

**STUDI QUASI-EKSPERIMENTAL MENGENAI PENGARUH KEGIATAN  
EQUESTRIAN (BERKUDA) TERHADAP OPTIMALISASI *SELECTIVE ATTENTION*  
PADA ANAK USIA MADIA (6-11 TAHUN) YANG MENGIKUTI LATIHAN BERKUDA  
DI *STABLE* BALA TURANGGA**

Tiffany Saraswati

**ABSTRAK**

Pada anak usia madia (6-11 tahun) atensinya sudah menjadi lebih selektif secara perkembangan kognitif (Berk, 2008). Atensi yang lebih selektif ini selanjutnya disebut sebagai *selective attention*. *Selective attention* menurut Matlin (2005) ketika seseorang memerhatikan pada apa yang ia kerjakan dan hanya memilih informasi/stimulus yang relevan dengan tugasnya, maka kemungkinan ia berhasil menyelesaikan tugasnya dapat lebih besar. Hal ini akan membantu anak untuk memenuhi tuntutan dan karakteristik anak sekolah dimana jika hal tersebut terpenuhi maka akan membantu memenuhi salah satu tugas perkembangan anak usia madia yaitu anak belajar keterampilan dasar yang dibutuhkan anak sekolah (Duvall, 1956). Permasalahannya adalah anak usia madia ketika proses belajar berlangsung masih mudah terdistraksi. Untuk dapat mengatasi kesenjangan ini, maka *selective attention* pada anak akan di optimalisasi dengan berkuda (*equestrian*). Berdasarkan artikel *Focused Riding: The Seldom-Taught Riding Skill* oleh Nancy W. Sterret, Atensi dapat meningkatkan dan ditingkatkan dengan kegiatan berkuda. Dalam berkuda, penunggang harus dapat menjaga keseimbangannya agar dapat mengendalikan kuda dengan baik sehingga penunggang perlu memusatkan perhatiannya terhadap aktifitas menunggang. Subjek dalam penelitian ini adalah 2 orang member *stable* Bala Turangga. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *quasi*-eksperimental. Alat ukur yang digunakan terdiri dari video, *slideshow*, cerita pendek, dan pemetaan. dibuat melalui pendekatan kognitif berdasarkan teori atensi khususnya tentang *Selective attention* dari Matlin (2005). Yang diukur adalah 2 dimensi dari *selective attention* yaitu *visual task* dan *auditory task*. Hasil penelitian menunjukkan terjadi peningkatan disetiap treatment pada item yang diukur. sehingga *selective attention* dapat dioptimalisasi dengan kegiatan berkuda.

**Kata kunci:** Anak Usia Madia, *Selective attention*, *Equestrian* (berkuda)

## PENDAHULUAN

Anak usia madia (6-11 tahun) disebut juga sebagai anak usia sekolah dasar karena pada usia ini anak mulai bersekolah dan anak menguasai keterampilan dasar membaca, menulis, dan aritmatika (Santrock, 2009: 16). Sekolah Dasar sebagai pendidikan formal tentu memiliki karakteristik dan tuntutan tersendiri yang harus dipenuhi agar anak dapat memenuhi tugas perkembangannya. Salah satu karakteristik dan tuntutan tersebut yaitu dalam bidang akademik anak harus bisa berkonsentrasi untuk menerima materi pelajaran dan mengembangkan metode untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan padanya, hal ini sejalan untuk membantu memenuhi salah satu tugas perkembangan anak menurut Duvall (1956) anak belajar keterampilan dasar yang dibutuhkan anak sekolah.

Tugas perkembangan terpenuhi dengan melaksanakan karakteristik dan tuntutan sekolah dasar dapat dipahami melalui pendekatan kognitif, khususnya dengan teori *information processing*. *Information-processing* yang efektif melibatkan *attention*, *memory*, dan *thinking* (Santrock, 2009). Pada anak usia madia *attention* dan *memory* menjadi pusat perhatian karena mendasari setiap tindakan kognisi (Berk, 2008). Berk (2008) juga mengatakan bahwa nantinya kita dapat mengetahui bagaimana proses informasi anak diterapkan untuk pembelajaran akademik mereka.

