

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan anak usia dini merupakan fondasi penting dalam membentuk kemampuan berpikir, regulasi emosi, dan karakter anak sebagai bekal menghadapi kehidupan di masa depan. Rentang usia 0–6 tahun dikenal sebagai masa keemasan (*golden age*), yaitu periode kritis ketika perkembangan struktur dan fungsi otak berlangsung sangat pesat. Pada masa ini, stimulasi yang tepat dan seimbang berperan penting dalam mengoptimalkan perkembangan kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak. Namun, dalam praktiknya, penyelenggaraan pendidikan anak usia dini di Indonesia masih cenderung menekankan pencapaian akademik awal, seperti kemampuan baca, tulis, dan hitung, dibandingkan pengembangan kemampuan perhatian, kesadaran diri, dan pengelolaan emosi.

Data *Early Childhood Development Index* UNICEF tahun 2023 menunjukkan bahwa sekitar 37% anak usia dini di Indonesia belum mencapai perkembangan optimal pada aspek sosial-emosional dan regulasi diri. Kondisi ini mencerminkan bahwa proses pembelajaran di banyak lembaga PAUD masih berorientasi pada pendekatan *teacher-centered*, sehingga belum sepenuhnya mendukung keseimbangan perkembangan fungsi kognitif dan emosional anak. Padahal, kemampuan fokus perhatian, pengendalian emosi, dan kesadaran diri merupakan prasyarat penting bagi keberhasilan belajar anak pada jenjang selanjutnya.

Kondisi serupa juga ditemukan di Provinsi Bali. Berdasarkan data Dinas Pendidikan Provinsi Bali tahun 2024, sebagian besar lembaga PAUD telah menerapkan pembelajaran tematik, namun implementasinya masih terbatas pada penyampaian materi dan belum secara optimal mengintegrasikan kegiatan yang menumbuhkan kesadaran penuh (*mindfulness*) serta pengelolaan emosi anak secara sadar. Observasi awal yang dilakukan di tiga taman kanak-kanak di bawah naungan Yayasan Insan Mandiri Denpasar menunjukkan bahwa anak-anak sering mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus, mudah terdistraksi, serta menunjukkan respons emosi negatif saat terlibat dalam kegiatan bermain kelompok. Padahal, kemampuan konsentrasi dan regulasi emosi merupakan bagian integral dari kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak usia dini.

Salah satu pendekatan yang relevan untuk menjawab permasalahan tersebut adalah pembelajaran berbasis *mindfulness* atau kesadaran penuh. Kabat-Zinn (2003) mendefinisikan *mindfulness* sebagai kemampuan untuk memusatkan perhatian pada pengalaman saat ini secara sadar dan tanpa penilaian. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa latihan *mindfulness* berkontribusi positif terhadap peningkatan fokus perhatian, kontrol diri, empati, serta pengelolaan emosi pada anak (Schonert-Reichl & Lawlor, 2010). Dalam konteks pendidikan anak usia dini di Indonesia, penerapan *mindfulness* perlu disesuaikan dengan karakteristik perkembangan anak serta diintegrasikan dengan nilai-nilai budaya lokal agar lebih bermakna dan mudah diterima.

Salah satu media pembelajaran yang potensial untuk mengintegrasikan *mindfulness* dengan budaya lokal adalah musik tradisional angklung. Angklung telah diakui UNESCO sebagai warisan budaya tak benda dunia dan memiliki

karakteristik musikal yang melibatkan koordinasi gerak, pengaturan ritme, serta kerja sama antar individu. Aktivitas bermain angklung mendorong anak untuk memusatkan perhatian pada bunyi dan gerakan, mengatur napas serta emosi, dan berinteraksi secara harmonis dengan teman sebaya. Getaran bunyi angklung yang ritmis dan berulang juga berperan dalam menciptakan suasana belajar yang menenangkan dan kondusif bagi pengembangan fokus serta kesadaran diri anak (Patel, 2020).

Untuk memperkuat dasar empiris penelitian ini, dilakukan observasi awal pada tanggal 10–12 September 2025 terhadap anak Kelompok B berusia 5–6 tahun di tiga TK di bawah naungan Yayasan Insan Mandiri Denpasar. Observasi difokuskan pada perilaku anak dalam kegiatan belajar dan bermain yang berkaitan dengan kemampuan konsentrasi, regulasi emosi, dan interaksi sosial. Hasil observasi menunjukkan bahwa sekitar 70% anak mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus perhatian selama kegiatan berlangsung. Selain itu, sekitar 60% anak menunjukkan kendala dalam regulasi emosi, seperti mudah marah, menangis, atau enggan melanjutkan tugas ketika menghadapi kesulitan. Sekitar 50% anak juga memperlihatkan keterbatasan dalam kemampuan sosial-emosional, seperti berebut alat permainan, mendominasi teman, atau kurang mampu bekerja sama.

