

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Anak usia dini merupakan masa kritis karena semua komponen dibangun pada masa ini untuk membentuk kecerdasan dikemudian hari. Apabila orang tua memberikan stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan anak, maka tingkat perkembangan anak akan optimal. Pada dimensi yang lain Pendidikan Anak Usia Dini juga merupakan salah satu komponen yang paling penting dan mendasar untuk diperhatikan pada jenjang pendidikan, sebagai pondasi dasar tumbuh kembang anak dan terlaksananya program-program PAUD yang lebih baik.

Pada Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 pasal 1 ayat 14 menyatakan bahwa Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), sebagai suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun, yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani, agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. Penyelenggaraan Pendidikan Anak Usia Dini di Indonesia bertumpu pada lima layanan utama, yaitu: Taman Kanak-Kanak (TK), Kelompok Bermain (KB), Taman Penitipan Anak (TPA), Satuan Paud Sejenis (SPS), dan PAUD Berbasis Keluarga (PBK).

Pertumbuhan dan perkembangan anak akan mempengaruhi sikap, dan pola perilaku, serta kondisi kesehatan fisik, mental, jasmani dan rohani anak. Apabila pada masa ini anak-anak mendapatkan pendidikan yang baik dan tepat maka akan terbentuk sikap dasar kepribadian yang kuat. Begitu juga sebaliknya, bilamana

mendapat pendidikan yang kurang tepat dan maka akan terbentuk dasar kepribadian yang kurang baik misalnya gangguan fisik (sakit-sakitan) dan anak tidak disiplin sehingga akan menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak baik secara kejiwaan maupun secara mental spiritual. Hal tersebut dapat berpengaruh terhadap kehidupannya sampai kelak menjadi dewasa. Walaupun sesungguhnya secara wajar di PAUD ataupun di TK diketahui bahwa masih terdapat anak-anak yang lemah secara fisik, seperti cepat lelah, tidak kuat lari, kurang bersemangat, mudah sakit, karena disebabkan oleh faktor kesehatan bawaan maupun model pengasuhan sejak dini.

Adapun aspek pertumbuhan dan perkembangan anak terdiri dari enam hal yaitu :1) nilai agama moral ;2) fisik motorik ;3) kognitif ;4) bahasa ;5) sosial- ;6) emosional dan seni. Dalam penelitian ini yang menjadi fokus adalah pada aspek perkembangan motorik anak. Alasannya karena perkembangan motorik merupakan unsur kematangan dan pengendalian gerakan tubuh yang dikontrol oleh syaraf otak dan otot, sehingga akan mempengaruhi stamina dan kreativitas anak. Pada umumnya perkembangan motorik ini dibagi menjadi dua, yaitu: perkembangan motorik kasar dan perkembangan motorik halus, dimana perkembangan motorik kasar berupa gerak tubuh menggunakan otot-otot besar dilaksanakan pada saat berlari, melompat dan melempar, sedangkan motorik halus terdapat pada gerakan tubuh otot-otot kecil yang ada di seluruh tubuh, seperti menyentuh dan memegang (Santrock 2007: 235).

Dengan adanya hal tersebut di atas seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi di jaman revolusi industri menuntut para pendidik untuk

berinovasi dan berkreasi mengembangkan metode, media belajar agar relevan dan praktis di era kekinian, sehingga sangat menarik minat anak didik untuk belajar dan happy ke sekolah. Dengan adanya variasi media pembelajaran yang dapat digunakan oleh guru dalam proses pembelajaran maka anak didik akan termotivasi dan lebih mudah memahami hal yang disampaikan oleh pendidik dan menyenangkan. Seperti misalnya pada masa digitalisasi ini para guru dapat memanfaatkan media *youtobe*, dengan video pembelajaran yang menarik dapat diakses secara mudah. Video tersebut merupakan bagian dari teknologi pengiriman signal elektronik dari suatu gambar bergerak, namun untuk kecanggihannya perlu adanya upaya pengembangan. sebagai sebuah metode yang baik dan tepat. Menurut Munandi media pembelajaran dapat dikelompokkan menjadi 4 kelompok besar, yakni media audio, media visual, media audio visual, dan multimedia. Karakteristik dan kemampuan masing-masing media perlu diperhatikan oleh guru agar mereka dapat memilih sesuai dengan kondisi dan kebutuhan. Seperti misalnya pada media audio, peserta didik dapat mendengarkan suara dengan menggunakan lagu, dan dengan menggunakan media visual terdapat gambar-gambar menarik yang dapat dilihat.

