



PEMERIKSAAN KESEIMBANGAN PADA SISWA PRASEKOLAH TK MEKAR SIWI SEBAGAI PENGENALAN DINI GANGGUAN PANCAINDERA DAN KOODINASI TUBUH, MAGUWO HARJO, KABUPATEN SLEMAN

J. Nugrahaningtyas W. Utami¹, Agnes Savitri Agni², Yohana Dea Amanda³

¹Universitas Respati Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

²Universitas Respati Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

³Universitas Respati Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

Article Information

Article history:

Received January 17,
2024

Approved January 25,
2024

Keywords :

Prasekolah,
Keseimbangan,
Panca indera, Koordinasi
Tubuh

ABSTRACT

Background the balance function disorder of the body of preschoolers can affect student achievement in school. Balance disorders are arguably rare in toddlers and schoolchildren, but cases of balance disorders are often diagnosed as symptoms of a disease. This is because balance in general is a combination of the five senses with body coordination. The understanding of Balance and the organs involved in Body Balance has not been introduced to the preschool students of Mekar Siwi Kindergarten. The analysis of the situation at hand is not yet exposed to the understanding of body balance. The solution offered is to provide an understanding of body balance and provide an overview of body organs involved in body balance and simple ways to find out if there is a body balance disorder. **The purpose of community service** is to provide a picture of body balance to preschool students of Mekar Siwi Kindergarten. **This method of Community Service** will be carried out on Friday, November 24, 2023. The respondents were all preschool students of Mekar Siwi Kindergarten. At the time of training as well as measuring the length of time students are able to stand on one leg and measured using a stopwatch. **The results of these** 24 students as many as 15 (62%) students have a good balance. Meanwhile, as many as 9 (38%) students experienced balance disorders during training and balance reduction. **Conclusion** students understand how to perform body balance movements and can repeat body balance movements

ABSTRAK

Latar belakang Gangguan pada fungsi keseimbangan tubuh anak prasekolah dapat memengaruhi prestasi siswa disekolah. Gangguan keseimbangan bisa dibilang jarang terjadi pada balita dan anak sekolah, namun kasus gangguan keseimbangan seringkali didiagnosa sebagai gejala suatu penyakit. Hal ini dikarenakan keseimbangan secara umum merupakan gabungan antara panca indera dengan koordinasi tubuh. Pemahaman mengenai Keseimbangan dan organ tubuh yang terlibat dalam Keseimbangan tubuh belum dikenalkan pada siswa

prasekolah TK Mekar Siwi. Analisis situasi yang dihadapi adalah belum terpapar pemahaman keseimbangan tubuh. Solusi yang ditawarkan adalah memberikan pemahaman mengenai keseimbangan tubuh dan memberikan gambaran organ tubuh yang terlibat dalam keseimbangan tubuh serta cara sederhana mengetahui adanya gangguan keseimbangan tubuh. **Tujuan pengabdian masyarakat** adalah memberikan gambaran keseimbangan tubuh pada siswa prasekolah TK Mekar Siwi. **Metode** Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan pada hari Jumat, 24 November 2023. Responden adalah semua siswa prasekolah TK Mekar Siwi. Pada saat dilakukan pelatihan sekaligus mengukur lama siswa mampu berdiri dengan satu kaki dan diukur menggunakan stopwatch. **Hasil** dari 24 siswa ini sebanyak 15 (62 %) siswa memiliki keseimbangan yang bagus. Sedangkan sebanyak 9 (38%) siswa mengalami gangguan Keseimbangan pada saat dilakukan pelatihan dan pengukuran keimbangan. **Kesimpulan** siswa memahami cara melakukan gerakan keseimbangan tubuh dan dapat mengulang gerakan keseimbangan tubuh

© 2024 EJOIN

*Corresponding author email: nugrahaningtyas@respati.ac.id

PENDAHULUAN

Pemahaman mengenai Keseimbangan dan organ tubuh tubuh yang terlibat dalam Keseimbangan tubuh belum dikenalkan pada siswa prasekolah TK Mekar Siwi.

