalan pada perkembangan motorik halus tidak diatasi dengan tepat waktu dan memadai, kemungkinan besar akan mengakibatkan kecacatan (PH et al., 2018). Anak akan mengalami kesulitan mengontrol dan memahami kemampuan mereka sendiri sehingga menjadi lebih sulit bagi mereka untuk menyesuaikan diri dengan berbagai aktivitas, berbanding terbalik pada kondisi anak yang sudah memiliki keterampilan motorik halus yang baik (Sit, 2017). Penyebab umumnya adalah ketidakmampuan anak untuk mempelajari keterampilan motorik halus dikarenakan terbatasnya kesempatan, rasa khawatir yang berlebihan dari orang tua, atau kurangnya motivasi dan fasilitas bagi anak untuk mengembangkan keterampilan tersebut.

Hambatan pada anak yang mengalami gangguan dalam keterampilan motorik halus cenderung menunjukkan ketidakmandirian, seperti masih memerlukan bantuan dalam mengenakan pakaian, mengancingkan baju, memakai sepatu, menulis, menggunting, menempel, dan sebagainya (Purnamasari, 2017). Adapun gangguan motorik halus akan berdampak dalam kepribadian seorang anak, seperti merasa rendah diri, cemas, dan khawatir menghadapi lingkungan karena merasa tidak mampu melakukan aktivitas yang dapat dilakukan oleh temannya (Nurlita, dalam Munawaroh et al., 2019).

Anak memerlukan dukungan keterampilan fisik dan kematangan mental untuk mencapai tingkat kematangan dalam melakukan keterampilan motorik halus (Pura & Asnawati, 2019). Hal tersebut memerlukan peran guru yang penting, sebab guru memiliki peran yang tak kalah pentingnya dengan orang tua dalam membantu meningkatkan kemampuan motorik halus anak (Hendiyani, 2021). Jika guru tidak berperan aktif dalam meningkatkan keterampilan motorik halus, pencapaian anak-anak tidak akan optimal. Hal ini terungkap dalam hasil pengamatan oleh Ihsaniati et al. (2022) mengenai gangguan motorik halus yang belum tercapai oleh anak-anak, seperti kesulitan meniru gambar dengan baik, mengikuti instruksi guru, memegang gunting, dan menggerakkan jari dalam kegiatan menempel. Penyebab gangguan tersebut adalah kurangnya variasi dalam stimulasi perkembangan motorik halus oleh guru dan lebih fokus pada pelatihan keterampilan kognitif, serta status

pendidikan guru juga tidak selalu linear atau tidak selalu berfokus pada bidang pendidikan anak usia dini (Khadijah et al., 2022).

Brain Gym (senam otak) sebagai program inovatif berupa rangkaian kegiatan sederhana dan menyenangkan yang dirancang untuk memfasilitasi aktivitas belajar dan beradaptasi dengan aktivitas sehari-hari, dengan tujuan menyatukan pikiran dan tubuh (Lailaturrahmah et al., 2018). Metode ini dipelopori oleh Paul E. Dennison, gerakan mudah *brain gym* dapat memfasilitasi aktivitas belajar dan memberikan adaptasi terhadap stres, sebuah tantangan, pengetahuan, dan kebutuhan harian (Khotimah, 2021). Selain itu, Bili & Dewi (2019) menyatakan *brain gym* merupakan gerakan yang mempunyai banyak manfaat, misal a) anak menjadi aktif dan kreatif dalam proses belajar mengajar, b) memberikan stimulasi otak secara keseluruhan, c) mengoptimalkan kegiatan belajar, d) anak tidak bosan dengan aktivitasnya, e) meningkatkan kesenangan anak, f) mengaktifkan proses belajar anak tanpa stres, g) meningkatkan rasa percaya diri, dan h) anak akan mandiri mempelajari dan mengaktifkan semua kemungkinan dan kemampuannya.

Sebelum memulai latihan *brain gym* (senam otak), diperlukan untuk menjalankan PACE (Wiradnyana & Surasena, 2019). PACE akronim dari Positif aktif, *clear* (jelas), dan energetis. PACE dapat diaktualisasikan, bermula dengan melakukan gerakan sebagai berikut: (1) gerakan dengan meminum air untuk memulihkan energi; (2) gerakan yang jelas dengan saklar otak; (3) gerak aktif dengan gerak melintang; (4) gerakan positif dengan gerakan hook santai; dan (5) melakukan jurus tambahan lainnya secara kombinasi disesuaikan dengan kebutuhan yang ingin dicapai.

