

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tubuh memang memerlukan keseimbangan dalam kehidupan. Selain keseimbangan fisik manusia juga memerlukan keseimbangan jiwa. Keseimbangan tubuh anak sangat diperlukan untuk menguasai gerakan motorik kasar. Tubuh perlu dilatih agar indera-indera terstimulasi untuk membantu keseimbangan tubuh. Sambil meloncat, berdiri di satu kaki dan berlari-larian, orang tua bisa mengajari arti keseimbangan tubuh pada anak. Anak-anak yang tidak seimbang biasanya menunjukkan masalah sulit mengontrol gerakan kepala, otot kaku, tampak selalu kesal jika sedang bergerak, sering jatuh tanpa alasan, takut pada ketinggian, sering menabrak sesuatu ketika berjalan/berlari, dan bermasalah ketika belajar sepeda. Belajar keseimbangan tubuh dan jiwa sambil bergerak dan bergerak. Selain keseimbangan fisik, anak juga perlu dilatih dalam hal keseimbangan jiwanya.

Anak usia 4-6 tahun itu sedang asik-asiknya bermain, lincah dalam beraktivitas maka dari itu di perlukan keseimbangan yang baik agar dapat membentuk koordinasi gerakan yang baik sehingga tidak mudah jatuh. Tubuhnya butuh stimulasi untuk membantu perkembangan keseimbangannya. Keseimbangan jiwa anak berkaitan erat dengan fungsi sistem limbiknya. Misalnya bagaimana si kecil bisa memperkirakan apakah dia bisa melompati sebuah selokan atau tidak. Anak-anak yang seimbang jiwanya biasanya punya rasa percaya diri dan keberanian untuk mencoba sesuatu karena pengalaman positif yang dia dapatkan. Cara yang paling efektif untuk merangsang

keseimbangan anak adalah dengan mengajaknya bergerak! Karena bergerak merupakan wujud dari perpaduan dari tubuh, jiwa dan pikiran.

Anak yang tidak punya keseimbangan akan kesulitan mengontrol gerakan tubuh (seperti kepala, pundak, tangan, atau kaki), berjalan sempoyongan dan sering jatuh atau menabrak sesuatu tanpa alasan, takut ketinggian, kesulitan belajar naik sepeda, serta sulit diajak konsentrasi.

Keseimbangan membutuhkan interaksi yang kompleks dari system musculoskeletal dan system persarafan. Keseimbangan yang diperlukan seseorang untuk mempertahankan posisi tertentu adalah keseimbangan statis, sedangkan kemampuan tubuh menjaga keseimbangan saat melakukan gerakan atau aktifitas fungsional merupakan keseimbangan dinamis.

Salah satu tehnik untuk meningkatkan keseimbangan maka dilakukan dua jenis latihan yaitu pemberian latihan kecerdasan kinestetik lebih baik dari pada hopscotch atau permainan jingkat-jingkat. Latihan dengan menggunakan kecerdasan kinestetik merupakan bentuk latihan yang menggunakan seluruh tubuhnya untuk mengekspresikan ide-ide dan perasaan-perasaan atau menggunakan tangan-tangan untuk menghasilkan dan mentransformasikan sesuatu. Kecerdasan ini mencakup keahlian-keahlian fisik khusus seperti koordinasi, keseimbangan, ketangkasan, kekuatan, kelenturan dan kecepatan.

Latihan dengan hopscotch atau permainan jingkat-jingkat merupakan permainan tradisional anak-anak yang dapat dimainkan dengan beberapa pemain atau sendirian berguna untuk melatih keseimbangan. Untuk memulainya, buatlah gambar untuk permainan ini, biasanya berbentuk kotak-

kotak. Anda bisa mempergunakan bebatuan yang tidak berbahaya, sebagai tanda tempat Anda telah melompat.

Dalam hal ini fisioterapi memegang peranan penting untuk menangani masalah gangguan gerak fungsional yang terjadi pada kasus tersebut, karena fisioterapi merupakan tenaga kesehatan yang menangani gerak dan fungsi manusia, yang merujuk kepada KEPMENKES 1363 tahun 2001 BAB I, pasal 1, ayat 2 dicantumkan bahwa : “ Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang daur kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik elektroterapeutik dan mekanik), pelatihan fungsi, dan komunikasi.”

Alasan mengapa penulis mengambil hal tersebut karena keseimbangan merupakan salah satu bagian atau hal yang paling penting dalam beraktifitas dimana setiap seseorang memerlukan keseimbangan dalam mempertahankan posisi tubuhnya dalam bergerak atau beraktifitas. Tidak hanya untuk orang sehat bahkan orang yang sakit sekalipun hal utama yang harus diperhatikan yaitu menjaga serta melatih fungsi keseimbangan tubuhnya agar berfungsi secara baik. Keseimbangan itu tidak hanya dalam keadaan static, dalam keadaan dynamic pun hal dasar yang harus dimiliki pada saat beraktifitas yaitu keseimbangan yang baik dari tubuh.

