

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Hasliza Hasan, penyakit obesitas pada anak memberikan kontribusi signifikan pada penurunan keterampilan motorik kasar dan motorik halus anak. Ketika kemampuan motorik anak tidak berkembang secara memadai maka akan berpengaruh pula pada perkembangan sosial anak karena ada korelasi yang signifikan antara kecerdasan sosial dengan keterampilan motorik halus diperoleh kemampuan kontrol motorik visual dan kecepatan fungsi tubuh bagian atas dan ketangkasnya. Aktivitas fisik dan makan sehat sering diidentifikasi sebagai fitur utama dalam kaitannya dengan pencegahan obesitas.¹ Menurut Fiona Davidson, Untuk mengatasi obesitas pada anak maka harus melakukan berbagai usaha dengan cara meningkatkan aktivitas fisik dan kebugaran karena aktivitas fisik diperlukan untuk anak kecil.²

Program yang dilakukan oleh akun Youtube Himpaudi TV tentang webinar series olahraga bagi anak usia dini menyatakan bahwa kebugaran fisik anak-anak telah menurun akibat masa pandemi covid 19 karena anak-anak tidak sekolah sehingga aspek perkembangan fisik motorik anak kurang terstimulus dengan baik.³ Anak akan sehat secara fisik apabila mereka aktif secara fisik. Untuk dapat aktif secara fisik, anak-anak memerlukan atribut gabungan dari kebugaran yang berhubungan dengan kesehatan contoh daya tahan jantung, detak jantung, dan respons tekanan darah untuk olahraga dan komposisi tubuh dan kebugaran yang terkait dengan kinerja. Menurut WHO (World Health Organization) kesehatan fisik anak dapat diupayakan minimal dengan cara pembiasaan latihan aktivitas fisik, mengurangi kebiasaan aktivitas menetap dan mengatur kebiasaan hidup seperti bermain dan makan, serta pemenuhan pola tidur yang cukup dan teratur.

¹ Hasliza Hassan, "Obesity and Overweight Issues Could Undermine Malaysia's Competitiveness", *International Journal of Human Rights in Healthcare*. (Malaysia : 2018) Hal 10.

² Fiona Davidson. *Childhood Obesity Prevention and Physical Activity in Schools. Health Education* , Vol. 107 2007 Hal. 4.

³ https://www.youtube.com/watch?v=mFuwo_dkFrc Di akses pada tanggal 20 Juni 2021

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kualitas hidup terkait kesehatan anak-anak prasekolah meningkat apabila pedoman dari WHO (World Health Organization) tentang 24 jam aktivitas anak dibawah 5 tahun tercapai yang meliputi aktivitas fisik, kegiatan rutin, dan tidur, yaitu: anak melakukan setidaknya 180 menit aktivitas fisik, penggunaan media layar (tv/gadget) kurang dari 60 menit serta memiliki kualitas tidur antara 10-13 jam/hari.⁴

Fisik motorik anak dapat berkembang dengan baik jika orang tua maupun guru sejak dini memberikan kesempatan anak untuk berlatih, memberikan asupan yang tepat dan memfasilitasi dengan media yang dapat mempengaruhi perkembangan fisik motorik anak usia dini. Pemberian rangsangan untuk perkembangan fisik motorik harus dilakukan secara terus menerus. Menurut Rohyana Fitriani, bahwa dengan menjaga pola tidur anak akan berdampak pada kesehatan yang baik emosional melepaskan tenaga yang tertahan, dan membebaskan tubuh dari ketegangan, kegelisahan, dan keputusasaan), kemandirian, hiburan diri, sosialisasi, dan konsep diri.

Bentuk aktivitas fisik yang dapat dilakukan beragam seperti berjalan, bersepeda, olahraga, dan bentuk rekreasi aktif lainnya. Aktivitas fisik dapat juga di lakukan di kantor atau di rumah dalam bentuk tugas membersihkan, membawa, merawat, mengangkat, mendorong, menaiki tangga, dan semua aktivitas yang dapat menggerakkan tubuh yang dapat memberikan manfaat bagi kesehatan, yang dilakukan secara teratur dengan durasi dan intensitas yang cukup. Menurut (WHO), aktivitas fisik bagi anak usia dini pun tidak harus selalu dalam bentuk aktivitas terprogram dengan adanya instruktur khusus, tetapi dapat juga dalam bentuk bermain bebas, dimana permainan tersebut menuntut gerakan tubuh anak, serta mengatur dan meminimalisir penggunaan permainan berbasis digital.⁵

Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditunjukkan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang

⁴ WHO. *Report of the Commission on Ending Childhood Obesity*. 2016 Geneva: World Health Organization

⁵ WHO. *Active: a Technical Package for Increasing Physical Activity*. 2018 Geneva: World Health Organization. Licence: CC BY-NC-SA 3.0 IGO.

dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut. menurut Undang-Undang Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.⁶

Anak didik (anak usia dini) menduduki posisi penting dan menjadi acuan utama dalam pemilihan pendekatan, model, dan metode pembelajaran. Hal ini perlu diingat dari sisi anak adalah PAUD, bukan sekedar mempersiapkan anak untuk bisa masuk ke sekolah dasar, fungsi PAUD yang sebenarnya yaitu untuk membantu mengembangkan semua potensi anak fisik, bahasa, intelektual/kognitif, emosi, sosial, moral dan agama. Pendidikan anak usia dini juga dapat diartikan sebagai salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitikberatkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan baik koordinasi motorik halus dan kasar, kecerdasan emosi, kecerdasan jamak multiple intelligences, maupun kecerdasan sepiritual. Pertumbuhan dan perkembangan masing-masing anak berbeda, ada yang cepat dan ada yang lambat, tergantung faktor bakat genetik, lingkungan, gizi, cara perawatan kesehatan, dan konvergensi perpaduan antara bakat dan lingkungan. Oleh karena itu perlakuan terhadap anak tidak dapat disamaratakan, sebaiknya dengan mempertimbangkan tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak.

Perkembangan motorik kasar merupakan suatu kemampuan gerak yang melibatkan aktivitas otot-otot seperti tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak. Pada umumnya pembelajaran di TK untuk aspek perkembangan fisik atau motorik lebih banyak difokuskan ke perkembangan motorik halus, sedangkan motorik kasar kurang diperhatikan. Padahal perkembangan motorik kasar anak usia dini juga memerlukan bimbingan dari pendidik. Perkembangan motorik kasar untuk anak usia TK antara lain melempar dan menangkap bola, berjalan di atas papan titian keseimbangan tubuh, berjalan dengan variasi maju mundur di atas satu garis, memanjat dan bergelantungan berayun, melompat parit atau guling, dan sebagainya. Tujuan pendidikan fisik

⁶ Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No 20 2003

motorik atau disebut motorik kasar ini agar anak-anak yang masih kecil adalah untuk mengembangkan keterampilan dan ketertarikan fisik jangka panjang. Selain berkaitan erat dengan fisik dan intelektual anak, kemampuan motorikpun berhubungan dengan aspek psikologis anak.

Perkembangan motorik perlu dilatih sedini mungkin, karena perkembangan motorik merupakan perkembangan yang sangat penting untuk kelangsungan perkembangan anak kedepannya nanti. Beberapa peneliti sudah melakukannya dengan berbagai metode yaitu dalam jurnal penelitian banyak sekali upaya yang bisa dilakukan untuk mengatasi masalah ini misalnya dengan metode atau cara berjalan diatas papan titian (Prabandari, Nevy Indira: 2019), berjalas di atas garis lurus (Riska Lasmada: 2016), permainan tradisional engklek (yhana pratiwi: 2014), permainan bakiak (M. Hidayati: 2013) dan kegiatan yoga anak usia dini (amyeni: 2012).

Pada hasil observasi peneliti menggunakan dasar Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STTPA) dan permendikbud 137 yang telah dilakukan peneliti melihat masih banyak anak yang belum seimbang kita sedang melakukan kegiatan permainan seperti berjalan di papan titian, berjalan membawa beban dikepala, berjalan mengikuti garis, apalagi melompat menggunakan 1 kaki melewati beberapa rintangan kecil kebanyakan anak-anak belum bisa melakukannya. Masih banyak anak yang sesekali menjatuhkan satu kakinya lagi ketika melakukan gerakan melompat dengan satu kaki tersebut. Sebagian besar anak masih kurang stabil, goyang ketika melakukan kegiatan melompat dengan satu kaki. Hal ini terjadi karena minimnya alat permainan edukatif *outdoor* yang dapat digunakan untuk melatih keseimbangan anak, kemudian kurangnya aktifitas yang sering dilakukan untuk peningkatan keseimbangan dan kurangnya latihan keseimbangan yang diberikan pada anak.

