

**PENGARUH PEMBERIAN *WOBBLE BOARD EXERCISE* TERHADAP
KESEIMBANGAN STATIS PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK
AISYIYAH AL AMIN SURAKARTA**

Putri Diana Sapitri*, Indarwati**, Rini Widarti***
putridiana17081945@gmail.com
STIKES 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang ; Keseimbangan statis pada anak usia 5-6 tahun sangat penting sebab anak yang memiliki keseimbangan bagus akan menjaga posisinya dalam keadaan diam sebagai awalan sebelum terjadinya pergerakan, namun tidak semua anak memiliki keseimbangan statis yang bagus. Salah satu modalitas fisioterapi untuk menangani hal tersebut adalah *wobble board exercise*. **Tujuan ;** Mengetahui adanya pengaruh pemberian *wobble board exercise* terhadap keseimbangan statis pada anak usia 5-6 tahun. **Metode Penelitian ;** Penelitian ini menggunakan metode *pre-experimental design* dengan teknik *one group pre-post test*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua anak yang berusia 5-6 tahun di TK Aiyiyah Al Amin. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *probability sampling* dengan cara *simple random sampling*, dengan responden sebanyak 20 anak dengan diberikan perlakuan selama 4 minggu setiap minggu 3 kali. Instrumen pengukuran kemampuan keseimbangan statis menggunakan *stork standing balance test*. **Hasil ;** Hasil penelitian menggunakan uji *Wilcoxon* diketahui bahwa data dari nilai *stork standing balance test* sebelum dan sesudah diberikan *wobble board exercise* diperoleh hasil signifikansi sebesar $p=0,001$ ($p<0,05$). **Kesimpulan ;** Ada pengaruh pemberian *wobble board exercise* terhadap keseimbangan statis pada anak usia 5-6 tahun di TK Aiyiyah Al Amin Surakarta.

Kata Kunci : Keseimbangan Statis, *Stork Standing Balance Test*, *Wobble Board Exercise*

Keterangan :

- * : Mahasiswa DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta
- ** : Dosen STIKES 'Aisyiyah Surakarta
- *** : Dosen STIKES 'Aisyiyah Surakarta

**THE EFFECT OF GIVING WOBBLE BOARD EXERCISE TOWARD
STATIC BALANCE IN CHILDREN OF 5-6 YEARS OLD AT
TK AISYIYAH AL AMIN SURAKARTA**

Putri Diana Sapitri*, Indarwati**, Rini Widarti***
putridiana17081945@gmail.com
STIKES 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRACT

Back ground : *Static balance in children aged 5-6 years is very important because children who have a good balance will maintain their position in silence as a prefix before the movement, but not all children have a good static balance. One of the physiotherapy modalities to deal with is a wobble board exercise. **Purpose :** To know the influence of wobble board exercise on static balance in children aged 5-6 years. **Methods :** This study used a pre-experimental design method with one group pre-post test technique. The population in this study were all children aged 5-6 years in TK Aisyiyah Al Amin Surakarta. The sampling technique in study used probability sampling by means of simple random sampling, with respondents as many as 20 children with treatment for 4 weeks every week 3 times. The static balance ability measurement instrument used stork standing balance test. **Result :** The results of the study used the Wilcoxon test revealed that the data from the stork standing balance test before and after given the wobble board exercise were obtained significant at $p=0,001(p<0,05)$. **Conclusion :** There is an effect of giving wobble board exercise to static balance in children aged 5-6 years at TK Aisyiyah Al Amin Surakarta.*

Keyword : *Static Balance, Stork Standing Balance Test, Wobble Board Exercise*

Information :

- * : *DIV Physiotherapy Student STIKES 'Aisyiyah Surakarta*
- ** : *Lecturer of STIKES 'Aisyiyah Surakarta*
- *** : *Lecturer of STIKES 'Aisyiyah Surakarta*