



PENGENALAN KELENTURAN PADA ANAK USIA PRASEKOLAH TK MEKAR SIWI, MAGUWO HARJO, SLEMAN

J. Nugrahaningtyas Wahjuning Utami¹, Githa Andriani², Witri Lathifah³,
Alfi Fajaridwan Syah⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Universitas Respati Yogyakarta



*Corresponding author

J. Nugrahaningtyas Wahjuning
Utami

Email :

nugrahaningtyas@respati.ac.id

HP: 08175413167

Kata Kunci:

Kelenturan;
Prasekolah;
Pendidik;
Perkembangan;
Motoric kasar;

Keywords:

Flexybility;
Agility;
Education;
Development;
Rough Motoric;

ABSTRAK

Perkembangan kemampuan motorik anak dapat dilihat secara jelas melalui berbagai gerakan salah satunya yaitu menari yang dapat mereka lakukan. Permasalahan yang ada di TK Mekar Siwi adalah belum mengenal mengenai pemahaman kelenturan tubuh dan fungsi ke depannya. Analisis situasi yang dihadapi adalah pemahaman kelenturan tubuh belum ada. Solusi yang ditawarkan adalah memberikan pemahaman mengenai kelenturan tubuh dan memberikan contoh-contoh gerakan kelenturan tubuh. Tujuan pengabdian Masyarakat adalah memberikan gambaran kelenturan pada siswa prasekolah TK Mekar Siwi. Metode memberikan contoh gerak motoric kasar dengan berlari, berjalan dan mengamati mengukur dengan stopwach pada hari Jumat, 24 November 2023 Hasil kelenturan tubuh siswa TK Mekar Siwi dijumpai ada 8 (32%) anak adalah mengalami gangguan kelenturan tubuh. Sedangkan siswa yang memiliki kelenturan tubuh normal adalah 17 siswa (68 %) siswa.

ABSTRACT

The problem in Mekar Siwi Kindergarten is that it does not know about understanding body flexibility and function in the future. The analysis of the situation at hand is that the understanding of body flexibility does not yet exist. The solution offered is to provide an understanding of body flexibility and provide examples of body flexibility movements. The purpose of community service is to provide a picture of flexibility to preschool students of Mekar Siwi Kindergarten The results of the flexibility of the body of Mekar Siwi Kindergarten students found that 8 (32%) children were experiencing body flexibility disorders. While students who have normal body flexibility are 17 students (68%) students. The conclusion is that not all students have normal body flexibility



PENDAHULUAN

Fachrurrazi dan Damayanti (2019) menyatakan bahwa perkembangan kemampuan motorik anak dapat dilihat secara jelas melalui berbagai gerakan salah satunya yaitu menari yang dapat mereka lakukan. Semakin kuat dan terampilnya gerak seorang anak, membuat anak senang menari, berlari, melempar maupun melompat dan tak lelah untuk menggerakkan seluruh anggota tubuhnya pada saat melakukan aktivitas. Pergerakan anggota tubuh anak saat menari mempunyai banyak manfaat untuk pertumbuhan aspek-aspek kemampuan anak lainnya seperti aspek perkembangan kognitif dan aspek perkembangan sosial emosional anak

Perkembangan fisik-motorik adalah perkembangan jasmaniah melalui kegiatan pusat saraf, urat saraf, dan otot yang terkoordinasi. Perkembangan motorik sangat dipengaruhi oleh organ otak, melalui bermain terjadi stimulasi pertumbuhan otot-ototnya ketika anak melompat, melempar, atau berlari (Marsella, 2020).

Anak prasekolah tidak semuanya aktif bergerak. Sebagian diantaranya mengalami keterbatasan gerak tertentu. Peran pendidik di anak prasekolah dapat membantu mengembangkan minat dan rasa percaya diri anak dan perasaan, sehingga anak mampu melakukan berbagai macam kegiatan fisik/ motorik yang tentunya disesuaikan dengan usia anak TK (<https://repository.um-surabaya.ac.id/8179/2/BAB%201.pdf>)

Perkembangan kelenturan tubuh anak, karena kelenturan tubuh termasuk juga pola perkembangan motorik kasar. Salah satu fungsi dari perkembangan kelenturan tubuh yaitu menentukan kematangan gerak pada anak, ketika mulai masuk pada dunia pendidikan formal maupun beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya

Keterampilan motorik kasar adalah salah satu komponen penting dalam kegiatan anak-anak di sekolah. Hampir 30-60% dalam sehari, guru memberikan tugas kepada anak-anak berupa kegiatan motorik, dalam hal ini memahami kegiatan motorik dapat membantu meningkatkan kemampuan siswa dibidang akademik (Chinkai Lin, dalam Rahayu, 2021).

