

BAB I PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Seorang anak yang akan tumbuh dewasa tentunya akan mengalami perubahan mulai dari fisik dan psikis. Perubahan yang berlangsung tentunya harus diperhatikan dan diberi stimulus positif agar proses perkembangannya berjalan maksimal. Perkembangan anak adalah proses perubahan mental dan fisik yang dialami seorang anak untuk tumbuh dewasa. Keikutserataan anak-anak pada kegiatan aktivitas fisik maupun kelas olahraga rutin tidak hanya dapat meningkatkan perkembangan fisik tetapi juga dapat mencegah berbagai penyakit. Perkembangan gerak dasar dan penyempurnaan pada masa anak-anak merupakan hal yang penting selama masa perkembangan. Dikemukakan dalam jurnal "(Pacifico et al., 2011) *"Sport could also prevent various diseases, such as metabolic syndrome, by improving body composition and enhancing health-related physical fitness,"* yang artinya, olahraga juga dapat mencegah berbagai penyakit, seperti sindrom metabolik, dengan memperbaiki komposisi tubuh dan meningkatkan kebugaran jasmani terkait kesehatan.

Kemampuan untuk memilih rangsangan dan memahami tindakan orang lain sangat penting dalam banyak aspek kehidupan, otak terdiri dari dua hemisfer (kanan dan kiri) yang mengontrol berbagai macam fungsi otak, seperti berfikir, abstraksi dan Bahasa. Dikemukakan dalam jurnal (Ikrar, 2015):

Hipocampus adalah bagian penting otak yang berada diantara hemisfer, bagian ini berfungsi dalam pembentukan dan penyimpanan memori dan juga memainkan peran dalam pengendalian emosi. Seluruh proses gerakan tubuh dibawah kontrol sistem motorik.

Kemampuan tersebut mendasari keterampilan persepsi-kognitif yang mencakup serangkaian fungsi kognitif, seperti perhatian, diskriminasi visual, antisipasi, pemecahan masalah dan pengambilan keputusan. Dalam penelitian ini penulis memiliki fokus untuk meneliti perkembangan fungsi kognitif anak, karna fungsi kognitif memiliki peranan penting dalam pengendalian keputusan, kemampuan pemecahan masalah, kemampuan menggunakan bahasa, mengingat dan kemampuan belajar. Dikutip dalam jurnal (Santrock, 2002) definisi fungsi

kognitif adalah aktivitas mental secara sadar seperti berpikir, mengingat, belajar dan menggunakan bahasa. Proses kognitif meliputi perubahan pada pemikiran, intelegensi, dan bahasa individu.

Anak-anak dilahirkan dengan beberapa rencana sensorimotor yang menyediakan kerangka untuk interaksi awal anak dengan lingkungan. Pengalaman awal anak akan ditentukan oleh rencana sensorimotor ini. Dengan kata lain, hanya peristiwa yang dapat diserap ke dalam skema yang dapat ditanggapi oleh anak, sehingga peristiwa tersebut akan menentukan batas-batas pengalaman anak. Dikutip dalam jurnal (Ibda, 2015):

Setiap pengalaman mengandung unsur-unsur unik, yang harus disesuaikan dengan struktur kognitif anak. Melalui interaksi dengan lingkungan, struktur kognitif akan berubah dan memungkinkan berkembangnya pengalaman yang berkesinambungan.

Terdapat 4 tahapan perkembangan kognitif anak sesuai umur menurut teori piaget, setiap kegiatan aktivitas dan stimulus yang diberikan harus sesuai dengan tahapan umurnya. Adapun 4 kategori tersebut ialah 0-2 tahun tahap sensorik sensorimotorik (0-2 tahun), praoperasional (2-7 tahun), operasional konkret (7-11 tahun), dan operasional formal (usia 11 tahun sampai dewasa). Dalam penelitian ini peneliti memfokuskan pada anak umur 7-11 tahun atau tahap operasional konkret. Karna dalam tahapan ini anak mulai memasuki usia sekolah dasar, anak akan mulai terjun langsung ke lingkungan dan menjadi bagian dari masyarakat. Dikutip dalam jurnal (June Soeyanto & Luh Stephanie, 2016) “perkembangan kognitif anak usia sekolah dasar dimulai dengan perkembangan kemampuan mengamati, mengamati hubungan, dan memecahkan masalah sederhana.”. Dikemukakan dalam jurnal lainnya (Bujuri, 2018) “pengetahuan tentang perkembangan manusia sangat penting dipahami sebagai pedoman dalam memahami kebutuhan dan karakter seseorang, tak terkecuali anak usia dasar atau tahap operasional konkret.”