Agar anak bisa memenuhi tugas-tugasnya anak harus dapat atensi terlebih dahulu terhadap stimulus yang diberikan agar selanjutnya anak dapat memproses stimulus yang diterima, sehingga kemudian anak menyelesaikan tugasnya dengan baik dengan memberikan respon yang tepat. Hal tersebut sejalan dengan tuntutan dan karakteristik sekolah dasar dimana anak harus bisa berkonsentrasi untuk menerima materi pelajaran dan mengembangkan metode untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan padanya. Dikatakan sejalan karena peneliti mengasumsikan karakteristik dan tuntutan tersebut dimaksudkan jika anak dapat berkonsentrasi menerima materi pelajaran maka anak dapat menyelesaikan tugasnya yang mana nantinya anak juga dapat mengembangkan metode untuk menyelesaikan tugas yang diberikan padanya. Konsentrasi sendiri adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian (Atensi) kepada tugas dengan tidak terganggu/terpengaruhi oleh stimuli yang bersifat internal maupun eksternal (Schmid, Paper, Wilson, 2001. Dalam Matlin,2005:69)

Pada periode ini atensi anak menjadi lebih selektif (*selective attention*). Dalam artian anak dapat dengan sengaja menghadiri hanya aspek-aspek dari situasi yang relevan dengan

tujuan tugas mereka (Berk, 2008). Supaya anak dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik maka anak harus lebih selektif. Karena menurut Matlin (2005) Ketika seseorang memerhatikan pada apa yang ia kerjakan dan hanya memilih informasi/stimulus yang relevan dengan tugasnya maka kemungkinan ia berhasil menyelesaikan tugasnya dapat lebih besar.

Permasalahannya anak masih mudah terdistraksi ketika proses belajar berlangsung di sekolah. Peneliti melihat bahwa anak mudah terdistraksi ketika guru menyuruh mereka untuk menyelesaikan tugas yang diberikan. Menit-menit pertama anak-anak terlihat masih serius mengerjakan tugas tersebut dengan pandangan melihat buku atau papan tulis dan menyalin soal. Namun, saat ada salah satu anak mengajak ngobrol atau menanyakan sesuatu ke teman sebangku/teman disebelah bangku maka anak-anak tersebut akan mulai ribut. Hal ini menghasilkan efek riak dimana ketika satu ribut maka teman-temannya yang lain mulai ikut ribut atau bahkan menjahili teman dibelakang/depannya, selain itu ada anak akan berjalan-jalan ke bangku temannya yang lain. Akhirnya ketika guru meminta anak-anak untuk mengumpulkan tugasnya anak-anak mengeluh belum beres atau tergesa-gesa membereskan tugasnya dengan melihat hasil temannya yang sudah beres menyelesaikan. Beberapa anak yang sudah beres menyelesaikan tugas tersebut adalah anak-anak yang mengabaikan teman-temannya yang ribut bahkan menyuruh diam teman yang ribut atau mengganggu dia dan berusaha mengerjakan tugas yang diberikan guru sampai selesai, hanya sesekali saja anak tersebut akan teralih perhatiannya karena teman yang meminjam penghapus/pensil warna.

Dapat kita lihat bagaimana peran *selective attention* bekerja pada anak yang menyelesaikan tugasnya. Tetapi kita juga melihat bagaimana *selective attention* sebagai tahap dalam atensi bagi anak usia madia belum bekerja optimal karena masih banyak anak yang mudah terdistraksi ketika seharusnya ia sudah lebih selektif. Kesenjangan ini harus diminimalisir, agar anak selanjutnya dapat memenuhi tuntutan dan karakteristik sekolah dasar yang nantinya berpengaruh terhadap pemenuhan tugas perkembangannya.

