

KESULITAN MENYEIMBANGKAN GERAK TUBUH

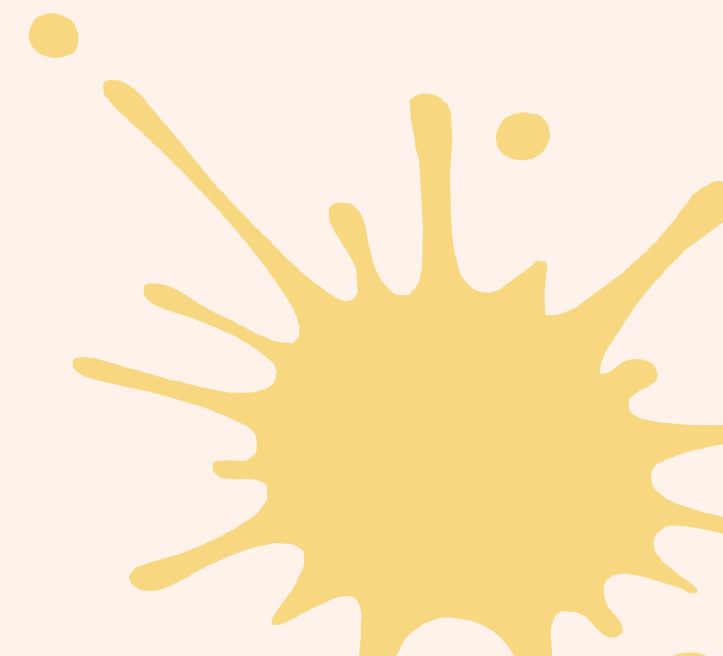
kelompok 10





Rahmadani Indra Wijaya
(2453053052)

Tri Ajeng Pratiwi
(2413053212)





LATAR BELAKANG

Pendidikan dasar memiliki peran penting dalam mengembangkan seluruh aspek perkembangan peserta didik, baik kognitif, afektif, maupun psikomotor. Salah satu aspek yang tidak kalah penting adalah perkembangan motorik, khususnya kemampuan menyeimbangkan gerak tubuh. Kemampuan ini menjadi dasar dalam melakukan berbagai aktivitas sehari-hari, seperti berjalan, berlari, melompat, serta berpartisipasi dalam kegiatan pembelajaran yang melibatkan gerak. Oleh karena itu, keseimbangan tubuh perlu dikembangkan sejak usia sekolah dasar agar mendukung perkembangan fisik dan kesiapan belajar siswa secara optimal.





Kajian Teori Keseimbangan Gerak Tubuh dan Hubungannya dengan konsentrasi belajar

Keseimbangan gerak tubuh merupakan salah satu kemampuan dasar yang sangat penting dalam kehidupan manusia, terutama dalam menunjang berbagai aktivitas sehari-hari. Secara umum, keseimbangan gerak tubuh dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam mempertahankan posisi tubuh agar tetap stabil, baik dalam keadaan diam maupun saat melakukan gerakan.

Dalam kehidupan sehari-hari, keseimbangan gerak tubuh sangat dibutuhkan dalam berbagai aktivitas, seperti berjalan, berlari, melompat, berdiri, maupun saat melakukan kegiatan sederhana seperti duduk dan berpindah tempat

Keseimbangan gerak tubuh tidak terlepas dari kerja sama berbagai sistem dalam tubuh. Sistem otot, sistem saraf, serta indera seperti penglihatan dan keseimbangan berperan penting dalam menjaga kestabilan tubuh



Hubungan Keseimbangan Gerak dengan Konsentrasi Belajar

Keseimbangan bukan sekadar kemampuan fisik, melainkan fondasi bagi kemampuan kognitif. Berdasarkan teori integrasi sensori, sistem vestibular (keseimbangan) yang tidak stabil akan memaksa otak bekerja lebih keras hanya untuk menjaga posisi tubuh agar tidak jatuh. Akibatnya, energi mental siswa terkuras untuk mengatur posisi fisik, sehingga fokus untuk menyerap materi pelajaran di kelas menjadi berkurang. Siswa dengan masalah keseimbangan sering kali terlihat gelisah, mudah lelah, dan memiliki rentang konsentrasi yang pendek.