Tahap operasional konkret dimulai dari umur 7-11 tahun. Manfaat dan keuntungan apabila tahap ini berkembang maksimal ialah: pemikiran operasional konkret mencakup penggunaan perhitungan, penalaran logis menggantikan penalaran intuitif, tetapi hanya dalam situasi tertentu, kemampuan untuk mengklasifikasikan hal-hal yang sudah ada, tetapi tidak dapat memecahkan

masalah abstrak. Operasional konkret adalah tindakan mental reversibel yang terkait dengan objek spesifik nyata. Tahap operasional konkret dapat memungkinkan anak-anak untuk mengoordinasikan banyak karakteristik alih-alih hanya berfokus pada satu kualitas objek. teori piaget dalam jurnal (Mu'min, 2013) mengemukakan:

Pada tingkat level operasional, anak-anak secara mental dapat melakukan hal-hal yang sebelumnya hanya dapat dilakukan oleh tubuh mereka, dan mereka dapat membalikkan operasi khusus ini. Dalam kemampuan tahap perhitungan tertentu, penting untuk mengklasifikasikan atau membagi sesuatu menjadi sub-item yang berbeda dan memahami hubungan di antara mereka.

Namun akan terdapat kekurangan apabila perkembangan pada tahap ini tidak maksimal yaitu terjadi dampak buruk pada anak, salah satu contoh gangguan yang ada pada tahapan ini ialah anak kesulitan belajar. Dikutip dari forum diskusi Dictio oleh (Sari, 2018) “dampak dari anak yang mengalami kesulitan belajar ialah anak menjadi murung, tidak percaya diri, berperilaku agresif, impulsive bahkan menarik diri untuk menutupi kekurangannya”. Kekurangan dalam kemampuan perkembangan fungsi kognitif ini berdampak pada segala aspek, adapun yang dikemukakan dalam jurnal (Marinda, 2020):

Salah satu fenomena yang muncul karna ketidakmaksimalannya perkembangan anak pada tahap operasional konkret ialah daya ingat yang rendah, kesulitan membedakan huruf, sulit menerima pengetahuan baru yang berkaitan dengan daya ingat, tidak mampu menyelesaikan tugas dengan tuntas, impulsive atau sembrono.

Perkembangan fungsi kognitif dapat dipengaruhi oleh aktivitas fisik yang dilakukan oleh individu, dengan aktivitas fisik yang dilakukan secara berkala dapat mencegah anak-anak dari penghambatan, pergeseran pada memori. Dikutip dalam jurnal (Kadri et al., 2019) “*Sport and physical activity, however, seem to play a major role in the development of cognition, memory, selective attention and motor reaction time*” yang memiliki arti olahraga dan aktivitas merupakan komponen penting untuk perkembangan kognisi, memori, perhatian selektif, dan waktu reaksi motorik pada individu. Jurnal (Desai et al., 2015) juga mengemukakan “keikutsertaan anak-anak pada kegiatan dan aktivitas fisik dapat melatih fungsi kognitif dan fungsi psikososial.”.