Analisis situasi yang dihadapi adalah belum terpapar pemahaman keseimbangan tubuh. Solusi yang ditawarkan adalah memberikan pemahaman mengenai keseimbangan tubuh dan memberikan gambaran organ tubuh yang terlibat dalam keseimbangan tubuh serta cara sederhana mengetahui adanya gangguan keseimbangan tubuh.

Tujuan pengabdian Masyarakat adalah memberikan gambaran keseimbangan tubuh pada siswa prasekolah TK Mekar Siwi.

Keseimbangan merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia agar dapat hidup mandiri. Keseimbangan adalah istilah umum yang menjelaskan kedinamisan postur tubuh untuk mencegah seseorang terjatuh (Afafah dan Fahri, 2018). Gangguan pada fungsi keseimbangan tubuh anak prasekolah dapat memengaruhi prestasi siswa disekolah. Gangguan keseimbangan bisa dibidang jarang terjadi pada balita dan anak sekolah, namun kasus gangguan keseimbangan seringkali didiagnosa sebagai gejala suatu penyakit. Hal ini dikarenakan keseimbangan secara umum merupakan gabungan antara panca indera dengan koordinasi tubuh (Naryati, 2021). Sehingga sistem keseimbangan tubuh manusia adalah sistem organ dan mekanisme yang kompleks, yang menghasilkan reaksi postural untuk melawan perpindahan dari posisi keseimbangan pusat gravitasi tubuh, dan yang mengontrol gerakan mata untuk mempertahankan citra lingkungan yang stabil (Olchowik, et al 2015). Selain itu Risangdiptya dan Ambarwati (2016) menyatakan keseimbangan dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengontrol pusat massa tubuh atau pusat gravitasi terhadap titik atau bidang tumpu dan dapat diasumsikan sebagai sekelompok reflek yang memicu pusat keseimbangan yang terdapat pada visual, vestibular dan somatosensory. Menurut Kristanto (dalam Ashandi, Pramono dan Astuti, 2021) gerak motorik kasar perlu mengkoordinasikan kemampuan sebagian besar tubuh anak, sehingga biasanya membutuhkan banyak energi karena dilakukan oleh otot yang lebih besar. Pentingnya motorik kasar anak usia dini melibatkan semua organ tubuh, dengan mengembangkan koordinasi otot-otot yang dapat membuat gerakan tubuh menjadi lebih kuat sehingga tubuh semakin aktif dalam melakukan aktifitas seperti lari,

loncat, bersepeda serta berdiri dengan satu kaki sehingga daya keseimbangan tubuh anak meningkat dengan baik.

Sedangkan Sujiono (2015) menyatakan bahwa Gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Oleh karena itu biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar. Pengembangan motorik kasar juga memerlukan koordinasi kelompok otot-otot anak yang tertentu yang dapat membuat mereka dapat meloncat, berlari, menaiki sepeda roda tiga, serta berdiri dengan satu kaki. Selain itu Sujiono (2015) juga menyatakan bahwa kompetensi dasar motorik kasar anak TK yang diharapkan dapat dikembangkan guru saat anak memasuki Lembaga prasekolah/TK adalah anak mampu melakukan aktifitas fisik secara terkoordinasi dalam rangka kelenturan dan persiapan untuk keseimbangan, kelincahan, dan melatih keberanian

Dari latarbelakang di atas maka hipotesis yang diperoleh adalah siswa dapat melakukan gerakan keseimbangan tubuh di luar sekolah baik saat istirahat sekolah atau saat di rumah.