Hal tersebut dapat diminimalisir dengan kegiatan berkuda untuk mengoptimalisasi *selective attention*. Berdasarkan artikel *Focused Riding: The Seldom-Taught Riding Skill* oleh Nancy W. Sterret, Atensi dapat meningkatkan dan ditingkatkan dengan kegiatan menunggang kuda (*equestrian*). Sesuai dengan teori neurology yaitu adanya *biofeedback* antara kolom-dorsal (membawa informasi sentuhan dan propriosepsi) dan nukleus posterior ventral (pusat atensi) maka akan memberikan timbal balik berupa penguatan dimana teknik berkuda semakin baik maka *selective attention*-nya akan semakin baik pula. Juga karena dengan

menjaga keseimbangan penunggang dapat memusatkan atensinya karena penunggang harus menjaga posisi tubuhnya tetap tegap dan bagian pinggul bergerak mengikuti irama kuda, dengan posisi tersebut memungkinkan penunggang bergerak dengan mudah untuk mengendalikan kuda dan fokus/atensi terhadap aktifitas menunggang sehingga *selective attention*-nya terlatih.

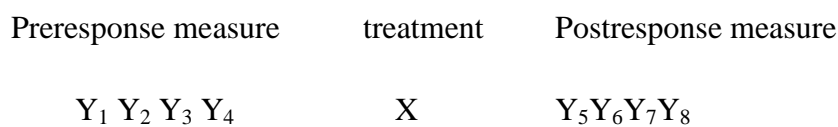
Oleh karena penelitian dilakukan untuk mengetahui apakah *equestrian* (berkuda) dapat mengoptimisasi *selective attention* pada anak usia madia agar anak usia madia dapat menyelesaikan tahap perkembangannya sesuai dengan konsep teori perkembangan.

### **METODE PENELITIAN**

Rancangan penelitian optimalisasi *Selective Attention* pada anak usia madia (6-11 tahun) yang mengikuti kegiatan berkuda (*equestrian*) ini menggunakan pendekatan eksperimental adalah suatu pendekatan kuantitatif yang dirancang untuk menemukan efek dari penyebab yang diduga. Ciri utama dari pendekatan ini adalah satu hal dengan sengaja di variasikan untuk melihat apa yang terjadi pada sesuatu hal yang lain, atau menemukan efek dari penyebab yang diduga (Christensen,2006)

Peneliti menggunakan Metode quasi-eksperimental dimana desain eksperimental yang tidak memenuhi semua persyaratan yang diperlukan untuk mengendalikan pengaruh *extraneous variables*. Desain yang digunakan adalah *interrupted time-series*, dimana efek treatment diukur dengan membandingkan pola dari hasil sebelum dan sesudah treatment (*pre-posttest*) pada satu kelompok penelitian (Christensen, Larry B., *Experimental Methodology 10<sup>th</sup> ed.* P 342)

#### **Bagan 1.1**



Y: responden X: treatment=*equestrian*

#### **Responden**

Subjek penelitian ini adalah anak usia madia (6-11 tahun) yang merupakan *member* (anggota) *Stable* Bala Turangga dan aktif dalam latihan berkuda. Teknik pengambilan subjek penelitian yang digunakan adalah sensus sampling (sampling

jenuh) yakni suatu teknik pengambilan sample dimana seluruh anggota populasi digunakan dalam penelitian ini (Sugiono, 2006)

### Treatment

Terdiri dari 4 komponen utama yaitu:

