

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Masa kanak-kanak yaitu usia 6-12 tahun adalah masa peralihan dari pra-sekolah ke masa sekolah dasar (SD). Pada masa ini terjadi proses pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Kemampuan motorik sedang diasah melalui kegiatan-kegiatan seperti menulis, melukis, permainan, dan olahraga. Kecerdasan emosional dan intelektual juga sedang berkembang sebagai hasil dari pembelajaran di sekolah, pola asuh orang tua dan pengaruh lingkungan. Periode ini merupakan masa yang sangat penting untuk pembentukan seorang anak ke depannya. Pertumbuhan dan perkembangan yang baik akan menjadikan anak sebagai individu yang matang, baik secara karakter maupun fisik.

Menurut survei yang dilakukan kepada 100 orang tua kalangan menengah dan menengah atas yang memiliki anak berusia 6-12 tahun, terungkap bahwa aktivitas yang paling banyak dilakukan anak di rumah dengan persentase 75% adalah menonton TV dan sebagian besar orangtua juga melakukan aktivitas serupa. Pada masa anak-anak berusia 6-12 tahun, menonton televisi dapat menjadi salah satu media yang mendidik dan menghibur, namun terlalu banyak menonton televisi akan mengakibatkan otak menjadi pasif dan perkembangan motorik anak terhambat. Frekuensi olahraga yang sangat sedikit dan bahkan tidak pernah dapat mengakibatkan energi berlebih dalam tubuh anak sehingga anak menjadi hiperaktif dan gemuk. Ahli psikologi anak, Maria Yuni Megarini, M.Si., Psik mengatakan bahwa tayangan televisi yang dinamis dapat menyebabkan kemampuan anak untuk diam dalam berkonsentrasi untuk belajar menjadi berkurang sehingga dapat menurunkan prestasi anak di sekolah. Dalam hal ini pola asuh orang tua memang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anaknya. Oleh sebab itu dibutuhkan ketelitian para orang tua agar tidak salah dalam memberikan teladan.

Usia 6-12 tahun merupakan usia yang sangat rentan terhadap gangguan pertumbuhan dan perkembangan. Faktor-faktor yang dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak ada dimana-mana. Oleh sebab itu anak membutuhkan aktivitas yang dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangannya ke arah yang lebih baik. Yoga anak merupakan sebuah aktivitas olahraga yang meningkatkan kelenturan, keseimbangan dan kekuatan otot sehingga membantu fisik anak bertumbuh dengan baik. Di sisi lain, yoga juga dilakukan dengan penuh ketenangan dan fokus sehingga memiliki banyak sekali manfaat untuk mental anak.

Yoga anak sudah banyak dilakukan di luar negeri seperti California, New York, Canada, dan negara-negara lainnya, sedangkan di Indonesia masih banyak yang belum mengetahui tentang yoga anak. Dari 100 responden orang tua yang memiliki anak berusia 6-12 tahun, 82% dari anak mereka tidak pernah mengikuti yoga. Fakta tersebut sangat disayangkan karena yoga anak merupakan suatu latihan yang sangat baik untuk fisik dan mental anak. Oleh karena itu, melalui perancangan kampanye “Kids Yoga With Mom” akan disampaikan kepada masyarakat terutama ibu-ibu yang memiliki anak berusia 6-12 tahun tentang manfaat yoga anak dan agar melakukan yoga anak bersama anak di rumah.

## **1.2 Permasalahan dan Ruang Lingkup**

### **1.2.1 Rumusan masalah**

Berdasarkan data dan fakta yang telah dikemukakan, permasalahan yang muncul adalah :

1. Bagaimana merancang strategi kampanye yang efektif untuk menyampaikan kepada masyarakat tentang pentingnya yoga untuk anak-anak agar ibu-ibu melakukan yoga anak bersama anaknya di rumah.

### **1.2.2 Ruang lingkup masalah**

Agar permasalahan lebih jelas dan terarah, berdasarkan permasalahan diatas penulis membatasi permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Ibu-ibu berusia 29 - 45 tahun, kalangan menengah dan menengah atas yang memiliki waktu luang dan suka bersosialisasi.
2. Batasan usia anak 6-12 tahun.
3. Lokasi kampanye dilakukan di Kota Bandung.

