BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Anak adalah anugerah yang diberikan Tuhan untuk dijaga dan dirawat dengan baik. Anak merupakan aset, pewaris, dan generasi penerus bangsa yang diharapkan dapat tumbuh dan berkembang sebaik-baiknya, sehingga nantinya menjadi orang dewasa yang sehat secara fisik, mental, sosial dan emosi, maka dapat mencapai perkembangan yang optimal akan potensi yang dimilikinya dan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Purnomo, 2013). Oleh karena itu, anak membutuhkan peran orangtua, keluarga serta guru di sekolah guna mencapai tumbuh kembang yang optimal melalui berbagai stimulasi atau rangsangan dari lingkungan sekitarnya.

Pemberian stimulasi dapat dilakukan sejak dini yaitu ketika anak mulai memasuki usia prasekolah yang berkisar antara 3-4 tahun. Hal tersebut sesuai dengan pernyataan para ahli yang sepakat mengatakan bahwa usia prasekolah merupakan masa emas "*golden age period*". Pada usia ini anak mengalami perkembangan mencapai 80%, maka dari itu pada usia prasekolah anak memerlukan berbagai stimulasi atau rangsangan agar potensi mereka dapat berkembang secara optimal sesuai dengan tugas perkembangannya (Setianingrum et al., 2017).

Mengingat periode pada masa usia prasekolah merupakan masa yang relatif pendek dan tidak akan terulang kembali, maka orangtua dan keluarga harus memanfaatkan periode yang singkat ini untuk membentuk anak kearah yang positif dengan cara memberikan stimulasi yang tepat serta memberikan pelayanan yang terbaik. Anak pada usia tiga tahun pertama merupakan masa-masa paling penting dan menentukan dalam membangun keterampilan dibanding masa sesudahnya (Septiani et al., 2016). Setiap anak perlu mendapatkan stimulasi rutin sedini mungkin dan terus menerus pada usia ini, karena kurangnya stimulasi dapat menyebabkan penyimpangan tumbuh kembang anak, bahkan gangguan menetap (Kharisma & Efni, 2017).

Oleh karena itu, pembinaan tumbuh kembang anak secara komprehensif dan berkualitas pada setiap kesempatan sangat diperlukan guna mencapai tumbuh kembang yang optimal.

Tumbuh kembang anak sangat berkaitan erat dengan aspek perkembangan, terdapat beragam aspek perkembangan yang dimiliki oleh anak diantaranya nilai agama dan moral, kognitif, bahasa, sosial emosional, fisik motorik dan seni (Saputri et al., 2017). Seluruh aspek perkembangan tersebut perlu diberikan stimulasi guna mengetahui berbagai potensi yang terdapat dalam diri anak. Namun, salah satu aspek perkembangan yang penting untuk diberikan stimulasi ialah perkembangan fisik motorik pada motorik kasar, sebab keterampilan motorik kasar sangat berpengaruh terhadap gerak anak dalam aktivitas sehari-hari.

Hal tersebut sesuai dengan pernyataan bahwa anak yang diberikan banyak kesempatan untuk bergerak dan melatih motorik kasarnya, akan terbantu dalam percepatan kematangan sarafnya yang bermuara pada kesiapan belajar di tahap berikutnya secara optimal dan lebih baik. Hal ini mengingat kemampuan yang paling berkembang pesat pada usia prasekolah adalah kemampuan motorik atau fisiknya (W. C. Pratiwi & Munawar, 2014). Berdasarkan Peraturan Menteri No. 137 Tahun 2014 menyatakan bahwa tolak ukur perkembangan motorik kasar pada anak usia prasekolah yaitu anak mampu melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan.

Mengacu pada indikator tersebut, maka peneliti mencoba melakukan studi pendahuluan di daerah Rancaekek Kabupaten Bandung. Peneliti menemukan terdapat 10 dari 12 anak berusia 3-4 tahun belum menunjukan kematangan motorik kasar pada keseimbangan tubuh yang optimal. Permasalahan tersebut dapat dibuktikan dengan ditemukannya anak yang sering terjatuh serta badan anak goyang saat berdiri tegak, sehingga mengakibatkan keberanian anak untuk bergerak serta bermain permainan yang menggunakan keseimbangan tubuh masih kurang, anak juga menjadi ragu jika diajak

melakukan aktivitas yang membutuhkan keseimbangan. Sementara itu, kemampuan anak dalam aspek kelenturan dan kelincahan sudah cukup baik jika dibandingkan dengan keseimbangan tubuh.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui wawancara *online*/daring, peneliti memperoleh informasi bahwa keterampilan keseimbangan pada anak usia prasekolah di beberapa lembaga pendidikan seperti KOBER/PAUD/TK/RA serta *daycare* memang belum cukup baik, dikarenakan anak kurang melakukan latihan keseimbangan tubuh, sehingga kemampuan koordinasi keseimbangan tubuh mereka kurang optimal. Dalam mengatasi permasalahan tersebut guru serta pengasuh mencoba menggabungkan kegiatan olahraga dengan permainan tradisional untuk menstimulasi keseimbangan tubuh pada anak. Seperti anak dikenalkan dengan permainan tradisional sondah/engklek, bermain kelereng sendok, permainan papan titian, kegiatan olahraga melalui berjalan di atas *versa disc*, dan garis lurus serta kegiatan lainnya.