Penggunaan media pembelajaran berfungsi mempermudah guru dalam memberikan informasi materi pada anak, sehingga komunikasi antar guru dan anak dapat berjalan dengan baik. Menurut Hamalik, penggunaan media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan motivasi dan minat belajar anak untuk menstimulasi kegiatan belajar anak yang akan memberikan pengaruh- psikologis terhadap perkembangan peserta didik. (Erma,

2013:38). Selain itu dengan menggunakan media dalam proses pembelajaran, maka peserta didik akan memperoleh pelajaran yang bermakna dan memberikan nilai tersendiri pada kehidupan dunia anak baik disekolah maupun dirumah.

Sekolah sebagai pusat pendidikan formal yakni Lembaga PAUD memiliki tugas dan tanggung jawab dalam membantu orang tua memberikan pelajaran yang baik untuk membimbing, melatih, dan membina bakat, ketrampilan yang terkait dengan enam aspek perkembangan pada anak usia dini. Oleh karena itu sangat diperlukan upaya dan cara bagi pengelola dan guru PAUD menyusun sebuah program yang akan dilaksanakan dalam proses pembelajaran yang berorientasi pada pembelajaran aktif, inovatif, kreatif dan menyenangkan (PAIKEM) serta berbasis lingkungan yang terintegrasi, yang lebih dikenal dengan belajar sambil bermain. Strategi pembelajaran tersebut memberi manfaat dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani anak. Di samping itu diperlukan juga variasi kegiatan proses sehingga dapat menambah mod, kebugaran dan kesehatan tubuhnya dengan salah satu kegiatan yaitu Yoga Asana. Yoga Asana ini sedang popoler di kalangan masyarakat pada berbagai usia, dari tingkat anak-anak, remaja dan dewasa, karena gerakannya yang sederhana sehingga dapat diikuti dan disesuaikan dengan sikon individu anak masing-masing.

Yoga Asana pada mulanya dilaksanakan sebagai salah satu alternatif menjaga dan meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani yang dapat diamati secara langsung di lingkungan masyarakat. Banyak studio, sanggar, pasraman Yoga muncul dimasyarakat untuk mensosialisasikan berbagai manfaat Yoga

Asana bagi kesehatan dan hingga saat ini pembelajaran Yoga Asana juga telah diadopsi oleh lembaga-lembaga pendidikan formal mulai dari Sekolah Dasar sampai pada Perguruan Tinggi khususnya di daerah Kota Mataram sebagai salah satu kegiatan ekstrakurikuler mahasiswa. Pembelajaran Yoga yang berkembang di lembaga-lembaga pendidikan tersebut didesain sebagai pelatihan fisik atau olahraga yang dikenal dengan sebutan *Asana* lebih menekankan pada pencapaian kesehatan, sehingga Yoga lebih dikenal sebagai pelatihan fisik atau alternatif menjaga kesehatan jasmani. Fakta dilapangan dapat dilihat bahwa Yoga hanya diketahui oleh para instruktur yang terlatih, sehingga menjadi kesulitan bagi sekolah PAUD untuk menerapkan pembelajaran Yoga di sekolahnya. Sesungguhnya bukan demikian adanya, apabila guru kreatif maka pembelajaran Yoga Asana dapat diterapkan dengan menyimak panduan melalui youtube *Handphone*, sebagai kegiatan olah fisik anak.

Kegiatan Fisik Motorik dengan gerakan-gerakan tersebut maka tanpa disadari akan membantu anak dalam hal pertumbuhan seluruh sistem syaraf dan otot, sehingga akan mengalami peningkatan kelenturan dan kekuatan. Disamping itu Yoga Asana juga membantu keseimbangan dan koordinasi antara anggota tubuh yang menggunakan otot-otot besar dan kecil, hal tersebut dapat diamati ketika anak melakukan gerakan sikap gunung, menggerakkan anggota badan dengan melakukan gerakan surya namaskar, menggerakkan tangan kekanan dan ke kiri, memutar lengan tangan, dan menggerakkan jari-jari tangan.

Dengan demikian bahwa ada hubungan antara Perkembangan Fisik Motorik anak dengan kegiatan Yoga Asana karena kegiatan Yoga Asana ini dapat

melibatkan otot-otot besar, kecil untuk seluruh anggota tubuh secara terkoordinasi. Pada prinsipnya bahwa Yoga Asana sebagai salah satu alternative yang bisa dijadikan sebagai kegiatan untuk membantu menstimulasi perkembangan motorik, dan kesehatan anak. Diyakini dan dipercaya bahwa gerakan Yoga Asana dapat membantu mengembangkan fisik motorik anak dan meningkatkan berbagai macam kesehatan lainnya, serta dalam sebuah pembelajaran Yoga Asana anak belajar tentang bagaimana bergerak dengan lentur, mempraktekkan gerakan yang dapat mengembangkan kemampuan motoriknya