METODE PELAKSANAAN

Metode memberikan contoh mengangkat 1 kaki dengan tangan lurus di kanan dan kiri di samping tubuh. Dan berhitung untuk mengetahui berapa detik siswa tahan berdiri dengan 1 kaki. Cara ini dilakukan pada kedua kaki. Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan pada hari Jumat, 24 November 2023. Responden adalah semua siswa prasekolah TK Mekar Siwi. Pada saat dilakukan pelatihan sekaligus mengukur lama siswa mampu berdiri dengan satu kaki dan diukur menggunakan stopwatch

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh setelah melakukan pelatihan gerakan Keseimbangan tubuh pada siswa, maka selanjutnya di ukur maka diperoleh hasil yang dapat dilihat pada diagram di bawah ini



Diagram 1. Hasil pengukuran Keseimbangan

Dari diagram di atas menunjukkan bahwa total responden sebanyak 24 siswa. Dari 24 siswa ini sebanyak 15 (62 %) siswa memiliki keseimbangan yang bagus. Sedangkan sebanyak 9 (38%) siswa mengalami gangguan Keseimbangan pada saat dilakukan pelatihan dan pengukuran keseimbangan.



Gambar 1. Pelatihan Gerakan mengetahui Keseimbangan tubuh anak dan penjelasan fungsi Keseimbangan tubuh



Gambar 2. Pengukuran Keseimbangan pada anak

KESIMPULAN

Dari hasil pengabdian kepada Masyarakat maka dapat disimpulkan bahwa siswa dapat melakukan gerakan keseimbangan dan dapat mengulang kembali gerakan keseimbangan tubuh.

SARAN

Pihak pengelola sekolah agar dapat menerangkan fungsi keseimbangan tubuh kepada siswa pada saat melakukan permainan yang merupakan gerakan keseimbangan tubuh. Pihak pengelola sekolah agar bekerja sama dengan Puskesmas atau Perguruan tinggi Kesehatan agar dapat dilakukan pemeriksaan keseimbangan anak prasekolah dan deteksi dini gangguan keseimbangan tubuh.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada pengelola TP PKK TK Mekar Siwi Maguwoharjo terutama Ibu Sri Supadmi Ngafiati, S.Pd. yang telah memberikan izin kepada kami untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat dengan mengukur kelenturan tubuh

Terima kasih kepada Bp Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Respati Yogyakarta, yang telah memberikan dukungan dan izin untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada Masyarakat di TK Mekar Siwi serta tak lupa terima kasih kami haturkan kepada Kepala LPPM Universitas Respati Yogyakarta yang telah memberikan dukungan kegiatan ini

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Afafah, dan Fahri, M.N. (2018). Analisis Keseimbangan Statis dan Keseimbangan Dinamis Wanita Paguyuban Olahraga Lansia Perumahan Pongangan Indah Gresik. *Jurnal Kesehatan Olahraga IKOR FIO UNESA*, Vol 2 (07)
- [2] Ashandi, D. A. Pramono dan Astuti,W. 2021. Analisis Kegiatan Stimulasi Keseimbangan Tubuh Anak Usia 3-4 Tahun Di RW 02 Kelurahan Lesanpuro Malang. *Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan, dan Gizi Anak Usia Dini(JP2KG AUD)PG PAUD Universitas Negeri Surabaya*. E-ISSN: 2599-2910Vol.2No.1, 2021, halaman9-18
- [3] [Olchowik, G¹](#), [Tomaszewski, M²](#), [Olejarz, P³](#), [Warchoł, J.¹](#), [Różańska-Boczula, M⁴](#), [Maciejewski, R²](#) 2015. The Human Balance System and Gender. *Acta Bioeng Biomech.* . 2015;17(1):69-74
- [4] Nayarti, H. (2021). Hubungan Postur Terhadap Keseimbangan Statis dan Dinamis Pada Lansia di Unit Pelaksana Teknis Daerah Pusat Pelayanan Sosial Lanjut Usia Mappakasunggu Kota Parepare. Skripsi. Makassar: Universitas Hasanuddin
- [5] Risangdiptya, G dan Ambarwati, E 2016. Perbedaan Antara Keseimbangan Tubuh Sebelum Dan Sesudah Senam Pilates Pada Wanita Usia Muda. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*. Volume 5, Nomor 4, Oktober 2016. Online : <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/medico> ISSN Online : 2540-8844
- [6] Sujiono, B. 2015. Metode Pengembangan Fisik, Tangerang Selatan:Universitas Terbuka,