

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Gerak adalah kegiatan sehari-hari yang dalam kehidupan manusia, baik sebagai tujuan maupun sebagai alat untuk mencapai tujuan dan memecahkan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Tujuan gerak yang ingin dicapai atau yang dinilai secara sederhana apabila gerak yang dilaksanakan merupakan objek yang ingin dicapai atau yang dinilai secara sederhana. Gerak adalah instrumen yang mendapatkan tujuan hampir pada seluruh aktivitas kehidupan manusia, yaitu gerak olahraga (Kiram 2019).

Brain Gym sudah ada sejak lama. Pada saat itu, itu hanya tersedia untuk orang dewasa. Pada tahun 2000-an, *Brain Gym* dikembangkan untuk membantu meningkatkan kecerdasan anak-anak di sekolah, dan juga untuk bayi. *Brain Gym* digunakan untuk anak-anak dengan hiperaktif, kerusakan otak, masalah dengan konsentrasi dan depresi. Tetapi seiring perkembangan setiap anak, itu dapat digunakan untuk tujuan yang berbeda. *Brain Gym* menjadi semakin populer di Amerika dan Eropa, karena dapat menghilangkan stres, menenangkan pikiran, dan meningkatkan daya ingat. (Muhammad 2011). Sebuah penelitian menemukan bahwa 78% anak laki-laki dan 63% anak perempuan menghabiskan waktu libur dari pekerjaan untuk melakukan aktivitas fisik (Aaron 2008). *Brain Gym* dapat membantu siswa menyegarkan kembali kondisi fisik dan mentalnya setelah menjalani proses pembelajaran yang membutuhkan konsentrasi tinggi dan dapat menyebabkan kelelahan otak.

Populasi anak masih terus bertambah, tetapi jumlah anak di dunia saat ini telah mencapai puncaknya. Pada tahun 1960, kami adalah 1 miliar anak di bawah usia 15 tahun dan kami merupakan 35% dari populasi dunia. Saat ini ada 1,9 miliar orang di dunia, tetapi mereka hanya merupakan 27% dari populasi dunia. (“World Population Prospects - Population Division - United Nations” n.d.). Anak – anak yang sehat harus memiliki progres dan perkembangan yang baik. Pada anak usia 7-

8 tahun memiliki koordinasi gerak yang belum maksimal. Usia 7 - 8 tahun adalah fase awal dimulai meningkatnya kemampuan keseimbangan dinamis pada anak - anak. peningkatan kordinasi dan keseimbangan memerlukan adanya latihan aktivitas fisik yang dapat merangsang komponen keseimbangan dinamis (Permana, 2013). Perkembangan kognitif dapat dicapai dengan berbagai rangsangan, termasuk baik dari orang tua maupun guru. Pertumbuhan dan perkembangan anak dapat dibantu melalui senam otak. Senam otak dapat membantu merangsang perkembangan kognitif pada anak sekolah, dengan mengaktifkan energi positif. Oleh karena hal itu sebagai peneliti saya tertarik untuk meneliti *brain gym* terhadap peningkatan koordinasi gerak pada anak usia sekolah dasar dari umur 7 sampai 8 tahun. Karena para peneliti telah menemukan suatu penelitian peningkatan koordinasi gerak yang ditujukan untuk lansia, oleh karena itu saya tertarik untuk meneliti peningkatan koordinasi gerak pada anak usia 7 sampai 8 tahun.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah penelitian ini yaitu “apakah ada hubungan antara *brain gym* dengan koordinasi gerak ekuilibrium pada anak 7-8 tahun?”.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Khusus

Untuk mengetahui Pengaruh *Brain Gym* terhadap Koordinasi Gerak Ekuilibrium pada anak 7 – 8 tahun.

I.3.2 Tujuan Umum

- a. Untuk mengidentifikasi *Brain Gym* pada anak 7-8 tahun di SD Muhammadiyah 4 Depok
- b. Untuk mengidentifikasi Koordinasi Gerak Ekuilibrium pada anak 7-8 tahun di SD Muhammadiyah 4 Depok

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Bagi Penulis

Untuk menambah wawasan dan kemampuan dalam meneliti, menganalisa, menyusun, dan meningkatkan pemahaman pada penelitian mengenai *Brain Gym* terhadap Koordinasi Gerak Ekuilibrimum pada anak 7 – 8 tahun.

II.4.2 Manfaat Bagi Institusi

Untuk membantu dalam perkembangan ilmu pengetahuan, menganalisa dan identifikasi masalah. Menjadi salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga UPN Veteran Jakarta.

I.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Untuk menjadikan penelitian ini sebagai media informasi dan wawasan bagi masyarakat mengenai hasil dari inti penelitian mengenai peningkatan koordinasi gerak ekuilibrimum pada anak 7 – 8 tahun.