

ANALISIS KEGIATAN STIMULASI KESEIMBANGAN TUBUH ANAK USIA 3-4 TAHUN DI RW 02 KELURAHAN LESANPURO MALANG

Dhevira Ayu Ashandi*, Pramono, Wuri Astuti
Universitas Negeri Malang, Indonesia
dheviraayu@gmail.com

ABSTRACT

This research was carried out aimed at analyzing children's body balance activities in RW 02 Lesanpuro. The study used a qualitative descriptive method, which is a research procedure that uses descriptive data in the form of written or spoken words from the object being observed. This study shows the supporting and inhibiting factors of balance stimulation in the RW 02 Lesanpuro area, the supporting factors are found in the RW 02 environment with a place that is good enough for children to develop aspects of balance by playing, and inhibiting factors are shown from statements of parents who do not provide stimulation. for some reason.

Key Words: *Balances, Early Childhood, Stimulation*

ABSTRAK

Penelitian ini dilaksanakan bertujuan untuk menganalisis kegiatan keseimbangan tubuh anak di lingkungan RW 02 Lesanpuro. Penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif, yaitu suatu prosedur penelitian yang menggunakan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari objek yang diamati. Penelitian ini menunjukkan faktor pendukung dan penghambat stimulasi keseimbangan di wilayah RW 02 Lesanpuro, faktor pendukung terdapat pada lingkungan RW 02 dengan tempat yang cukup baik untuk anak-anak dalam mengembangkan aspek keseimbangan dengan bermain, dan faktor penghambat ditunjukkan dari pernyataan orangtua yang kurang memberikan stimulasi karena alasan tertentu.

Kata Kunci: *PAUD, Keseimbangan, Stimulasi*

PENDAHULUAN

Sujiono (dalam Kristanto, 2014) menyatakan bahwa 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

*Corresponding author: dheviraayu@gmail.com
Department of Early Childhood Teacher Education, Faculty of Education, Universitas Negeri Surabaya.
Email: jp2kgaud@unesa.ac.id

satu kaki sehingga daya keseimbangan tubuh anak meningkat dengan baik. Misbach (dalam Fidrayani, 2016) meyakini bahwa permainan anak tradisional merupakan salah satu bentuk cerita rakyat yang ada secara lisan di antara anggota kolektif yang memiliki banyak variasi, merupakan bentuk tradisional, dan diwariskan dari generasi ke generasi. Permainan tradisional jua disebut permainan rakyat. Permainan tradisional yang dimainkan masyarakat dari generasi ke generasi mengandung banyak nilai pendidikan serta budaya. Permainan tradisional umumnya dimainkan oleh tim atau minimal 2 orang.

Perkembangan fisik motorik anak adalah perubahan yang terjadi pada anak baik pada postur tubuh atau pada kemampuan anak dalam hal keterampilan motorik kasar atau motorik halus (Ni'mah, 2020). Proses pertumbuhan dan perkembangan fisik anak akan berkembang secara bertahap mulai dari terlentang, mampu memiringkan tubuhnya, hingga tengkurap dan berlanjut ketika usia anak bertambah anak mampu duduk, merangkak hingga berdiri dan belajar untuk berjalan, oleh sebab itu perkembangan fisik motorik anak perlu diperhatikan dan diberikan stimulus yang baik agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal. Perkembangan motorik anak terbagi menjadi 2 yaitu motorik kasar dan motorik halus, gerakan motorik kasar terbentuk saat anak mulai memiliki koordinasi dan keseimbangan hampir seperti orang dewasa (Raudhah, 2016).

Berdasarkan hasil observasi di RW 02 Kelurahan Lesanpuro Malang, ditemukan topik tentang keseimbangan anak yang masih kurang optimal. Ketika anak-anak saya amati dan permainan yang mereka mainkan ada yang berkaitan dengan keseimbangan saya melihat bahwa tidak semua anak yang keseimbangannya sudah cukup bagus untuk rentang usia 3-4 tahun, permainan yang mereka lakukan saat saya amati yaitu berjalan melewati potongan kayu kecil yang tidak terpakai di depan rumah tetangga. Setelah pengamatan yang saya lakukan ternyata masih banyak anak yang tidak berani mencoba untuk bermain di atas kayu tersebut, dan ada juga anak yang masih ingin orangtuanya untuk memegang anak tersebut. Berikut ciri-ciri anak yang sudah cukup dalam mempertahankan keseimbangannya : (a) anak dapat berdiri dengan stabil, (b) anak dapat berdiri tegap tanpa mencari bantuan untuk mempertahankan keseimbangannya. Saat observasi, peneliti juga melakukan wawancara orang tua anak. Orangtua menyatakan bahwa untuk menstimulasi keseimbangan anak jarang dilakukan karena mayoritas orang tua bekerja, sehingga jarang untuk mengajak bermain sang anak, sehingga anak tersebut kurang dalam stimulus keseimbangan tubuhnya.