Peneliti memilih olahraga beladiri taekwondo, beladiri yang populer berasal dari korea, dipraktikkan oleh sekitar 70 juta orang di 204 negara. Diterangkan dalam jurnal (H. T. Roh et al., 2018) taekwondo adalah seni bela diri korea, disempurnakan dari generasi ke generasi, yang melibatkan siswa dalam berbagai proses kognitif, fisik, emosional, sosial dan pendidikan. Olahraga taekwondo terbukti memiliki pengaruh pada kesegaran jasmani, pertumbuhan fisik pada anak-anak, kemampuan mengatur emosi dan keterampilan bersosialisasi. Dikutip dalam jurnal (Lee & Kim, 2015) pelatihan taekwondo reguler memiliki efek positif pada peningkatan kebugaran fisik dan pertumbuhan dan perkembangan fisik pada anak-anak dan bahwa pelatihan taekowndo masa kanak-kanak efektif dalam memfasilitasi perkembangannya.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang dilakukan para ahli mengenai pengaruh latihan taekwondo terhadap fungsi kognitif. Beberapa diantaranya ialah jurnal (Y. Kim, 2015) "*Taekwondo has received attention from scholars and researchers, who have investigated the benefits of Taekwondo training among children and adolescents in cognitive function.*", yang artinya taekwondo telah mendapat perhatian dari para sarjana dan peneliti, yang telah menyelidiki manfaat pelatihan taekwondo di kalangan anak-anak dan remaja terhadap fungsi kognitif. Dalam jurnal diatas dijelaskan terdapat peningkatan kognitif dan perilaku, namun implikasi terapeutik yang mungkin dari praktik taekwondo masih tetap diabaikan.

Latihan taekwondo yang dilakukan secara rutin oleh anak-anak selama 3 bulan dapat meningkatkan regulasi diri, fungsi kognitif, perilaku social dan kemampuan kogniti dalam kelas matematika. Hal ini sejalan dengan yang dikutip dari jurnal (Lakes & Hoyt, 2004):

Penulis membandingkan efek pelatihan Taekwondo versus efek pendidikan jasmani reguler dalam uji coba acak dari 207 anak berusia 5–9 tahun. Penulis menunjukkan bahwa pelatihan Taekwondo berbasis sekolah selama tiga bulan menghasilkan peningkatan yang lebih besar dari berbagai fungsi, termasuk regulasi diri kognitif, regulasi diri afektif, perilaku pro-sosial, perilaku kelas, dan kinerja pada tes matematika mental.

Latihan taekwondo memberikan efek positif pada perkembangan otak anak. Terdapat peningkatan konektivitas otak dari otak kecil ke korteks parietal dan frontal yang mempengaruhi emosional dan kecerdasan. Bagian ini merupakan bagian penting untuk selalu diberikan stimulus. Dikutip dalam jurnal (Y. J. Kim et

al., 2015) “However, BDNF and IGF-1 showed a tendency to increase in the exercise group (EG). Finally, the Stroop test (word, color) results were significantly different ($p < .05$) in the exercise group (EG).”, yang artinya BDNF dan IGF-1 menunjukkan kecenderungan meningkat pada kelompok latihan (EG). Akhirnya, hasil uji Stroop (kata, warna) berbeda secara signifikan ($p < .05$) pada kelompok latihan (EG).” Pemeriksaan menggunakan MRI fungsional memverifikasi efek positif dari pelatihan taekwondo pada perkembangan otak pada anak-anak.

Fungsi kognitif berkaitan erat dengan kemampuan berfikir, kemampuan pemecahan masalah, konsentrasi, kemampuan bahasa dan proses belajar, fungsi kognitif harus memiliki stimulus positif agar perkembangannya maksimal, taekwondo menjadi salah satu sarana untuk menstimulus perkembangan fungsi kognitif. Diterangkan dalam jurnal lainnya efek intervensi Taekwondo selama 4 bulan pada 30 anak sehat, skor tes kata-warna secara signifikan lebih tinggi pada kelompok taekwondo dibandingkan pada kelompok kontrol setelah masa pelatihan. Hal tersebut menunjukkan bahwa taekwondo berpengaruh terhadap kemampuan otak anak, terutama dalam fungsi kognitif yang mana taekwondo menstimulus perkembangan anak, sehingga pada tahapan operasional konkrit anak dapat mencapai tahap maksimal. Jurnal lainnya yaitu oleh (KD et al., 2013) yang meneliti efek fungsi eksekutif, BMI dan kesehatan mental juga mengemukakan:

Pelatihan taekwondo pada fungsi eksekusi pada pemuda berusia 11-13 tahun menjelaskan siswa yang berlatih taekwondo memiliki persepsi positif pada peningkatan kualitas diri, serta fungsi kognitifnya, pelajaran mengenai taekwondo dapat diterapkan dilingkungan sekolah.

