

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Anak merupakan potensi dan penerus suatu bangsa. Kualitas seorang anak ditentukan oleh pendidikan yang dimulai dari dasar. Anak yang diasuh dengan baik akan tumbuh dan berkembang dengan baik pula sesuai dengan harapan dan keinginan tetapi jika anak tidak diasuh dengan baik maka anak akan tumbuh dan berkembang tidak semestinya (Suherman, 2000)

Anak usia sekolah mengalami perkembangan biologis dimana anak tumbuh terus menerus, selain itu perkembangan kecerdasan pada periode ini amat jelas. Anak banyak menyerap ilmu melalui kegiatan belajar mengajar dan cakrawala dunianya juga semakin luas. Perkembangan konsep diri, ketrampilan membaca, menulis serta berhitung dan belajar menghargai sekolah juga terjadi pada periode ini (Steven, 1999).

Masalah mutu pendidikan terutama di sekolah dasar masih merupakan masalah pokok yang belum terselesaikan. Daya serap murid sekolah dasar hanya sekitar 50 % dari standar pengetahuan yang seharusnya mereka kuasai. Diperlukan upaya-upaya yang dapat meningkatkan kecerdasan siswa, salah satunya adalah meningkatkan kualitas otak. Otak berperan dalam menyimpan dan meningkatkan memori sehingga daya ingat seseorang semakin meningkat.

Kualitas otak manusia selain bergantung pada genetik, bergantung juga pada kualitas stimulus atau rangsangan lingkungan yang diterimanya, serta

sangat dipengaruhi pula oleh apa yang dipelajarinya. Peningkatan kualitas otak memerlukan stimulasi khusus karena stimulasi otak pada hakikatnya adalah proses pembelajaran yang berpengaruh pada kemampuan intelektual seseorang. Komponen intelektual secara *artificial* terdiri dari fungsi-fungsi bicara-bahasa; daya ingat, visuospasial, emosi dan kognisi (Kusumoputro, 1997).

Upaya optimalisasi sumber daya manusia tidak terlepas dari optimalisasi sumber daya otak. Kunci keberhasilannya adalah upaya peningkatan pembelajaran atau proses belajar-mengajar (Kusumoputro, 1997). Selain melalui pendidikan, pelatihan fungsi otak juga dapat dilakukan untuk mengoptimalkan fungsi otak, yaitu dengan cara senam otak (*brain gym*). Menurut para ahli, senam otak dapat membantu mengoptimalkan fungsi otak jika dilakukan dengan benar dan teratur. Proses tersebut dikatakan berhasil apabila seseorang dapat menerima informasi dan menyimpan dalam memori jangka panjang dan mengingatnya kembali jika diperlukan.

Pemahaman bagaimana otak belajar akan mendorong guru untuk berusaha mengoptimalkan fungsi otak. Sampai sekarang manusia belum maksimal dalam memakai otaknya. Sistem pendidikan yang berlaku saat ini hanya berfokus pada otak luar bagian kiri saja. Otak bagian kiri berperan dalam pemrosesan logika, kata-kata, matematika dan urutan yang dominan untuk pembelajaran akademis. Otak kanan yang berperan dalam hal-hal yang berhubungan dengan irama musik, gambar, dan imajinasi kreatif belum mendapat bagian secara proporsional untuk dikembangkan

sebagai pusat emosi yang berhubungan erat dengan sistem penyimpanan memori jangka panjang (Datin, 2006).

Menurut Mayza (2005), ada dua cara untuk memelihara dan menjaga kesehatan otak. Pertama, mempertahankan keutuhan struktur otak dengan cara melakukan olahraga. Kegiatan tersebut dapat memberikan suplai oksigen dan darah yang cukup ke seluruh tubuh. Kedua, pentingnya mengkonsumsi nutrisi seimbang dan sejauh mungkin menghindari penyebab penyakit yang terkait dengan gangguan otak. Berdasar hasil riset, berapapun usia seseorang, kemampuan otak belum terlambat untuk ditingkatkan, asalkan mengetahui bagaimana cara kerja otak. Salah satu bentuk olahraga yang mampu mengoptimalkan fungsi otak adalah dengan senam otak, gerakan pada senam ini dapat memperlancar aliran darah dari tubuh ke otak dan sebaliknya sehingga fungsi otak dapat optimal (Munir, 2003).