Pada umumnya pembelajaran Yoga ini dipandang sebagai kegiatan multifungsi tidak hanya sebagai alternatif menjaga kesehatan tetapi juga bermanfaat untuk kebutuhan lainnya. Hal ini dibuktikan dengan diadopsinya pembelajaran Yoga Asana bagi anak usia dini sebagai sarana pengembangan melatih kekuatan fisik dan kecerdasan anak, seperti yang dilaksanakan oleh TK Dwijendra Mataram. Peneliti melakukan observasi pada kegiatan Yoga Asana dilakukan setiap hari Jumat pada kelompok A yang berjumlah 25 orang. Hal ini menunjukkan adanya keyakinan yang sangat besar dari pihak TK Dwijendra Mataram, yakni Pengelola, Kepala Sekolah dan para guru bahwa pembelajaran Yoga Asana tersebut memberikan manfaat yang sangat besar untuk melatih kekuatan fisik-motorik anak sehingga program ini dilaksanakan secara rutin sebagai ekstrakurikuler. Tentunya hal ini memerlukan cara, teknik pembelajaran Yoga yang up date, praktis. relevan dengan perkembangan ilmu pengetahuan teknologi yang berbasis IT, agar lebih menarik, dan semua guru dapat memahami

pembelajaran Yoga dengan baik,. Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan mengangkat judul ***“Pengembangan Video Pembelajaran Yoga Asana Untuk Meningkatkan Perkembangan Fisik-Motorik Anak Usia 4-5 Tahun Di TK Dwijendra Mataram”***

### **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut.

1. Perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 Tahun harus di upayakan perkembangannya
2. Terdapat anak yang memiliki perkembangan fisik-motorik yang kurang optimal.
3. Belum ada video pembelajaran yoga asana dalam membantu proses pembelajaran untuk meningkatkan perkembangan fisik-motorik anak usia 4-5 Tahun.

### **1.3. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, dalam penelitian ini permasalahan dibatasi pada perkembangan fisik-motorik anak usia 4-5 tahun yang kurang optimal. Faktor yang menyebabkan hal tersebut adalah adanya anak yang masih rendah dan belum berkembang tingkat capaian perkembangan anak usia 4-5 tahun serta belum adanya media ajar pembelajaran yoga asana untuk meningkatkan perkembangan fisik-motorik anak.

#### **1.4.Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Bagaimana rancang bangun video pembelajaran Yoga Asana untuk meningkatkan perkembangan Fisik Motorik anak usia 4-5 Tahun di TK Dwijendra Mataram?
2. Bagaimana validitas video pembelajaran Yoga Asana untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 Tahun di TK Dwijendra Mataram?
3. Bagaimana kepraktisan video pembelajaran Yoga Asana untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 Tahun di TK Dwijendra Mataram?
4. Bagaimana efektivitas video pembelajaran Yoga Asana untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 Tahun di TK Dwijendra Mataram?

#### **1.5.Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk menghasilkan rancang bangun video pembelajaran Yoga Asana untuk meningkatkan perkembangan Fisik Motorik anak usia 4-5 Tahun di TK Dwijendra Mataram?

2. Untuk mengetahui validitas video pembelajaran Yoga Asana untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 Tahun di TK Dwijendra Mataram?
3. Untuk mengetahui kepraktisan video pembelajaran Yoga Asana untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 Tahun di TK Dwijendra Mataram?
4. Untuk mengetahui efektivitas video pembelajaran Yoga Asana untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak usia 4-5 Tahun di TK Dwijendra Mataram?

## **1.6. Manfaat Penelitian**

Setelah penelitian ini berakhir, hasil yang diperoleh diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoretik maupun secara praktis. Adapun manfaat penelitian ini yaitu sebagai berikut.

### **1.6.1 Manfaat Teoretik**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan wawasan serta mengembangkan ilmu pengetahuan dan dapat memberikan pemahaman kepada guru dalam implementasi yoga asana untuk meningkatkan daya fisik motorik anak. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberi umpan balik bagi peneliti yang lainnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut terhadap aspek yang belum dijangkau.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan serta

kontribusi kepada institusi dan pihak-pihak yang terkait seperti: para pendidik PAUD, orang tua, lembaga-lembaga PAUD dan mahasiswa akan pentingnya manfaat daripada Yoga Asana dapat meningkatkan perkembangan motorik anak. Selain hal tersebut, bahwa penelitian ini juga memberikan sumbangan pengetahuan, wawasan akan pentingnya penerapan Yoga Asana di Taman Kanak-kanak.