Mayoritas di lingkungan RW 02 Lesanpuro ini masyarakat masih menganggap bahwa kegiatan stimulus seperti ini tidak terlalu penting untuk dilakukan dirumah karena di sekolah sudah di ajarkan, walaupun dalam masa pandemi seperti ini para orangtua tetap bergantung pada sekolah daring dalam hal stimulus aspek perkembangan anaknya. Oleh karena itu, peneliti menyimpulkan perlunya diadakan kegiatan yang dapat menstimulus kemampuan keseimbangan. Banyak hal yang dapat dilakukan untuk mengembangkan keseimbangan anak usia dini.

Pendidikan Anak Usia Dini

PAUD pada jalur pendidikan formal berbentuk Taman Kanak-kanak (TK), Raudatul Athfal (RA), atau bentuk lain yang sederajat. PAUD pada jalur pendidikan nonformal berbentuk Kelompok Bermain (KB), Taman Penitipan Anak (TPA), atau bentuk lain yang sederajat. PAUD pada jalur pendidikan informal berbentuk pendidikan keluarga atau pendidikan yang diselenggarakan oleh lingkungan. PAUD berfungsi sebagai pengembang berbagai potensi yang dimiliki oleh anak. Potensi tersebut meliputi ranah kognitif, bahasa, jasmani (motorik kasar dan halus), sosial dan emosional. PAUD merupakan institusi prasekolah yang mengenalkan bentuk dan budaya sekolah. Peletakan dasar untuk mengembangkan potensi anak sangat ditentukan oleh proses pendidikan yang dialami anak-anak pada saat berusia 0 hingga 6 tahun. Pengalaman yang diterima oleh anak melalui proses pembelajaran di lingkungan keluarga, lingkungan masyarakat, maupun lingkungan PAUD merupakan proses pendidikan yang penting dan menentukan bagi pengembangan anak ke depan.

Stimulasi

Stimulasi adalah kegiatan merangsang kemampuan dasar anak usia 0-6 tahun agar anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Setiap anak perlu mendapatkan stimulasi teratur sedini mungkin secara terus menerus pada setiap kesempatan. Stimulasi merupakan hal yang sangat penting dalam perkembangan anak.

Anak Usia Dini

Anak usia dini memiliki batasan usia tertentu, karakteristik yang unik, dan juga berada pada suatu proses perkembangan yang sangat pesat dan fundamental bagi kehidupan berikutnya. Anak usia dini, dilihat dari rentang usia menurut Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional ialah anak sejak lahir sampai dengan usia

enam tahun. Anak usia dini menurut undang-undang ini berada pada rentang usia lahir sampai usia taman kanak-kanak (TK).

Keseimbangan Tubuh Anak

Keseimbangan adalah kemampuan seseorang dalam mempertahankan tubuhnya dalam posisi tertentu dengan jangka waktu 10 detik, dalam penelitian ini meliputi 2 hal yaitu latihan keseimbangan statis dan latihan keseimbangan dinamis untuk keseimbangan statis dilakukan dengan cara berdiri di atas satu kaki dengan tangan direntangkan dan tangan di pinggang selama 10 detik, sedangkan untuk latihan keseimbangan dinamis dilakukan dengan cara berjalan menyamping dengan tangan merentang, serta berjalan maju dengan tangan di pinggang dan dilipat di depan dada. Keseimbangan adalah kemampuan atau kesanggupan tubuh untuk memepertahankan pada titik tertentu dan pada posisi tertentu.

Jenis Keseimbangan

Keseimbangan dibagi menjadi dua jenis menurut Ma'mun & Saputra (1999-2000:33) yaitu keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis adalah kemampuan untuk mempertahankan sikap, posisi badan ketika tubuh dalam keadaan diam. keseimbangan dinamis merupakan suatu kemampuan untuk mempertahankan sikap dan posisi badan ketika tubuh dalam keadaan bergerak. Sukanti (2007:94) keseimbangan ada dua macam yaitu keseimbangan statik dan keseimbangan dinamik. Keseimbangan statik adalah kemampuan mempertahankan posisi tubuh untuk tidak bergoyang atau roboh. Keseimbangan dinamik adalah kemampuan mempertahankan tubuh agar tidak jatuh pada saat melakukan gerakan. Artinya keseimbangan statis adalah keseimbangan tubuh dalam keadaan diam, sedangkan keseimbangan dinamik adalah keseimbangan tubuh dalam posisi bergerak.