Senam otak mendorong keseimbangan aktivitas kedua belahan otak secara bersamaan, yaitu otak belahan kiri dan otak belahan kanan sehingga potensi kedua belahan otak akan seimbang dan kecerdasan anak akan menjadi maksimal. (Depkes RI, 2005).

Alasan peneliti memberikan senam otak pada anak usia sekolah umur 10-12 tahun karena senam otak sudah bisa diberikan pada anak usia tersebut. Pada usia 10-12 tahun, anak mulai bisa dituntun untuk melakukan gerakan-gerakan secara benar dan mampu mengikuti gerakan-gerakan yang dituntun

1. Bagaimana tujuan penelitian dapat tercapai?

Peneliti tertarik melakukan penelitian di SD Ambarketawang III karena berdasarkan survey pendahuluan, daya serap siswa hanya sekitar 64,97 %, sehingga perlu upaya untuk mengoptimalkan kemampuan siswa dalam kegiatan pembelajaran. Selain itu, siswa di tempat tersebut sangat kooperatif dan memberikan respon positif terhadap kegiatan senam otak yang peneliti berikan.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh senam otak terhadap daya ingat anak usia sekolah umur 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Ambarketawang III Gamping Sleman Yogyakarta.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “apakah senam otak berpengaruh terhadap daya ingat anak usia sekolah umur 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Ambarketawang III Gamping Sleman Yogyakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui pengaruh senam otak terhadap daya ingat anak usia sekolah umur 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Ambarketawang III Gamping Sleman Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Daya ingat anak usia sekolah umur 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Ambarketawang III Gamping Sleman Yogyakarta sebelum dan setelah dilakukan senam otak selama 2 minggu pada kelompok perlakuan.
- b. Daya ingat kelompok kontrol pada anak usia sekolah umur 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Ambarketawang III Gamping Sleman Yogyakarta saat test awal dan setelah 2 minggu kemudian.
- c. Perbedaan daya ingat kelompok perlakuan anak usia sekolah umur 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Ambarketawang III Gamping Sleman Yogyakarta sebelum dan setelah dilakukan terapi senam otak selama 2 minggu.
- d. Perbedaan daya ingat kelompok kontrol pada anak usia sekolah umur 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Ambarketawang III Gamping Sleman Yogyakarta saat test awal dan setelah 2 minggu kemudian.
- e. Perbedaan daya ingat pada anak usia sekolah umur 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Ambarketawang III Gamping Sleman Yogyakarta antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol setelah dilakukan *pre test* dan *post test*.

D. Manfaat Penelitian

1. Ilmu keperawatan

Sebagai alternatif dalam memberikan asuhan keperawatan pada anak usia sekolah yang mengalami gangguan kecerdasan dan ingatan dalam

2. **Institusi kesehatan**

Sebagai bahan pertimbangan untuk menentukan kebijakan dalam meningkatkan kesejahteraan dan kesehatan bagi anak usia sekolah.

3. **Institusi sekolah dasar**

Sebagai alternatif dalam meningkatkan prestasi siswa didik.

4. **Bagi anak usia sekolah**

Sebagai upaya untuk meningkatkan prestasi belajar dan status kesehatan.

5. **Bagi dunia penelitian**

Sumber pustaka untuk penelitian-penelitian selanjutnya.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. **Variabel**

Dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah senam otak dan variabel terikatnya adalah daya ingat anak usia sekolah umur 10-12 tahun.

2. **Responden**

Responden pada penelitian ini adalah anak usia sekolah baik laki-laki maupun perempuan yang berumur 10-12 tahun di SD Muhammadiyah Ambarketawang III Gamping Sleman Yogyakarta.

3. **Lokasi**

Penelitian ini dilaksanakan di SD Muhammadiyah Ambarketawang III Gamping Sleman Yogyakarta.

4. **Waktu**