

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Permendikbud Nomor 52 Tahun 2015 tentang Akreditasi Nasional Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) pada Pasal 1 butir 3 menyatakan bahwa pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rancangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut (Permendikbud, 2015:3).

Usia dini dimana masa yang paling baik untuk menanamkan nilai-nilai yang ada karena anak sedang berada pada tahap pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun motorik. Perkembangan fisik sangat berkaitan erat dengan perkembangan motorik anak, karena perkembangan fisik akan berpengaruh terhadap perilaku sehari-hari. Kegiatan yang meningkatkan perkembangan motorik dapat dilakukan melalui permainan dengan alat atau tanpa alat (Montolalu *et al* dalam Erlinda, 2014:1). Sekitar 80% anak yang mengalami masalah perkembangan juga mengalami kesulitan dalam pengaturan keseimbangan tubuh (Hildayani, 2012).

Perkembangan motorik dikoordinasikan melalui pusat saraf, otot saraf dan otot guna proses tumbuh kembang kemampuan gerak jasmani. Perkembangan motorik anak dibagi menjadi dua, motorik kasar dan motorik halus. Keseimbangan termasuk dalam motorik kasar (Cuacicha, 2016:10)

Keseimbangan pada anak usia dini sangat dibutuhkan untuk menjalankan aktivitas mereka sehari-hari. Keseimbangan pada anak usia dini digunakan untuk menjalankan aktivitas mereka yang keseluruhannya adalah bermain dan melibatkan keterampilan fisik dan motorik.

Keseimbangan pada anak usia dini dapat ditingkatkan dengan latihan keseimbangan, salah satunya *balance strategy exercise*.

*Balance Strategy Exercise* dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan keseimbangan dinamis melalui *stretching* maupun *strengthening*. *Balance strategy exercise* digunakan untuk membantu meningkatkan kekuatan otot pada anggota gerak bawah dan sistem vestibular atau keseimbangan tubuh, serta memantapkan kontrol postural yang pada akhirnya dapat meningkatkan keseimbangan postural (Jowir dalam Aprianiet al, 2015:3).

Dari hasil observasi yang telah dilakukan peneliti di Bustanul Athfal (BA) Aisyiyah Jetis II Sukoharjo, didapatkan bahwa anak mendapat pelajaran yang berhubungan dengan peningkatan keseimbangan seperti kegiatan olahraga hanya diberikan sekali dalam seminggu, sehingga 17 dari 25 anak mengalami gangguan keseimbangan.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti berkeinginan untuk meneliti tentang, “Pengaruh *Balance Strategy Exercise* terhadap keseimbangan anak usia dini di Bustanul Athfal (BA) Aisyiyah Jetis II Sukoharjo”.

## **B. Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah penelitian, yaitu “Apakah ada pengaruh *Balance Strategy Exercise* terhadap keseimbangan anak usia dini di Bustanul Athfal (BA) Aisyiyah Jetis II Sukoharjo?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh *Balance Strategy Exercise* terhadap keseimbangan anak usia dini di BA Aisyiyah Jetis II Sukoharjo.

### **2. Tujuan Khusus**

a. Untuk mengetahui karakteristik responden

- b. Untuk mengetahui keseimbangan anak usia dini di BA Aisyiyah Jetis II Sukoharjo sebelum diberikan *Balance Strategy Exercise*.
- c. Untuk mengetahui keseimbangan anak usia dini di BA Aisyiyah Jetis II Sukoharjo setelah diberikan *Balance Strategy Exercise*.
- d. Untuk menganalisa pengaruh sebelum dan setelah pemberian *Balance Strategy Exercise* terhadap keseimbangan anak usia dini di BA Aisyiyah Jetis II Sukoharjo.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1. Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman kepada peneliti sehingga dapat menerapkan dan memperluas pengetahuan mengenai pengaruh *balance strategy exercise* terhadap keseimbangan anak usia dini

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini memberikan data/informasi tentang salah satu intervensi untuk mengatasi keseimbangan sehingga dapat menjadi bahan masukan terhadap proses pembelajaran di dalam pendidikan.