METODE

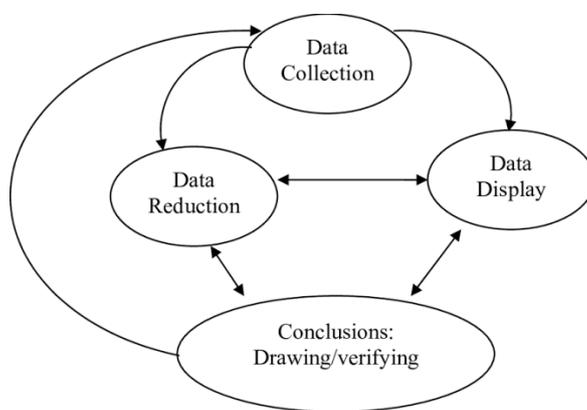
Dalam penelitian ini jenis penelitian yang akan digunakan yaitu menggunakan metode deskriptif kualitatif, yaitu suatu prosedur penelitian yang menggunakan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari objek yang diamati. Pendekatan ini dipilih karena pendekatan ini berusaha untuk mencari kegiatan stimulasi pada lingkungan RW 02 Lesanpuro.

Dalam penelitian ini sumber data terdiri dari 2 sumber yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder. Sumber data primer didapatkan melalui sumber asli yaitu kegiatan anak-anak yang telah diamati pada saat proses penelitian, data yang dicari adalah data yang menunjukkan kegiatan bermain anak-anak yang menunjukkan aspek keseimbangan dan hasil wawancara dengan orang tua anak.

Sumber data primer yang diambil dari penelitian ini yaitu wawancara orang tua tentang stimulasi yang dilakukan untuk mengembangkan keseimbangan anaknya.

Pengumpulan data adalah sebuah usaha yang dilakukan untuk mendapatkan data atau informasi yang diperlukan untuk mencapai tujuan penelitian. Dalam penelitian kualitatif teknik pengumpulan data yang dapat dilakukan yaitu dengan observasi, wawancara, kuisioner dan dokumentasi. Dalam penelitian ini pengumpulan data yaitu dengan observasi, wawancara dan dokumentasi.

Dalam penelitian ini analisis data yang digunakan adalah analisis data deskriptif yang dalam menganalisis data membuat gambaran data yang terkumpul. Peneliti menggunakan tahap penelitian yang dikemukakan oleh Miles and Huberman yang ditunjukkan dalam gambar berikut :



Gambar 1. Tahap Penelitian (Miles and Huberman)

Tahapan analisis data dalam penelitian ini meliputi reduksi data, penyajian data, dan verifikasi data. Miles and Huberman (1984), mengemukakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus-menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh.

Keabsahan data merupakan proses yang dilakukan untuk membuktikan atau memvalidasi bahwa penelitian yang dilakukan merupakan penelitian yang ilmiah. Dalam kriteria penelitian yang valid hasil penelitian harus memenuhi 4 kriteria diantaranya yaitu kredibilitas, kepastian, objektivitas dan kebergantungan.

HASIL DAN TEMUAN

Sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu analisis stimulasi keseimbangan tubuh anak di RW 02 Kelurahan Lesanpuro Malang, maka peneliti menggunakan teknik pengumpulan data dengan mengamati, wawancara, dan dokumentasi secara intensif dengan subyek penelitian. Subyek dalam penelitian ini yaitu anak-anak di RW 02 Kelurahan Lesanpuro dan warga atau orang tua dari anak-anak tersebut. Keseimbangan menurut Mikdar (2006) yaitu dimana mempertahankan keseimbangan tubuh dengan posisi diam atau di sebut dengan keseimbangan statis (*static balance*) atau mempertahankan keseimbangan dengan keadaan bergerak atau disebut juga keseimbangan dinamis (*dinamic balance*) (Maulidiyah, 2021).

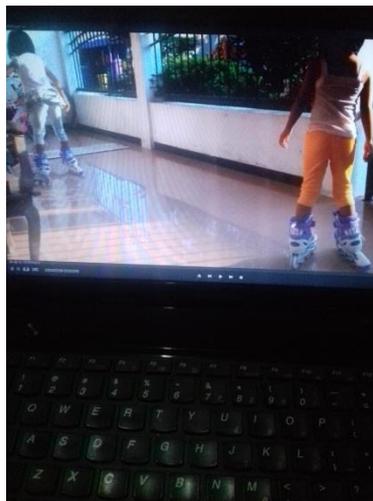
Hari pertama observasi yang saya lakukan pada hari Minggu 15 November 2020 menunjukkan bahwa anak-anak sedang bermain bebas ada yang bermain di atas potongan kayu kecil yang tidak terpakai di depan rumah tetangga, selain itu ada juga yang bermain kejar-kejaran. Dari hasil pengamatan saya mendapati bahwa sekitar 20% anak masih takut saat bermain permainan yang ada unsur keseimbangan seperti berjalan di atas potongan kayu tersebut, setelah saya amati saya mewawancarai salah satu orang tua anak. Dari hasil wawancara saya menemukan satu penghambat dalam stimulasi keseimbangan tubuh anak yaitu, salah satu orangtua menyatakan bahwa keseimbangan anak tidak perlu dilakukan dirumah karena di sekolah anak-anak sudah diajarkan semua pelajaran termasuk tentang keseimbangan.