Temuan observasi tersebut mengindikasikan bahwa aspek kesadaran diri dan pengendalian emosi anak belum berkembang secara optimal, serta proses pembelajaran yang berlangsung belum sepenuhnya memberikan ruang bagi anak untuk melatih perhatian sadar dan keseimbangan emosional. Oleh karena itu, diperlukan suatu intervensi pembelajaran yang terstruktur dan sesuai dengan

karakteristik anak usia dini untuk menstimulasi kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional secara terpadu. Berdasarkan pertimbangan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji pengaruh pembelajaran *mindfulness* melalui musik angklung terhadap peningkatan kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak usia dini dengan menggunakan desain *pretest–posttest one group*, sehingga perubahan kemampuan anak dapat diukur secara objektif sebelum dan sesudah intervensi.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, hasil kajian empiris, dan observasi awal, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan utama dalam pendidikan anak usia dini yang relevan dengan fokus penelitian ini.

Pertama, pada tingkat nasional, perkembangan kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak usia dini belum menunjukkan hasil yang optimal. Data UNICEF tahun 2023 menunjukkan bahwa sebagian anak usia dini di Indonesia masih mengalami kendala dalam aspek fokus perhatian, regulasi emosi, dan empati. Kondisi ini mengindikasikan bahwa praktik pembelajaran di PAUD masih lebih menekankan pencapaian akademik awal dan belum secara seimbang mengembangkan kemampuan kesadaran diri serta pengelolaan emosi anak. Kedua, pendekatan pembelajaran yang diterapkan di banyak lembaga PAUD masih cenderung bersifat *teacher-centered*, di mana guru lebih dominan memberikan instruksi dibandingkan memfasilitasi anak untuk belajar melalui pengalaman langsung dan penuh kesadaran. Akibatnya, anak memiliki

keterbatasan kesempatan untuk melatih perhatian sadar, mengelola emosi, dan merefleksikan pengalaman belajar secara mandiri.

Ketiga, pada tingkat regional, khususnya di Provinsi Bali, pembelajaran tematik integratif telah diterapkan, namun belum secara optimal mengintegrasikan kegiatan yang menumbuhkan *mindfulness* dan regulasi emosi anak. Kegiatan pembelajaran masih lebih terfokus pada aspek kognitif dan motorik, sementara stimulasi kesadaran penuh sebagai dasar keseimbangan kognitif dan emosional belum menjadi perhatian utama.

Keempat, pada tingkat lokal, hasil observasi awal di tiga TK di bawah naungan Yayasan Insan Mandiri Denpasar menunjukkan bahwa anak Kelompok B masih mengalami kesulitan dalam mempertahankan fokus perhatian, mengendalikan emosi, dan menunjukkan empati dalam kegiatan bermain dan belajar. Pembelajaran di kelas masih didominasi oleh metode konvensional dan belum memberikan ruang yang cukup bagi anak untuk mengembangkan kesadaran diri dan pengelolaan emosi secara sadar.

Kelima, pemanfaatan musik tradisional seperti angklung sebagai media pembelajaran di PAUD masih sangat terbatas. Padahal, musik angklung memiliki potensi untuk mengintegrasikan latihan perhatian, pengaturan emosi, koordinasi gerak, dan kerja sama sosial, yang relevan dengan pengembangan kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak usia dini.

Berdasarkan identifikasi permasalahan tersebut, dapat disimpulkan bahwa diperlukan suatu intervensi pembelajaran yang terstruktur, kontekstual, dan sesuai dengan karakteristik anak usia dini untuk mengoptimalkan kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional. Pembelajaran *mindfulness* melalui musik angklung

dipandang sebagai salah satu alternatif yang potensial untuk menjawab permasalahan tersebut dan perlu dikaji secara empiris melalui penelitian kuantitatif dengan desain *pretest–posttest one group*.