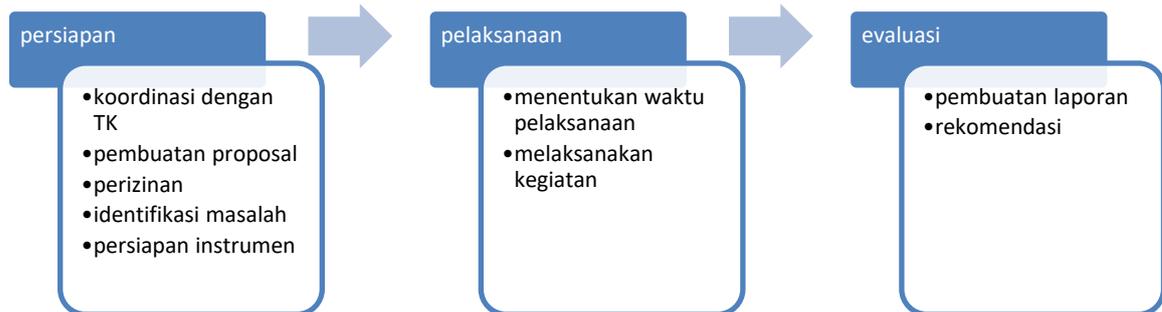
Organisasi Kesehatan pada masa ini merekomendasikan untuk melakukan aktivitas fisik pada intensitas yang tinggi pada anak usia sekolah, hal ini dikaitkan dengan manfaat kesehatan jangka pendek dan jangka panjang yang sangat penting dalam domain fisik, emosional, sosial, dan kognitif di seluruh rentang hidup (WHO, 2018)

Perkembangan fisik anak dapat ditingkatkan dengan memberikan rangsangan (stimulasi). Stimulasi pada anak harus disesuaikan dengan usia. Perkembangan fisik anak usia dini berkaitan erat dengan perkembangan motorik anak. Dasar perkembangan motorik adalah perkembangan yang menyebar ke seluruh tubuh dari kepala ke kaki. Oleh karena itu, memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang potensi aktivitas fisik dalam meningkatkan keterampilan motorik dan kognisi pada anak-anak sangat penting.

Permasalahan yang ada di TK Mekar Siwi adalah belum mengenal mengenai kelenturan. Analisis situasi anak prasekolah di TK Mekar Siwi belum memahami tentang kelenturan tubuh belum pernah. Solusi yang ditawarkan adalah memberikan pemahaman mengenai kelenturan tubuh dan fungsi dari kelenturan tubuh di masa mendatang. Tujuan pengabdian Masyarakat adalah memberikan gambaran kelenturan tubuh dan fungsi kelenturan tubuh pada siswa prasekolah TK Mekar Siwi.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan pengabdian Masyarakat pada siswa TK Mekar Siwi pada hari Jumat, 24 November 2023 dengan memberikan pemahaman mengenai kelenturan tubuh dengan penyuluhan dan pengukuran kelenturan tubuh dilakukan pada semua siswa yang masuk pada tanggal 24 November 2023. Alat pengukur kelenturan tubuh dengan menggunakan mistar. Kerangka kerja dapat di lihat dalam gambar di bawah ini



Gambar 1. Kerangka kerja pengabdian kepada Masyarakat

HASIL PEMBAHASAN

Setelah siswa diberikan contoh kelenturan tubuh, maka Langkah selanjutnya adalah mengukur kelenturan tubuh dengan menggunakan mistar. Adapun hasil pengukuran dapat dilihat di diagram 1. Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa pengukuran kelenturan tubuh siswa TK Mekar Siwi dijumpai ada 8 (32%) anak adalah mengalami gangguan kelenturan tubuh. Sedangkan siswa yang memiliki kelenturan tubuh normal adalah 17 siswa (68 %) siswa. Hasil dapat di lihat di dalam diagram di bawah ini.

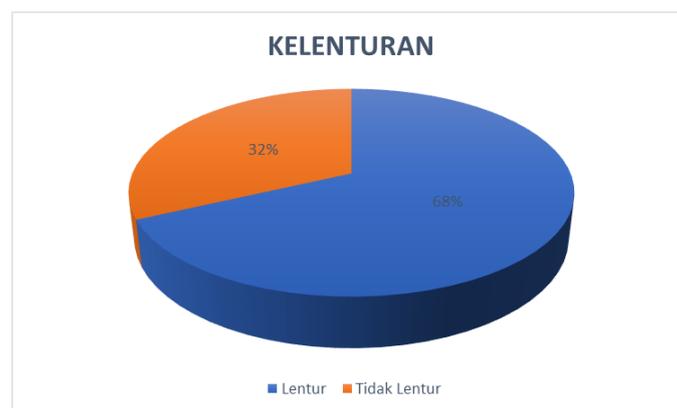


Diagram 1. Data kelenturan siswa TK Mekar Sari

Dalam memperoleh data, pengabdian terlebih dahulu melakukan pengukuran kelenturan tubuh siswa dengan menggunakan mistar.