Sejalan dengan pernyataan sebelumnya, terdapat hasil penelitian terdahulu yang memiliki kaitan topik, yaitu berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Dian et al. (2022) yang berjudul “Brain Games and Brain Gymnastics on Increasing Concentration Power Of Early Childhood”. Penerapan *brain gym* (senam otak) ini dilakukan karena menurunnya tingkat konsentrasi anak yang disebabkan oleh penggunaan *gadget* saat belajar jarak jauh atau selama masa pandemi. *Brain gym* (senam otak) dalam meningkatkan konsentrasi anak memiliki manfaat terutama bagi anak usia 5-6 tahun sehingga

dapat membuat mereka lebih fokus, bersemangat, dan membantu meningkatkan kualitas pembelajaran. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Marantika et al. (2019) yang berjudul “Pengaruh Senam Otak (*Brain Gym*) terhadap Tingkat Stres Mahasiswa”. Penerapan *brain gym* (senam otak) dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir karena mereka mengalami stres dari berbagai sumber yang menekan mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi atau biasa disebut skripsi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pelatihan otak terhadap tingkat stres. Penelitian ini berhasil dalam mengurangi tingkat stres mahasiswa melalui terapi *brain gym* (senam otak). Selanjutnya penelitian yang telah dilakukan oleh Razak (2014) yang berjudul “Meningkatkan Kemampuan Membaca Permulaan Bagi Anak Kesulitan Belajar Melalui *Brain Gym*”. Tujuan penelitian ini adalah untuk menunjukkan apakah senam otak dapat membantu dan meningkatkan kemampuan membaca anak berkebutuhan khusus di kelas II di SDN 18 Koto Lua, Kecamatan Pauh Padang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan membaca awal anak meningkat setelah mendapat perlakuan *Brain Gym*.

Berdasarkan paparan tersebut dan penelitian terdahulu, dapat dikatakan penerapan *Brain Gym* dapat berpengaruh terhadap aspek perkembangan kognitif, sosial emosi, dan bahasa diberbagai usia. Namun, masih terbatasnya penelitian yang membahas *brain gym* aspek perkembangan motorik halus pada usia 2-3 tahun. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mempelajari aspek perkembangan lainnya yaitu motorik halus yang dikembangkan pada anak usia dini, khususnya antara usia 2 dan 3 tahun. Penelitian ini diberi judul “***Pengaruh Brain Gym (Senam Otak) terhadap Keterampilan Motorik Halus Anak Usia Dini di Kober Plus Atinidi Kota Bandung***”.

1.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang dirumuskan dalam bentuk pertanyaan, yaitu:

1.2.1 Bagaimana keterampilan motorik halus anak di Kober Atinidi sebelum penerapan *Brain Gym*?

1.2.2 Bagaimana keterampilan motorik halus anak di Kober Atinidi sesudah penerapan *Brain Gym*?

1.2.3 Apakah terdapat perbedaan dalam keterampilan motorik halus sebelum dan sesudah penerapan *Brain Gym*?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.3.1 Mengetahui keterampilan motorik halus anak di Kober Atinidi sebelum penerapan *Brain Gym*

1.3.2 Mengetahui tingkat keterampilan motorik halus anak di Kober Atinidi sesudah penerapan *Brain Gym*

1.3.3 Mengetahui adanya perbedaan keterampilan motorik halus sebelum dan sesudah penerapan *Brain Gym*

1.4 Manfaat Penelitian

Kelebihan penelitian ini dibagi menjadi dua bagian berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, yaitu:

1.4.1 Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan memperkaya pengembangan serta patokan pendidikan anak usia dini (PAUD), khususnya mengenai pengaruh *Brain Gym* dalam meningkatkan kemampuan motorik halus anak usia dini di Kober Plus Atinidi.

1.4.2 Manfaat penelitian secara praktis sebagai berikut:

- a. Peneliti mendapatkan pengalaman langsung dalam melakukan penelitian. Selain itu, menemukan dan menerapkan cara-cara inovatif dalam proses pembelajaran.
- b. Guru dapat melakukan latihan senam otak sebagai salah satu alternatif peningkatan keterampilan motorik halus pada anak usia dini di Kober Plus Atinidi
- c. Pada anak, kemampuan motorik halus anak dapat dikembangkan sejak dini melalui aktivitas *Brain Gym*.

1.5 Sistematika Penelitian

Adapun sistematika penulisan karya tulis ilmiah ini terdiri dari V BAB yang rangkuman pembahasannya:

1.5.1 BAB I Pendahuluan, meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penelitian

1.5.2 BAB II Kajian Pustaka, membahas teori-teori yang berkaitan dengan keterampilan motorik halus dan *brain gym*.

1.5.3 BAB III Metode Penelitian, pada bagian ini diuraikan metode dan desain penelitian, populasi dan sampel, definisi operasional, instrumen penelitian, prosedur penelitian, analisis data.

1.5.4 BAB IV Temuan dan Pembahasan, pada bagian ini memuat hasil temuan penelitian dan pembahasan yang menjawab permasalahan yang termuat dari rumusan masalah yang diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti.

1.5.5 BAB V Kesimpulan dan Rekomendasi, pada bagian ini akan dibahas mengenai kesimpulan dan rekomendasi bagi sekolah, guru, dan peneliti selanjutnya.