Jika adanya penurunan fungsi keseimbangan maka akan menyebabkan menurunnya control postur, menurunnya alignment tubuh, monitoring kepala, control reflek gerak mata serta dalam mengarahkan gerakan. Untuk tercapainya suatu keseimbangan yang baik butuh interaksi dan integrasi yang cukup kuat

antara system sensorik, serta musculoskeletal yang dimodifikasi dan diatur dalam otak sebagai respon terhadap perubahan kondisi internal dan eksternal.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk mengangkat topik di atas dalam bentuk penelitian dan memaparkannya dalam bentuk skripsi dengan judul “pemberian *latihan kecerdasan kinestetik* lebih baik daripada *hopscotch* dalam meningkatkan keseimbangan pada anak usia 4-6 tahun di TK Al-Farizi”.

B. Identifikasi Masalah

Pada kondisi ini masalah yang muncul adalah anak tidak mempunyai keseimbangan yang baik, perlu adanya peningkatan keseimbangan, belum ada kebiasaan bentuk latihan keseimbangan yang cocok. Adanya ketidakseimbangan tubuh saat beraktivitas karena penurunan fungsi labyrinth, adanya imbalance otot serta fleksibilitas otot. Untuk menilai adanya penurunan keseimbangan maka dapat dilakukan pengukuran dengan metode Fukuda stepping test. Dimana metode Fukuda stepping test ini dapat dijadikan sebagai ukuran adanya asimetris labyrinthine atau penurunan fungsi keseimbangan.

Pada penelitian ini dilakukan latihan dalam meningkatkan keseimbangan pada anak usia 4-6 tahun dengan memberikan 2 jenis latihan yang berbeda yaitu kelompok perlakuan I dengan latihan kecerdasan kinestetik dan kelompok perlakuan II hopscotch atau permainan jingkat-jingkat.

Latihan kecerdasan kinestetik merupakan bentuk latihan yang menggunakan seluruh tubuhnya untuk mengekspresikan ide-ide dan perasaan-perasaan atau menggunakan tangan-tangan untuk menghasilkan dan mentransformasikan

sesuatu. Kecerdasan ini mencakup keahlian-keahlian fisik khusus seperti koordinasi, keseimbangan, ketangkasan, kekuatan, kelenturan dan kecepatan.

Latihan keseimbangan lainnya dengan hopscotch atau permainan jingkat-jingkat. Dimana latihan atau permainan tersebut merupakan permainan tradisional anak-anak yang dapat dimainkan dengan beberapa pemain atau sendirian berguna untuk melatih keseimbangan. Untuk memulainya, buatlah gambar untuk permainan ini, biasanya berbentuk kotak-kotak. Anda bisa mempergunakan bebatuan yang tidak berbahaya, sebagai tanda tempat Anda telah melompat.

Sehingga yang nantinya akan kita lihat apakah benar pemberian latihan keseimbangan menggunakan latihan kecerdasan kinestetik lebih baik dari pada hopscotch atau permainan jingkat-jingkat dalam meningkatkan keseimbangan.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut.

1. “Apakah pemberian latihan kecerdasan kinestetik dapat meningkatkan keseimbangan pada anak usia 4-6 tahun di TK Al-Farizi ?”
2. “Apakah pemberian *hopscotch* dapat jugameningkatkan keseimbangan anak pada usia 4-6 tahun di TK Al-Farizi ?”
3. “Apakah pemberian latihan kecerdasan kinestetik lebih baik dari pada *hopscotch* dalam meningkatkan keseimbangan pada anak usia 4-6 tahun di TK Al-Farizi ?”.

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pemberian latihan kecerdasan kinestetik lebih baik dari pada *hopscotch* dalam meningkatkan keseimbangan pada anak usia 4-6 tahun di TK Al-Farizi.

2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui pemberian latihan kinestetik dapat meningkatkan keseimbangan pada anak usia 4-6 tahun di TK Al-Farizi.
2. Untuk mengetahui *hopscotch* dapat juga meningkatkan keseimbangan pada anak usia 4-6 tahun di TK Al-Farizi.
3. Untuk lebih mengidentifikasi pemberian latihan kecerdasan kinestetik lebih baik dari pada *hopscotch* dalam meningkatkan kecerdasan kinestetik pada anak usia 4-6 tahun di TK Al-Farizi.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pelayanan Fisioterapi

- a. Memberikan bukti empiris dan teori tentang keseimbangan dan penanganan yang berpengaruh terhadap peningkatan fungsi keseimbangan sehingga dapat diterapkan dalam praktek klinis.
- b. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan variasi program dan pengembangan juga alternatif exercise dalam penatalaksanaan fisioterapi untuk meningkatkan keseimbangan pada anak.

2. Bagi Institusi Pendidikan

3. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambahkan kekayaan dan bahan masukan dalam meningkatkan informasi untuk program fisioterapi mengenai meningkatkan keseimbangan pada anak sebagai bahan pembading serta referensi untuk peneliti selanjutnya.

4. Bagi Peneliti

Bagi peneliti dengan adanya skripsi ini dapat menambahkan pemahaman dan manfaat dengan bertambahnya ilmu pengetahuan dan ketrampilan dalam menangani asuhan fisioterapi pada kasus meningkatkan keseimbangan pada anak sebagai wacana pembelajaran dalam melakukan penelitian dan penanganan di masyarakat