Namun pada teknis pelaksanaan kegiatan tersebut ternyata kurang efektif, terdapat beberapa anak yang kurang antusias, anak tidak mau ikut melakukan kegiatan tersebut karena anak masih mengalami kesulitan dalam melakukan kegiatan olahraga dan permainan tradisional. Permasalahan tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa permainan papan titian kurang menstimulasi keseimbangan tubuh anak. Hal ini terlihat saat bermain papan titian, banyak anak yang masih mengalami kesulitan dalam mengatur keseimbangan tubuhnya (Y. Pratiwi & Kristianto, 2015), serta penelitian lain menemukan beberapa kegiatan keseimbangan tubuh yang digunakan, seperti berdiri pada satu kaki dan posisi melayang seperti pesawat terbang membuat anak mudah bosan (Wulansari, 2016).

Sesuai dengan beberapa permasalahan yang ditemukan, maka peneliti tertarik untuk mengembangkan program yang dapat menstimulasi keseimbangan anak usia prasekolah yaitu melalui kegiatan senam irama yang nantinya hasil dari program ini dapat

digunakan di lembaga pendidikan baik formal, nonformal dan informal. Pemikiran peneliti tersebut ternyata sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya mengenai pengaruh senam irama terhadap keseimbangan anak usia 5 tahun (Dewanty, 2015) yang menyatakan adanya peningkatan keseimbangan pada kelompok perlakuan, dari kategori keseimbangan buruk menjadi sedang dan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan senam irama keseimbangannya masih tetap dalam kategori keseimbangan buruk.

Langkah tersebut juga sesuai dengan pendapat Howard Gardner (Azmi, 2018) yang menyatakan bahwa pada masa usia prasekolah stimulasi yang paling baik diberikan kepada anak adalah salah satunya yaitu melalui senam irama. Hal ini dikarenakan pada masa ini anak-anak sangat suka bergerak apalagi jika diikuti dengan irama musik dan lagu yang semangat, ceria, riang serta gembira, maka melalui senam irama anak akan dapat mengekspresikan dirinya dan melupakan kesedihan atau kejadian yang tidak menyenangkan sebelumnya.

Penjelasan di atas diperkuat juga oleh penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yaitu mengenai peranan senam irama terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini (Anggraini et al., 2016). Mengacu pada beberapa penelitian tersebut, dapat diasumsikan pemberian stimulasi melalui senam irama akan menghasilkan dampak positif pada keterampilan motorik kasar serta keseimbangan anak dapat ditingkatkan, sehingga peneliti menemukan terdapat beragam manfaat yang dapat diperoleh anak melalui kegiatan senam irama.

Senam irama sendiri memiliki keterkaitan erat dengan beragam aspek perkembangan. Salah satu aspek perkembangan tersebut ialah seni meliputi seni musik dan seni tari, seperti dikemukakan oleh Aip Syarifudin dan Muhadi (Suharjana, 2010), bahwa perkembangan senam irama itu mulai timbul bersamaan dengan adanya perubahan di dalam bidang seni panggung, seni musik, dan seni tari. Penelitian lain juga mengungkapkan hal yang sama bahwa senam irama berkaitan dengan seni musik dan tari. Seni musik disini yaitu penggunaan irama/lagu

berfungsi sebagai pengiring gerakan senam, serta seni tari yaitu ragam gerak dalam kegiatan senam irama, karena senam irama pada dasarnya menggabungkan gerakan aerobik, tari serta musik.

Seni dalam senam irama tersebut berarti menandakan adanya pembelajaran gerak dengan lagu yang bermanfaat untuk merangsang perkembangan anak, khususnya perkembangan fisik dan motorik. Selain fisik dan motorik, ternyata pembelajaran gerak dan lagu tersebut juga dapat mengembangkan aspek perkembangan anak lainnya yaitu nilai/moral agama, sosial, emosional, bahasa, dan kognitif (Prahesti et al., 2019). Oleh karenanya melalui program senam irama, selain menstimulasi keseimbangan fisik juga dapat menstimulasi keseimbangan non fisik meliputi kognitif, bahasa, sosial, emosional, moral agama atau spiritual serta seni.

