

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Kata remaja merupakan terjemahan dari kata *adolesens* yang diartikan sebagai waktu dimana seorang individu melalui fase perkembangan dari masa anak-anak menuju ke dewasa. Menurut *World Health Organization* (WHO) remaja merupakan populasi pada rentang usia dari 10-19 tahun, pada usia 10-15 tahun remaja berada pada masa pertumbuhan yang cepat (*growth spurt*). Berdasarkan data dari BPS (Badan Pusat Statistik), persentase penduduk remaja di Indonesia sebanyak 64,92 juta jiwa pada tahun 2021 atau sekitar 23,90% dari jumlah total populasi Indonesia.

Berdasarkan jumlah populasi yang cukup besar tersebut, anak usia sekolah merupakan investasi dari suatu negara. Kualitas anak-anak hari ini akan menentukan kualitas masa depan dari suatu negara. Menurut Bidzan-bluma & Lipowska (2018); Leonardo *et al.*, (2021) tidak seperti beberapa dekade yang lalu, remaja sekarang menjadi pasif dalam melakukan aktivitas fisik sebagai dampak dari kemajuan teknologi. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) persentase jumlah penduduk Indonesia yang tidak berpartisipasi aktif dalam melakukan aktivitas fisik terjadi peningkatan di tahun 2018 dari 26,1% pada tahun 2013 menjadi sebesar 33,3% di tahun 2018 (Riskesdas, 2018).

*World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa kurangnya aktivitas fisik telah diartikan sebagai faktor resiko keempat yang mengakibatkan kematian sebesar 3,2 juta jiwa secara global setiap tahunnya. Aktivitas fisik memberikan dampak positif untuk memfasilitasi perkembangan kognitif, sosial, neurologis, dan fisiologis yang unik pada anak. Banyak studi meta-analisis yang meneliti aktivitas fisik dan hasil tes menunjukkan korelasi positif antara aktivitas fisik dan kinerja bahasa, matematika, membaca dan perilaku (Álvarez-Bueno *et al.*, 2017; Fernandes M. de Sousa *et al.*, 2019).

Mu'minah (2020) mengatakan perkembangan kognitif merupakan salah satu bagian penting dari proses terjadinya perkembangan peserta didik di sekolah,

karena hal tersebut berkaitan secara langsung dengan proses belajar. Menurut Krisnanda *et al.*, (2020) setiap individu memiliki fungsi kognitif meliputi fungsi orientasi, atensi, bahasa, memori, konstruksi, kalkulasi, dan penalaran. Atensi merupakan salah satu komponen pada fungsi kognitif. Konsentrasi yang jelas dan tajam pada salah satu dari banyaknya objek yang ada merupakan bagian dari atensi (Nurhasanah and Meiyanti, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ibis dan Aktug (2018) menemukan bahwa olahraga berperan dalam prestasi akademik anak, anak yang terlibat dalam olahraga dalam kategori defisit atensi mengalami lebih sedikit masalah defisit atensi dibandingkan dengan anak yang tidak aktif melakukan olahraga. Aktivitas fisik serta olahraga selama masa anak-anak dan masa remaja dapat menyebabkan peningkatan yang signifikan dalam konsentrasi dan perhatian, terutama pada perkembangan gerakan.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Korkmaz and Demir, 2021) pada 40 siswa menengah di Turki mendapatkan hasil bahwa anak dengan tingkat aktivitas fisik yang rendah lebih banyak mengalami defisit atensi. Sejauh ini masih terbatas penelitian mengenai aktivitas fisik serta hubungannya dengan fungsi kognitif terutama domain atensi. Berdasarkan dari latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka penelitian berjudul “Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Atensi pada Remaja” ini dilakukan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang permasalahan tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan atensi pada remaja?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan atensi pada remaja.

### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui karakteristik responden penelitian.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi aktivitas fisik pada remaja.
- c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi atensi pada remaja.
- d. Untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan atensi pada remaja.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Hasil dari penelitian ini semoga dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak, antara lain :

#### **I.4.1 Bagi Penulis**

Manfaat yang didapatkan oleh penulis yaitu sebagai bahan pembelajaran serta pengalaman dalam bidang penelitian seperti melakukan analisis dan identifikasi serta pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang fisioterapi yang telah dipelajari selama masa perkuliahan baik secara teori maupun praktik.

#### **I.4.2 Bagi Institusi Pendidikan**

Manfaat dari penelitian ini bagi institusi pendidikan yaitu dapat bermanfaat sebagai materi atau sumber untuk dapat dilakukannya penelitian yang lebih lanjut di bidang kesehatan terutama fisioterapi mengenai aktivitas fisik dan atensi pada remaja.

#### **I.4.3 Bagi Masyarakat**

Manfaat yang didapatkan oleh masyarakat umum adalah sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan ilmu pengetahuan masyarakat tentang aktivitas fisik dan atensi, terutama hubungan antara aktivitas fisik dengan atensi pada remaja.