1. Bagaimana penunggang mengendalikan kuda dengan memberikan pertolongan (*aids*) seperti menggerakkan tangan selanjutnya disebut sebagai pertolongan kendali (*rein aids*), memberikan tekanan dari kaki selanjutnya disebut pertolongan kaki (*leg aids*), cara duduk: duduk ringan (*rising trot*) atau duduk berat (*sitting trot*) yang selanjutnya disebut pertolongan beban (*weight aids*), dan koordinasi pertolongan tersebut.
2. *Basic gaits* (laju/ kecepatan langkah kuda) yaitu:
  - *Walk*, empat beat/ketukan dengan langkah kaki mengikuti satu sama lain,
  - *Trot*, dua beat/ketukan dimana pasangan kaki diagonal bergerak secara bersamaan diikuti dengan momen suspensi/menggantung,
  - dan *canter*, tiga beat/ketukan dimana strike kaki belakang diikuti oleh kaki depan yang berlawanan dan diagonal kemudian kaki depan berlawanan (kaki depan) diikuti oleh momen suspensi.
3. *The paces* (langkah kuda),
  - *Collect*, dimana kuda diberikan *contact* (kontak/kombinasi *aids*) dengan kepala kuda diambil agar posisi leher kuda melengkung keatas dan moncong kuda menghadap kesisi dalam tubuhnya. Hal ini agar kuda “*on the bit*” walau langkahnya pendek namun kuda mempertahankan ritmenya dalam melakukan gerakan-gerakan.
  - *working*, lajunya antara *collect* dan *medium gait*. Menunjukkan keseimbangan yang tepat, kuda tetap pada bit (*on the bit*) dan bergerak maju dengan langkah-langkah yang bahkan elastis.
  - *medium*, lajunya antara *working* dan *extension* pada trot dan canter. Atau antara collect dan extended walk menunjukkan langkah cukup diperpanjang dengan dorongan dari kuartal belakang.
  - *extension*, kuda mencakup sebisa mungkin dengan *gait* yang diberikan, sehingga menunjukkan dorongan yang lebih besar dari kuartal belakang.

- dan *free walk*, menunjukkan langkah panjang, punggung yang rileks dan leher yang direndahkan dan peregangan pada kepala. Hal ini dapat dikendalikan dengan sedikit atau tidak ada *contact*.
4. Transisi yaitu perubahan atau peralihan laju kuda. Terdiri dari *walk-halt* (berhenti)-*walk*, *trot-halt-trot*, *trot-walk-trot*.

### Pengukuran

Alat ukur yang akan digunakan merupakan alat simulasi yang dibuat melalui pendekatan kognitif berdasarkan teori atensi khususnya tentang *Selective attention* dari Matlin (2005). Berdasarkan teori tersebut terdapat 2 kategori dasar/dimensi dari *Selective attention* yang akan diukur yaitu *visual task* dan *auditory task*. Alat tes terdiri dari 3 video, 1 *slideshow*, 1 cerita pendek, 1 pemetaan. Masing-masing item akan diukur dengan berapa jumlah jawaban benar yang responden jawab dari total jawaban benar yang seharusnya.

## **HASIL**

1. Berdasarkan hasil penelitian didapat bahwa terjadi peningkatan *selective attention* pada setiap responden. Dari hasil tersebut maka sejalan dengan teori dimana penunggang akan mengalami peningkatan ketika ia berkuda. Hal ini juga dikarenakan treatment yang diberikan tingkat kesulitannya semakin meningkat dan responden menjalaninya dengan baik, sehingga *selective attention* pun menjadi terlatih dan mengalami peningkatan. Sesuai dengan teori neurology yaitu adanya *biofeedback* antara kolom-dorsal (membawa informasi sentuhan dan proprioepsi) dan nukleus posterior ventral (pusat atensi) maka akan memberikan timbal balik berupa penguatan dimana teknik berkuda semakin baik maka *selective attention*-nya akan semakin baik pula. Juga karena dengan menjaga keseimbangan penunggang dapat memusatkan atensinya karena penunggang harus menjaga posisi tubuhnya tetap tegap dan bagian pinggul bergerak mengikuti irama kuda, dengan posisi tersebut memungkinkan penunggang bergerak dengan mudah untuk mengendalikan kuda dan fokus/atensi terhadap aktifitas menunggang sehingga *selective attention*-nya terlatih.

2. Responden mengalami peningkatan bukan disebabkan hal lain (*extraneous variable : history*) yang memengaruhi *selective attention*. Karena responden berkuda atas kemauannya sendiri dan bukan atas saran psikolog atau ahli saraf. Mereka senang dengan kuda dan berkuda. Orang tua pun merasakan perubahan yang lebih baik setelah responden berkuda. Terutama dalam akademiknya.