Berdasarkan latar belakang diatas serta terbatasnya literatur mengenai pengaruh latihan taekwondo terhadap fungsi kognitif pada anak usia 7-11 tahun, penulis berkeinginan melakukan penelitian mengenai ***Pengaruh Latihan Taekwondo Terhadap Fungsi Kognitif Pada Anak Usia 7-11 tahun.***

1.2 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang diajukan penulis, maka yang menjadi permasalahan dalam penulisan ini adalah “Apakah terdapat pengaruh yang

signifikan dari latihan taekwondo terhadap fungsi kognitif pada anak 7-11 tahun?''.

1.3 TUJUAN PENELITIAN

Dalam penelitian ini, peneliti mempunyai tujuan yaitu: untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan latihan taekwondo terhadap fungsi kognitif pada anak usia 7-11 tahun.

1.4 MANFAAT PENELITIAN

Kegunaan penelitian ini merupakan hal yang ingin dicapai oleh penulis dalam melakukan penelitian ini. Merujuk pada latar belakang dan tujuan penelitian yang telah diuraikan, maka penulis mengharapkan melalui penelitian ini dapat bermanfaat baik:

1. Secara teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu sumber keilmuan terutama dalam ranah psikologi bagi para pengembang, pembina, pelatih, orang tua dan guru khususnya mengenai Pengaruh latihan taekwondo terhadap fungsi kognitif pada pada anak usia 7-11 tahun. Sehingga dapat dipahami mengenai bahwasannya mengembangkan fungsi kognitif melalui pada anak dapat dilakukan melalui latihan taekwondo.

2. Secara Praktis

Dapat dijadikan acuan dalam mengembangkan pengetahuan mengenai fungsi kognitif pada anak usia 7-11 tahun melalui latihan taekwondo. Karna dengan olahraga rutin dapat mengembangkan keterampilan berfikir anak terutama fungsi kognitifnya.

1.5 BATASAN MASALAH

Agar masalah ini tidak menyimpang dari masalah yang penulis ajukan, batasan penelitian sangat diperlukan untuk penelitian yang lebih terarah. Oleh sebab itu, penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Latihan Taekwondo
2. Variable terikat dalam penelitian ini adalah Fungsi Kognitif
3. Sampel yang digunakan adalah anak usia 7-11 tahun

4. Subjek penelitian adalah siswa dari dojang Magna Martial Art
5. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Stroop Color Word Test*

1.6 STRUKTUR ORGANISASI SKRIPSI

Berdasarkan buku (Pedoman Penelitian Karya Ilmiah UPI 2019) maka sistematika laporan penelitian (skripsi) yang akan disusun adalah sebagai berikut:

1. BAB I: Bab ini merupakan bab perkenalan yang berisikan uraian pendahuluan dan merupakan bagian awal dari skripsi, pada bab ini dikemukakan tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, struktur organisasi skripsi.
2. BAB II: Pada bab ini berisikan landasan teori, kajian Pustaka pemikiran dan hipotesis penelitian. Kajian Pustaka mempunyai peran yang sangat penting. Bab ini membahas teori-teori, berbagai dalil dan penelitian terdahulu yang relevan dengan bidang yang diteliti.
3. BAB III: Berisikan tentang metodologi penelitian, tentang penjabaran secara rinci metode penelitian yang digunakan, tempat dan waktu penelitian, desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel penelitian, instrument penelitian, prosedur penelitian dan analisis data.
4. BAB IV: Berisikan tentang hasil penelitian dan pembahasan, bab ini mengemukakan tentang hasil penelitian dan pembahasan penelitian terdiri dari dua hal utama, yakni pengelolaan atau analisis data untuk hasil temuan yang berkaitan dengan masalah penelitian, pernyataan penelitian, hipotesis, tujuan penelitian dan pembahasan atau analisis penelitian.
5. BAB V: Berisikan kesimpulan, implikasi dan rekomendasi. Pada bab ini menyajikan penafsiran dan pemaknaan penelitian terhadap hasil analisis temuan penelitian. Ada dua alternatif cara penelitian kesimpulan yakni dengan cara butir demi butir atau uraian padat.