Berikut analisis kegiatan stimulasi keseimbangan tubuh anak di RW 02 Lesanpuro :

Gambar 2. Anak-anak bermain kejar-kejaran



Kegiatan stimulasi di RW 02 Lesanpuro Malang Sesuai dengan pendapat Ma'mun & Saputra (1999-2000:33) tentang keseimbangan statis dan dinamis, keseimbangan statis menurut Ma'mun adalah dimana seseorang mempertahankan tubuhnya agar tetap seimbang dalam keadaan diam, sedangkan keseimbangan dinamis yaitu dimana seseorang mempertahankan posisi tubuhnya agar tetap seimbang dalam keadaan bergerak. Berikut kegiatan keseimbangan dinamis sesuai dengan pendapat Ma'mun dan Saputra ditunjukkan pada gambar berikut :



Gambar 3. anak-anak bermain sepatu roda



Gambar 4. anak-anak bermain estafet kursi

Ketiga kegiatan di atas sudah menunjukkan unsur keseimbangan dinamis sesuai dengan pendapat Ma'maun dan saputra bahwa keseimbangan dinamis yaitu mempertahankan posisi tubuh agar tetap seimbang dalam keadaan bergerak yang kegiatannya ada pada gambar-gambar di atas.

Sedangkan keseimbangan statis yaitu dimana seseorang mempertahankan keseimbangan tubuhnya dalam keadaan diam yang ditunjukkan dalam kegiatan anak-anak bermain holahop dimana permainan ini membutuhkan keseimbangan namun dalam posisi tubuh diam di tempat yang ditunjukkan dalam gambar kegiatan berikut ini :



Gambar 4. anak-anak bermain holahop

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Analisis Kegiatan Stimulasi Keseimbangan Tubuh Anak Usia 3-4 Tahun di RW 02 Lesanpuro Malang maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Kegiatan stimulasi yang dilakukan di RW 02 Kelurahan Lesanpuro Malang berupa permainan-permainan sederhana yang rutin dimainkan anak-anak pada akhir pekan di sore hari dan pada hari biasa dilakukan pada pagi atau siang hari (karena masa pandemi). Selain itu faktor pendukung yaitu berupa lahan di RW 02 Lesanpuro sudah cukup memadai terdapat 3 lapangan yang sekiranya cukup dalam kegiatan stimulasi keseimbangan tubuh anak, dan para orangtua yang sudah mulai mengerti akan pentingnya stimulasi aspek keseimbangan anak. Sedangkan faktor penghambatnya yaitu di salah satu RT mayoritas orangtua bekerja dan orangtua belum memahami apa itu stimulasi keseimbangan tubuh anak dan bagaimana caranya jika dilakukan di rumah.

DAFTAR RUJUKAN

- Fidrayani. (2016). Analisis Aspek Perkembangan Kognisi dari Beberapa Jenis Permainan Tradisional Anak Lintas Budaya. *Jurnal Research*.
- Kristanto, Y. P. (2014). Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar (Keseimbangan Tubuh) Anak Melalui Permainan Tradisional Engklek di Kelompok B Tunas Rimba II. *Jurnal Penelitian PAUDIA*, 3, 28.
- Maulidiyah, E. C. (2021). *Permainan Tradisional untuk Anak Usia Dini* (N. Khotimah (ed.)). Akademia Pustaka.
- Ni'mah, F. (2020). Pengembangan Buku Panduan Membatik terhadap Kemampuan Fisik Motorik Halus Anak Usia 5-6 Tahun. *JP2KG AUD (Jurnal Pendidikan, Pengasuhan, Kesehatan Dan Gizi Anak Usia Dini)*, 1(2), 123–146.
- Raudhah. (2016). *Urgensi Perkembangan Motorik Kasar Pada Perkembangan Anak Usia dini*. 4, 2–10.
- Saputra, A. M. & Y. M. (n.d.). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. departemen pendidikan nasional direktorat jendral pendidikan dasar dan menengah bagian proyek penataran guru SLTP setara DIII.
- Sukanti, E. R. (2007). *Diklat Perkembangan Motorik*. pendidikan kepelatihan olahraga fakultas ilmu olah raga universitas negeri yogyakarta.
- U. Z Mikdar. (2006). Hidup Sehat: Nilai Inti Berolahraga. In *DEPARTEMEN PENDIDIKAN NASIONAL*.