Gambar 2 : proses pengukuran kelenturan

Pengukuran kelenturan tubuh yang menyatakan bahwa sebanyak 68 % (17) anak adalah normal yang artinya kemampuan motorik kasar anak dalam batas normal. Hal ini sejalan dengan pernyataan Asumuddin dkk (2022) pengembangan motorik kasar anak usia dini dapat membantu pertumbuhan fisik pada anak, meningkatkan keseimbangan tubuh anak, melatih kelenturan, kecepatan, dan kelincahan, melatih koordinasi mata, tangan, dan kaki, dan membantu perkembangan kemampuan melompat dengan satu kaki.

Menurut Permendikbud (2014) Terdapat lima indikator perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun, yaitu : (1) Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan. (2) Melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam. (3) Melakukan permainan fisik dengan aturan. (4) Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri. (5) Melakukan kegiatan kebersihan diri (Permendikbud, 2014)

Demikian juga dengan Ningrum, Ningrum dan Hamidah (2023) yang menyatakan kemampuan motorik kasar merupakan salah kemampuan yang dikembangkan pada pendidikan anak usia dini. Perkembangan motorik kasar memiliki tingkat penting yang setara dengan perkembangan aspek lainnya, oleh karena itu, pendidik perlu memiliki kemampuan untuk membantu mengembangkan dan melatih keterampilan motorik anak di lembaga pendidikan anak usia dini

KESIMPULAN DAN SARAN

Pengabdian kepada Masyarakat tentang kelenturan yang telah dilakukan pada tanggal 24 November 2023 dapat disimpulkan bahwa tidak semua siswa memiliki kelenturan tubuh normal. Bagi lahan pengabdian Masyarakat (TK Mekar Siwi) agar perlu adanya usaha yang harus dilakukan secara lebih baik dan menyenangkan, sehingga kelenturan tubuh siswa tercapai.

Bagi dosen dan mahasiswa yang melakukan pengabdian agar memberikan hasil pengabdian Masyarakat agar lahan memiliki gambaran untuk pemeriksaan kefisioterapisan dan pemeriksaan yang lain

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

- Rahayu, I., N; Aini Dewi Monica, D., A; Sultoni, K., 2021 J Hubungan physical activity dengan fine motor skills pada anak usia 4 tahun. *Jurnal Keolahragaan*, 9 (1), 118-127
- Nurmaya, Mering, I., A, dan Ali, M., 2020 Program Studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini FKIP Untan Pontianak
- Fachrurrazi, A dan Damayanti, O., A., E., M 2019 Hubungan Antara Kemampuan Bersenam Dengan Kemampuan Menari Pada Anak Usia Dini Kelompok Usia 5-6 Tahun Tk Aisyiyah Bustanul Athfal 57 Surabaya. *Incrementapedia: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2019, 01 (02) |27
- Marsella, D. 2020 Peningkatan Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Senam Irama Di Paud Anugrah Aisyiyah Kota Bengkulu. Skripsi. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bengkulu Tahun 2020
<https://repository.um-surabaya.ac.id/8179/2/BAB%20I.pdf> diunggah tanggal 18 Januari 2024
- World Health Organization, W. (2018). *Physical Activity*.
- Asmuddin, Salwiah, dan Arwih, Z.,M 2022 Analisis Perkembangan Motorik Kasar Anak di Taman Kanak – Kanak Buton Selatan. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*
- Luffy, H. 2016. Efforts To Improve Children Through The Game Shuttle Run Alternating In TK B RA Choirul Fikri Ngemplak Sleman. *Efforts To Improve Children Through The Game Shuttle Run Alternating In TK B RA Choirul Fikri Ngemplak Sleman*, 7, 681–689.
- Permendikbud No 137 Tahun 2014. (n.d.). 10 STPPA USIA 5-6 TAHUN PAUD (p. 2)
- Ningrum, A. M, Ningrum, L. D. C N., dan Hamidah M., 2023. Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar melalui Permainan Halang Rintang pada Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, volume 7
- Sisilia Indah Trisnarningsih, S. I, Wiyasa, I. K. I dan Darsana, I. W. 2019 Pengaruh Lari Zig-Zag Berbantuan Kursi Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Kelompok B Tk Sila Dharma. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha Vol. 7(1)*, pp. 100-109, 2019