### **1.3 Tujuan Perancangan**

Berdasarkan pokok-pokok persoalan yang telah dirumuskan dalam rumusan masalah, berikut ini akan dipaparkan secara garis besar hasil yang ingin diperoleh setelah masalah dibahas dan dipecahkan, yaitu sebagai berikut :

1. Ibu-ibu mengetahui bahwa yoga anak bermanfaat untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak dan melakukan yoga anak bersama anaknya secara rutin.

### **1.4 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data**

Sumber dan teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan :

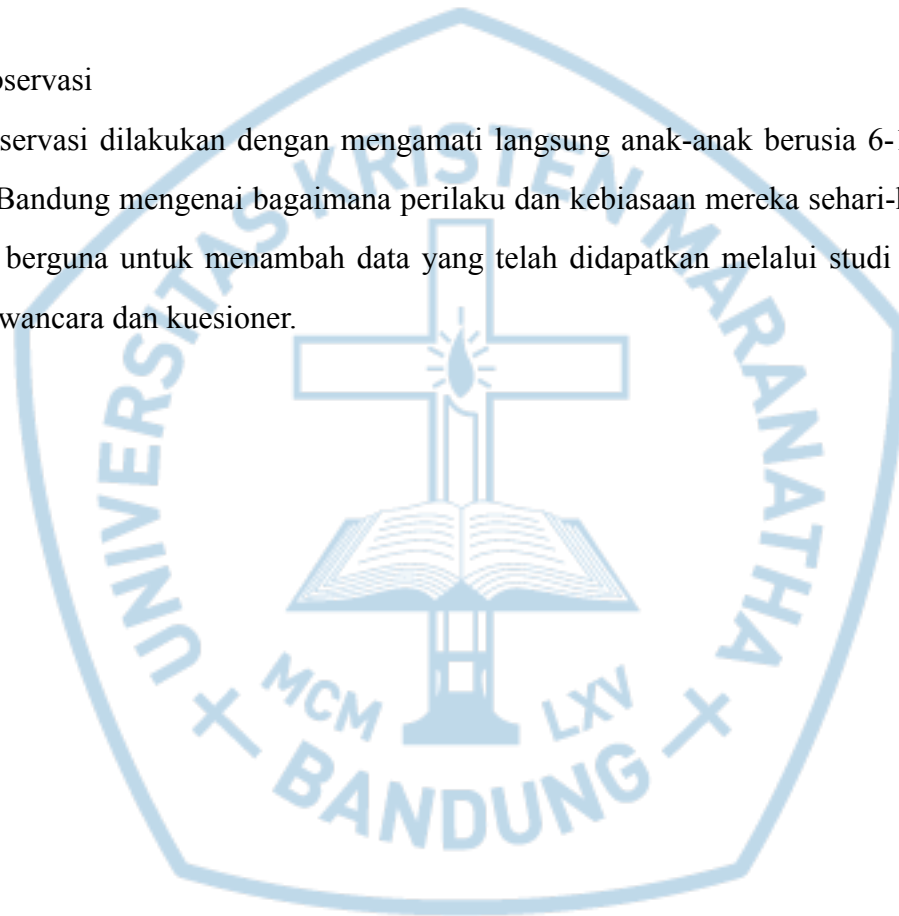
1. Studi pustaka, yaitu mengumpulkan data-data tentang kampanye, psikologi anak, dan yoga anak melalui buku dan internet, untuk mengetahui lebih dalam mengenai bagaimana merancang kampanye yang efektif, perkembangan anak serta manfaat yoga anak dari sudut pandang literatur.
2. Wawancara
  - a. Dosen di Fakultas Psikologi Maranatha, Ibu Maria Yuni Megarini, M. Si, Psik. Penulis melakukan wawancara untuk mengetahui tentang psikologi anak, terutama anak-anak berusia 6-12 tahun, mengenai masalah yang dihadapi, pertumbuhan dan perkembangannya serta kecenderungan perilaku anak-anak.
  - b. Olva Patriani, instruktur yoga anak. Penulis melakukan wawancara untuk mengetahui tentang yoga anak, manfaat serta perkembangannya di Indonesia.