Bentuk perkembangan motorik kasar anak yang dapat dibelajarkan pada anak usia dini melalui gerakan shalat Dhuha. Syamsu Yusuf mengatakan bahwa seiring dengan perkembangan motorik, bagi anak usia pra sekolah (taman kanak-kanak) atau kelas rendah, tepat sekali diajarkan atau

dilatihkan gerakan-gerakan ibadah shalat. Shalat yang kita lakukan lima kali sekali, diyakini memberikan investasi kesehatan yang cukup besar bagi yang melakukannya. Gerakan shalat mulai takbiratul ihram sampai dengan salam, memiliki makna yang luar biasa, baik untuk kesehatan fisik maupun mental bahkan keseimbangan spritual dan emosional.⁷

Untuk memecahkan masalah motorik kasar pada unsur keseimbangan dengan menggunakan gerakan sholat Dhuha anak dapat melakukan gerakan yang sederhana di dalam sholat. Walaupun di dalam gerakan dan bacaan sholat secara sepintas sangat sulit untuk diberikan kepada anak usia dini akan tetapi sesungguhnya sholat dapat mudah dipahami dan dilaksanakan apabila disiplin dan dibiasakan dalam pelaksanaannya, dan tidak akan menjadi beban pembelajaran bagi anak. Gerak gerakan sholat Dhuha dapat dijadikan salah satu metode untuk mengembangkan perkembangan motorik kasar anak usia dini contohnya seperti gerakan takbiratul ihram, berdiri tegak, ruku, sujud dan duduk antara sujud.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti beranggapan bahwa kegiatan gerakan sholat Dhuha memiliki efek yang sangat baik bagi anak usia dini terutama pada keseimbangan tubuh, karena dalam kegiatan gerakan sholat Dhuha banyak sekali gerakan-gerakan yang bisa melatih keseimbangan tubuh, oleh sebab itu peneliti tertarik untuk mencoba melakukan penelitian tersebut terkait dengan pembelajaran Motorik Kasar tersebut, penulis tertarik untuk mencoba melakukan penelitian tentang *Pengaruh Gerakan Sholat Dhuha Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Unsur Keseimbangan Anak Usia 5-6 Tahun di Kober Mabdaul Huda Kelas B.*

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Keseimbangan tubuh anak usia dini masih belum optimal sering jatuh dan sempoyongan ketika sedang berjalan atau berlari

⁷ Syamsu Yusuf, *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. 2002 Bandung: Remaja Rosdakarya.

2. Anak usia dini masih belum optimal dalam keseimbangan ketika berdiri menggunakan 1 kaki
3. Tidak ada aktivitas terprogram yang digunakan untuk melatih keseimbangan anak

C. Batasan Masalah

Berbagai permasalahan yang ada di Kober Mabdaul Huda Kelas B pada anak mengenai perkembangan motorik kasar, maka peneliti hanya akan membahas tentang mengembangkan motorik kasar khususnya aspek Keseimbangan melalui gerakan sholat Dhuha.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gerakan Sholat Dhuha dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar pada unsur keseimbangan anak usia 5-6 tahun?
2. Bagaimana tingkat keseimbangan anak usia dini sebelum menggunakan metode kegiatan gerakan sholat Dhuha?
3. Bagaimana tingkat keseimbangan anak usia dini sesudah menggunakan metode kegiatan gerakan sholat Dhuha?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang dilakukan peneliti adalah:

1. Untuk mengetahui kemampuan motorik kasar pada unsur keseimbangan, setelah melakukan gerakan sholat dhuha untuk anak usia dini usia 4-5 Tahun.
2. Untuk menjelaskan bagaimana tingkat keseimbangan anak usia dini sebelum menggunakan metode kegiatan gerakan sholat Dhuha?
3. Untuk menjelaskan bagaimana tingkat keseimbangan anak usia dini sesudah menggunakan metode kegiatan gerakan sholat Dhuha?

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sumbangan pada khasanah ilmu pengetahuan tentang Pengaruh Gerakan Sholat Dhuha dapat

Meningkatkan Motorik Kasar pada unsur keseimbangan Anak Usia 5-6 Tahun.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi guru; agar perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun melalui gerakan shalat dhuha diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan masukan bagi guru.
- b. Bagi anak; melalui penelitian ini diharapkan agar proses tumbuh kembang anak bisa terwujud secara optimal dan menjadikan acuan anak untuk melakukan shalat Dhuha.
- c. Bagi peneliti; agar dapat meningkatkan kemampuan peneliti untuk menambah wawasan dan pengetahuan yang baru dalam aspek fisik motorik anak.