Sesuai pemaparan di atas, maka peneliti akhirnya berinovasi mengembangkan program senam irama mencakup seluruh komponen program termasuk ragam gerak untuk menstimulasi keseimbangan yang terdapat dalam kegiatan senam irama. Hal tersebut dikarenakan mengingat belum adanya program serta belum terlaksananya senam irama khusus yang ditujukan untuk menstimulasi keseimbangan pada anak usia prasekolah di berbagai lembaga pendidikan khusunya Kota/Kabupaten Bandung.

Biasanya di lembaga pendidikan hanya menggunakan gerak dasar senam irama untuk meningkatkan ketangkasan, menjaga kesehatan dan kebugaran tubuh, belum menggunakan gerakan khusus yang dirancang untuk menstimulasi keseimbangan anak. Oleh karenanya peneliti berharap program ini dapat menjadi pilihan alternatif untuk mengatasi permasalahan keseimbangan tubuh anak usia prasekolah serta dapat digunakan sebagai bahan acuan/panduan dalam melaksanakan kegiatan senam irama untuk menstimulasi keseimbangan anak usia prasekolah yang menyenangkan.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas, maka peneliti merumuskan permasalahan yang menjadi fokus bahasan dalam penelitian ini yaitu "Bagaimana pengembangan program senam irama untuk menstimulasi keseimbangan pada anak usia prasekolah?"

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini terdiri dari tujuan umum dan tujuan khusus yaitu sebagai berikut:

1. Tujuan Umum

   Tujuan umum penelitian ini yaitu mengembangkan program senam irama melalui ragam stimulasi gerak yang tepat untuk keseimbangan anak usia prasekolah.

2. Tujuan Khusus

   Tujuan khusus dalam penelitian ini meliputi beberapa hal pokok yaitu sebagai berikut:

   a. Analisis kebutuhan untuk merancang program senam irama untuk menstimulasi keseimbangan pada anak usia prasekolah.
   b. Membuat program senam irama untuk menstimulasi keseimbangan pada anak usia prasekolah.
   c. Mengevaluasi program senam irama melalui kegiatan *expert judgment* berkaitan dengan stimulasi keseimbangan pada anak usia prasekolah.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis, yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pedoman, referensi dan sumber informasi mengenai pengembangan program senam irama untuk menstimulasi keseimbangan pada anak usia prasekolah di berbagai lembaga pendidikan baik formal,

nonformal maupun informal, khususnya di *daycare* atau tempat penitipan anak.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada berbagai pihak yaitu :

a. Bagi Peneliti

Bagi peneliti, manfaat yang bisa didapatkan yaitu memiliki pengalaman dalam melakukan penelitian serta menulis karya ilmiah mengenai pengembangan program senam irama untuk menstimulasi keseimbangan pada anak usia prasekolah.

b. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi, serta sumber informasi bagi mahasiswa Prodi Pendidikan Kesejahteraan Keluarga mengenai pengembangan program senam irama untuk menstimulasi keseimbangan pada anak usia prasekolah.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai acuan dalam menetapkan kebijakan implementasi program senam irama untuk menstimulasi keseimbangan anak usia prasekolah.

d. Bagi Guru atau Pengasuh

Dapat digunakan sebagai acuan atau panduan dalam mengembangkan atau pun melaksanakan kegiatan senam irama untuk menstimulasi keseimbangan pada anak usia prasekolah di lembaga pendidikan baik formal maupun nonformal.

e. Bagi Orangtua

Penelitian ini diharapkan dapat membantu orangtua atau anggota keluarga lainnya yang berada pada pendidikan informal guna melaksanakan kegiatan senam irama untuk menstimulasi keseimbangan anak usia prasekolah.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi skripsi berisi mengenai rincian urutan penulisan dari setiap BAB, yaitu sebagai berikut:

BAB I : PENDAHULUAN

Pendahuluan berisi latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi.

BAB II : KAJIAN PUSTAKA

Kajian pustaka memuat berbagai teori yang berhubungan dengan topik masalah penelitian disertai gambaran singkat dalam bentuk kerangka pemikiran penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

Metode penelitian menggambaran metodologi yang akan dilakukan oleh peneliti terkait pengembangan program senam irama untuk menstimulasi keseimbangan pada anak usia prasekolah.

BAB IV : TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Memuat temuan berdasarkan hasil pengolahan data dan pembahasan sesuai dengan fakta di lapangan.

BAB V : SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Menyajikan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis yang telah ditemukan.