## DAFTAR PUSTAKA

### Referensi Buku :

- Berk, Laura E. (2008). *Infants, Children, and Adolescents 6<sup>th</sup>Ed.* USA: Pearson Education , Inc.
- Christensen, Larry B. (2007). *Experimental Methodology 10<sup>th</sup>ed.* USA: Pearson Education, Inc.
- Cox, Richard H (2002). *Sport Psychology: Concepts and Application 5<sup>th</sup>ed.* NewYork: McGraw-Hill Companies.
- Duvall, Evelyn Millis. 1906. *Marriage and Family Development 5<sup>th</sup> edition.* USA: J. B. Lippincott Company Philadelphia.
- Matlin, Margaret W. (2005). *Cognition 6<sup>th</sup>Ed.* USA: John Wiley & Sons, Inc.
- Pinel, John P.J. (2009). *Biopsikologi Ed.7.* (Diterjemahkan oleh: Drs. Helly Prajitno Soetjipto, M.A, dan Drs. Sri Mulyantini Soetjipto). Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Santrock, John W. (2009). *Child Development 12<sup>th</sup>Ed.* New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia Dalam Jaringan. Tersedia di <http://bahasa.kemdiknas.go.id/kbbi/index.php>

### Referensi Alat Tes :

Frischer, Garri (2011). *Selective Attention Test*. Tersedia di <http://www.youtube.com/watch?v=dbjPnXaacAU> pada 20 Mei 2014 pukul 19.30 WIB

Simons, Daniel (2010). *Selective Attention Test*. Tersedia di <http://www.youtube.com/watch?v=vJG698U2Mvo> Diakses pada 20 Mei 2014 pukul 19.21 WIB

Feross org. *Selective Attention Test*. Tersedia di <http://feross.org/hacks/selective-attention-test/> Diakses pada 20 Mei 2014 pukul 22.21 WIB

### **Referensi Artikel :**

Manor, Meredith. *Focused Riding*. Tersedia di <http://www.meredithmanor.edu/features/articles/nancy/focused-riding.asp> Diakses pada 10 February 2014 pukul 09.00 WIB

Manor, Meredith. *Riding Dressage*. Tersedia di [http://www.meredithmanor.edu/about/courses/riding\\_dressage.asp](http://www.meredithmanor.edu/about/courses/riding_dressage.asp) Diakses pada 14 Mei 2014 pukul 22.00 WIB

Manor, Meredith. *Riding Theory*. Tersedia di [http://www.meredithmanor.edu/about/courses/riding\\_theory.asp#Dressage](http://www.meredithmanor.edu/about/courses/riding_theory.asp#Dressage) Diakses pada 14 Mei 2014 pukul 22.35 WIB

Meredith, Faith. *Understanding Weight Aids*. Tersedia di [http://www.meredithmanor.edu/features/articles/faith/weight\\_aids.asp](http://www.meredithmanor.edu/features/articles/faith/weight_aids.asp) Diakses pada 15 Agustus 2014 pukul 09.32 WIB

Anonim. *Benefits Of Horse Riding*. Lifestyle Lounge. Tersedia di <http://lifestyle.iloveindia.com/lounge/benefits-of-horse-riding-9923.html> Diakses pada 10 February 2014 pukul 09.11 WIB

Anonim. *Equine Therapy for Autistic and Asperger's Syndrome Kids*. Aspen Education Group. Tersedia di <http://aspneducation.crchealth.com/articles/article-equine-aspergers-autism/> Diakses pada 10 February 2014 pukul 11.15 WIB



Blocksdorf, Katherine. *The Definition Of Equestrian*. About Home. Tersedia di [http://horses.about.com/od/glossaryofhorsetermse/g/equestrian\\_definition.htm](http://horses.about.com/od/glossaryofhorsetermse/g/equestrian_definition.htm)

Diakses pada 1 April 2014 pukul 21.34 WIB

Anonim. *Dressage Glossary of Terms*. Tersedia di <http://www.dressage-academy.com/dressage-glossary.php> Diakses pada 1 April 2014 pukul 21.40 WIB

Abidin, Fitri A. (2014). *Hot Issue: Tes Kematangan Masuk SD (Part two)*. Tersedia di <http://fitriariyanti.wordpress.com/2014/03/23/hot-issue-test-kematangan-masuk-sd-part-two/> Diakses pada 8 April 2014 Pukul 22.45 WIB