

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Perkembangan anak usia 4-5 tahun, akan berkembang dengan sangat optimal, dimana pada usia tersebut aspek kognitif, fisik, motorik, dan psikososial seorang anak berkembang sangat baik, sehingga dibutuhkan stimulus dan perhatian yang lebih serius, agar anak dapat berkembang lebih cepat dan terarah. Perkembangan ini disebut juga masa keemasan atau *golden age*, karena pada masa ini semua yang ada di tubuh akan berkembang dengan baik (Samosir, 2018).

Terkadang perkembangan kognitif anak akan mengalami gangguan atau mengalami keterlambatan perkembangan yang terjadi pada masa keemasan, beberapa masalah dalam kognitif antara lain kemampuan transformasi, kemampuan *reversibility*, kemampuan klasifikasi, dan kemampuan hubungan asimetris (Wulandari dkk, 2018). Masa pandemi *covid-19* peran orang tua dalam perkembangan belajar anak, lebih harus ditingkatkan pada saat di rumah, karena pada masa pandemi *Covid-19*, anak akan setiap hari berada di rumah, dan orang tua yang akan menggantikan guru yang biasa mengajar di sekolah, sehingga stimulus untuk perkembangan anak, yang didapatkan di bangku sekolah harus diberikan di rumah dengan bantuan kedua orang tua (Anhusadar dan Islamiyah, 2020). Alternatif yang bisa dilakukan yaitu dengan *brain gym* dan aktivitas fungsional rekreasi berupa bermain *puzzle* yang berguna untuk meningkatkan kognitif pada anak.

*Brain gym* dapat dilakukan orang tua bersama anak, karena gerakan *brain gym* berguna untuk merangsang peningkatan kognitif anak, dan *brain gym* dapat menstimulasi otak agar otak bekerja menjadi lebih cepat dan maksimal (Setyanti dkk, 2019). Gerakan-gerakan *brain gym* sangat ringan seperti olah tangan dan kaki yang dapat memberikan stimulasi ke otak. Stimulasi itulah yang akan meningkatkan perkembangan kognitif anak (Wiradnyana dan Surasena, 2020). *Brain gym* bukan hanya sangat mudah, bahkan latihan ini tidak memerlukan biaya yang mahal dan dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja.

Aktivitas fungsional rekreasi (AFR) berupa bermain *puzzle* di kombinasi dengan *brain gym* kegiatan sangat efektif dilakukan di masa pandemi covid-19, karena latihan ini mampu mempengaruhi perkembangan kognitif, terapi ini memberikan informasi, memberi kesenangan maupun mengembangkan imajinasi pada anak (Samosir, 2018). Saat pandemi seperti ini, aktivitas fungsional rekreasi sangat cocok dilakukan saat dirumah, karena saat perkembangan anak usia 4-5 tahun sangat baik, harusnya perkembangan kognitif diasah di bangku sekolah harus diganti dirumah. Hal-hal yang bermanfaat dan menyenangkan untuk perkembangan anak pada usia 4-5 tahun, contohnya menyusun *puzzle*, karena *puzzle* salah satu alternatif yang dapat meningkatkan kognitif anak (Wulandari dkk, 2018). Aktivitas fungsional rekreasi bukan hanya berkutik di lingkungan luar atau tempat rekreasi, akan tetapi juga bisa kita lakukan dirumah pada masa pandemi *covid-19* seperti saat ini.

Masa pandemi *covid-19* orang tua akan lebih berperan untuk mengajari anaknya saat belajar, karena pada masa ini seharusnya anak mendapatkan stimulus di bangku sekolah akan tetapi harus digantikan di rumah. Kurangnya pengetahuan orang tua tentang latihan meningkatkan kognitif anak, dapat menjadi salah satu alasan untuk penulis membuat sebuah keluaran atau hasil suatu media edukasi yaitu Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) berupa *booklet*, mengapa penulis memilih media *booklet*, karena dari penelitian sebelumnya, belum terdapat hasil atau keluaran yang sama tentang *booklet* dengan judul “Manfaat *Brain Gym* dan Aktivitas Fungsional Rekreasi (AFR) untuk Meningkatkan Kognitif pada Anak Usia 4-5 Tahun di Era Pandemi *Covid-19*”, belum semua orang tau tentang *booklet* dan *booklet* sangat mudah untuk dipahami.

Sasaran dari luaran ini yaitu orang tua, diharapkan dari luaran ini dapat menjadi panduan bagi orang tua untuk meningkatkan fungsi sistem kognitif anak pada usia keemasannya dan anak merasa tidak bosan berada dirumah. Tujuan dari keluaran ini untuk menambah informasi dan pengetahuan kepada orang tua tentang pentingnya *brain gym* dan aktivitas fungsional rekreasi berupa *puzzle* untuk meningkatkan kognitif pada anak Manfaat dari luaran ini, khususnya orang tua diharapkan dapat mendampingi anaknya untuk dalam melakukan latihan *brain gym* dan aktivitas

fungsional rekreasi *booklet* dapat digunakan sebagai buku panduan tentang cara meningkatkan kognitif anak menggunakan metode *brain gym* dan aktivitas fungsional rekreasi berupa *puzzle* secara baik dan benar.