3. Bagi Kelilmuan Fisioterapi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu referensi yang menambah pengetahuan dan wawasan dalam bidang fisioterapi mengenai pengaruh *balance strategy exercise* terhadap keseimbangan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data dasar ataupun sebagai pembanding bagi peneliti lain yang amat berminat untuk melanjutkan penelitian yang berkaitan dengan *balance strategy exercise* dan pengaruhnya terhadap keseimbangan.

## E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian oleh Apriani (2015) dengan judul “Pemberian Pelatihan *Balance Strategy Exercise* Lebih Baik daripada Pelatihan *Core Stability Exercise* dalam Meningkatkan Keseimbangan Dinamis pada Lansia di Banjar Bumi Shanti, Desa Dauh Puri Kelod, Kecamatan Denpasar Barat” Penelitian ini bersifat *eksperimental*, dengan rancangan *randomized pre and post test control group design*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 24 orang dan teknik pengambilan sampel dengan *sample random sampling* yang akan dibagi menjadi 2 kelompok pelatihan yaitu kelompok pelatihan I dan kelompok pelatihan II yang masing-masing terdapat 12 orang lansia di dalamnya. Pengukuran menggunakan *Timed Up and Go Test (TUGT)* sebelum dan sesudah pelatihan dan ini dilakukan dengan frekuensi 3 kali dalam satu minggu selama lima minggu. Analisa data dengan menggunakan *Paired sample t-test*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan keseimbangan dinamis yang signifikan pada kelompok perlakuan *balance strategy exercise* daripada *core stability exercise*. Kesimpulannya *balance strategy exercise* lebih baik daripada *core stability exercise* dalam meningkatkan keseimbangan dinamis pada lansia. Perbedaan dengan penelitian saya yaitu dari segi responden, dimana dalam penelitian saya responden merupakan anak usia dini. Persamaan dengan penelitian saya yaitu sama-sama menggunakan *balance strategy exercise* sebagai intervensi yang akan dilakukan untuk meningkatkan keseimbangan.
2. Penelitian oleh Rahim (2015) dengan judul “Pengaruh Permainan Tradisional Egrang Tempurung Kelapa Terhadap Keseimbangan Anak Usia Dini 4-6 Tahun”. Penelitian ini merupakan jenis penelitian *quasi experimental* dengan pendekatan *pre and post test design with control group*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 60 orang, dengan 30 orang sebagai kelompok perlakuan dan 30 orang sebagai kelompok kontrol. Penelitian ini dilakukan sebanyak 3 kali seminggu selama 4

minggu dengan durasi 10 menit setiap sesi. Pengukuran keseimbangan menggunakan *Strok Stand Test* dalam keseimbangan statis dan *Balance Beam Test* dalam keseimbangan dinamis. Hasil penelitian pada kelompok perlakuan menghasilkan peningkatan keseimbangan yang sangat signifikan, dibandingkan dengan kelompok kontrol yang rata-rata peningkatan keseimbangan lebih kecil. Kesimpulannya, ada pengaruh permainan tradisional egrang tempurung kelapa terhadap keseimbangan anak usia dini 4-6 tahun. Perbedaan dengan penelitian saya yaitu intervensi yang digunakan merupakan permainan tradisional egrang tempurung kelapa. Persamaan dengan penelitian saya yaitu responden sama-sama anak usia dini.

3. Penelitian oleh Wintara (2016) dengan judul “Intervensi *Balance Strategy Exercise* Lebih Baik dalam Meningkatkan Keseimbangan Dinamis daripada *Isotonic Quadriceps Exercise* dengan Beban 1 Kilogram pada Lansia”. Jenis penelitian ini merupakan eksperimental dengan rancangan *Pre and Post Two Group Design*. Pengambilan sample dengan menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Sampel berjumlah 26 orang lansia yang berusia diatas 60 tahun di Desa Pitra, Kecamatan Penebel, Kabupaten Tabanan menunjukkan selisih peningkatan keseimbangan dinamis pada kelompok *Balance Strategy Exercise* menghasilkan peningkatan keseimbangan dinamis pada lansia lebih besar secara signifikan dibandingkan dengan pelatihan *Isotonic Quadriceps Exercise*. Perbedaan dengan penelitian saya yaitu dari segi responden, dimana dalam penelitian saya responden merupakan anak usia dini. Persamaan dengan penelitian saya yaitu sama-sama menggunakan *balance strategy exercise* sebagai intervensi yang akan dilakukan untuk meningkatkan keseimbangan.