### 3. Kuesioner

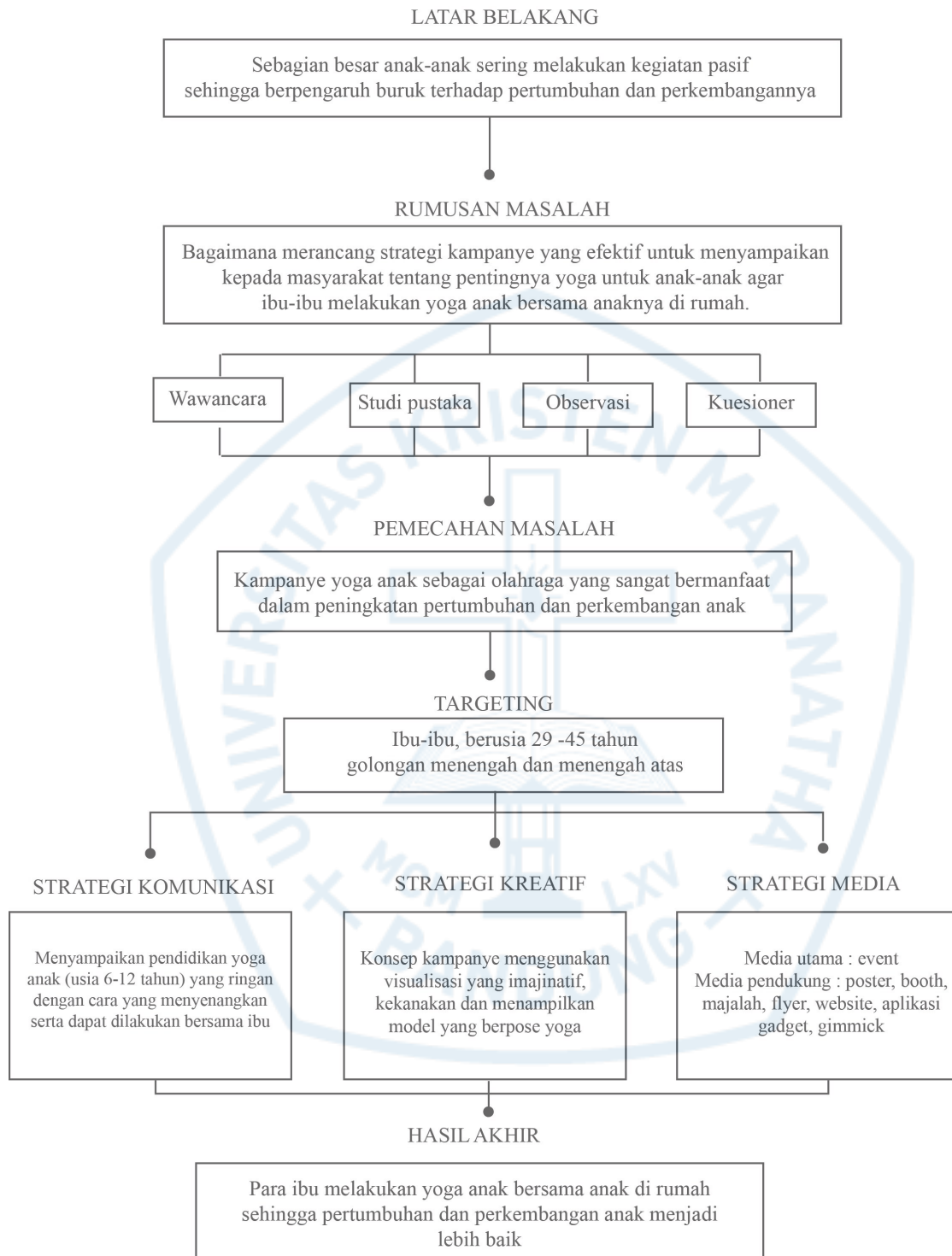
Penulis menyebarkan kepada 100 orang tua dengan rentang usia 29 - 45 tahun yang memiliki anak berusia 6-12 tahun. Ruang lingkup responden adalah di SD Trimulia dan facebook. Penulis menyebarkan kuesioner dengan tujuan untuk mengetahui fakta yang terjadi di lingkungan sasaran kampanye, pemilihan media yang tepat, cara komunikasi dan visualisasi agar penulis dapat merancang sebuah kampanye yang efektif dan tepat sasaran.

### 4. Observasi

Observasi dilakukan dengan mengamati langsung anak-anak berusia 6-12 tahun di Bandung mengenai bagaimana perilaku dan kebiasaan mereka sehari-hari. Hal ini berguna untuk menambah data yang telah didapatkan melalui studi pustaka, wawancara dan kuesioner.



## 1.5 Skema Perancangan



Gambar 1.1 Skema Perancangan Kampanye  
(Sumber : Hasil Karya Penulis)