1.3 Pembatasan Masalah

Agar penelitian ini terarah, sistematis, dan dapat diukur secara empiris, maka ruang lingkup penelitian dibatasi pada hal-hal sebagai berikut. Penelitian ini dilaksanakan di tiga taman kanak-kanak yang berada di bawah naungan Yayasan Insan Mandiri Denpasar, yaitu TK Ratu Rosari, TK Santo Yoseph 1, dan TK Bintang Kejora. Subjek penelitian dibatasi pada anak Kelompok B berusia 5–6 tahun. Pada masing-masing satuan pendidikan dipilih sebanyak 25 anak sebagai satu kelompok perlakuan, sehingga penelitian ini tidak membandingkan dengan kelompok kontrol, melainkan mengamati perubahan kemampuan anak sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2025/2026 selama kurang lebih delapan minggu, yang mencakup tahap pengukuran awal (*pretest*), pelaksanaan intervensi berupa pembelajaran *mindfulness* melalui musik angklung, serta pengukuran akhir (*posttest*). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pembelajaran *mindfulness* melalui musik angklung, sedangkan variabel terikat meliputi kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak. Kecerdasan kognitif dibatasi pada aspek perhatian, memori kerja, dan kreativitas, sementara kecerdasan emosional dibatasi pada aspek kesadaran diri, regulasi emosi, dan empati.

Penelitian ini hanya memfokuskan pada pengaruh pembelajaran *mindfulness* berbasis musik angklung terhadap perubahan kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak, sehingga tidak membahas aspek perkembangan anak lainnya. Pendekatan yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *quasi-experimental* menggunakan model *pretest–posttest one group design*.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil observasi awal, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana pengaruh *mindfulness* terhadap kecerdasan kognitif Anak TK B di Yayasan Insan Mandiri Denpasar?
2. Bagaimana pengaruh *mindfulness* terhadap kecerdasan emosional Anak TK B di Yayasan Insan Mandiri Denpasar?
3. Bagaimana pengaruh *mindfulness* secara simultan terhadap kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional Anak TK B di Yayasan Insan Mandiri Denpasar?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pembelajaran *mindfulness* melalui musik angklung terhadap peningkatan kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak usia dini di taman kanak-kanak yang berada di bawah naungan Yayasan Insan Mandiri Denpasar.

Secara khusus, penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui tingkat kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak usia dini sebelum diberikan pembelajaran *mindfulness* melalui musik angklung.
2. Mengetahui tingkat kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak usia dini setelah diberikan pembelajaran *mindfulness* melalui musik angklung.
3. Menganalisis perbedaan tingkat kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak usia dini sebelum dan sesudah penerapan pembelajaran *mindfulness* melalui musik angklung.
4. Menguji secara empiris pengaruh pembelajaran *mindfulness* melalui musik angklung terhadap peningkatan kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak usia dini.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat secara teoretis, praktis, dan sosial, sesuai dengan pendekatan kuantitatif dan desain *pretest–posttest one group* yang digunakan.

1. Manfaat Teoretis. Secara teoretis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat kajian ilmiah mengenai pengaruh pembelajaran *mindfulness* melalui musik angklung terhadap kecerdasan kognitif dan kecerdasan emosional anak usia dini. Temuan penelitian ini memberikan dukungan empiris terhadap teori *mindfulness* dalam pembelajaran anak

usia dini serta teori pembelajaran berbasis musik yang menekankan peran perhatian, regulasi emosi, dan keterlibatan aktif anak. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi akademik bagi pengembangan kajian pembelajaran berbasis budaya lokal dalam konteks pendidikan anak usia dini.

2. Manfaat Praktis. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi guru dan lembaga pendidikan anak usia dini dalam menerapkan kegiatan pembelajaran yang mengintegrasikan unsur *mindfulness* melalui musik angklung sebagai salah satu alternatif stimulasi kecerdasan kognitif dan emosional anak. Penelitian ini juga memberikan informasi empiris mengenai pentingnya pengembangan fokus perhatian, kesadaran diri, dan regulasi emosi anak melalui aktivitas bermain dan belajar yang kontekstual. Bagi orang tua, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai pemanfaatan aktivitas musik sederhana sebagai sarana pendukung perkembangan kognitif dan emosional anak di lingkungan keluarga.

Secara sosial. Penelitian ini diharapkan dapat mendukung upaya pelestarian budaya lokal melalui pemanfaatan musik angklung dalam kegiatan pendidikan anak usia dini. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam membangun kesadaran akan pentingnya pendidikan yang memperhatikan keseimbangan perkembangan kognitif dan emosional anak sejak usia dini sebagai bagian dari pembentukan karakter dan kepekaan sosial anak.