Analisis Faktor Penyebab Hambatan Keseimbangan Kinestetik

Faktor penyebab kesulitan menyeimbangkan gerak tubuh pada dasarnya tidak terlepas dari berbagai hambatan yang berasal dari dalam diri individu maupun dari lingkungan sekitarnya. Secara umum, kesulitan ini dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal yang saling berkaitan satu sama lain.

Faktor internal lainnya adalah kondisi psikologis, seperti rasa takut, kurang percaya diri, atau kecemasan saat melakukan gerakan. Kondisi ini dapat membuat individu ragu-ragu dalam bergerak sehingga keseimbangan tubuh menjadi tidak stabil.

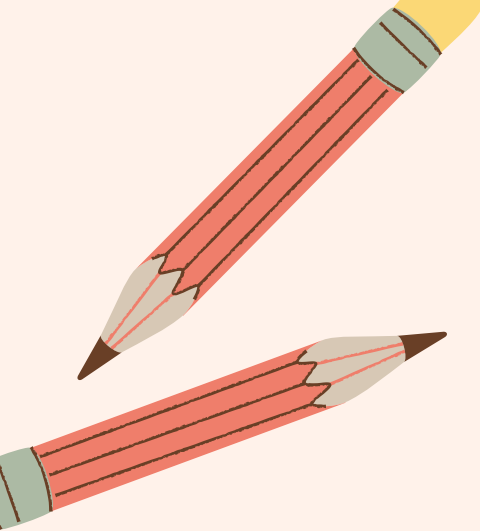
faktor eksternal yang berasal dari lingkungan. Lingkungan sekolah, seperti metode pembelajaran yang kurang variatif atau kurang melibatkan aktivitas fisik, dapat menyebabkan siswa kurang terlatih dalam menjaga keseimbangan tubuh.



Dampak kesulitan keseimbangan terhadap pembelajaran

- Konsentrasi menurun
- Hasil belajar menurun
- Perkembangan motorik terlambat
- Motivasi belajar rendah
- Interaksi sosial terhambat
- Kepercayaan diri rendah

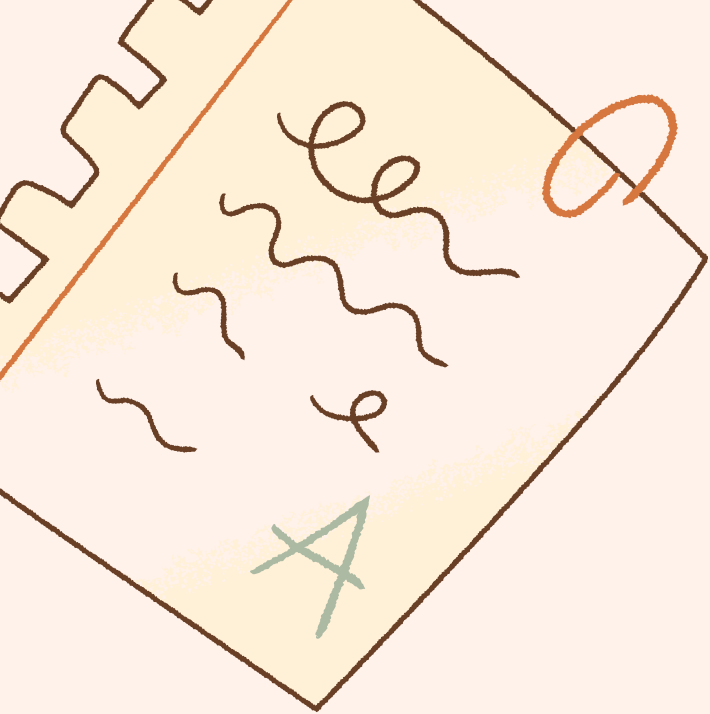




Model Desain Pembelajaran

- Identifikasi Tujuan
- Analisis Instruksional
- Analisis Karakteristik
- Strategi Scaffolding
- Pengembangan Media





Strategi Intervensi dan Fase Pelaksanaan

Fase 1: Pra-Instrksional

Fase 2: Presentasi materi

Fase 3: Latihan Terbimbing

Fase 4: Penilaian





KESIMPULAN

Keseimbangan gerak tubuh bukan hanya kemampuan fisik melainkan fondasi perkembangan kognitif, sosial, dan emosional siswa SD. Kesulitan keseimbangan dipengaruhi faktor internal & eksternal, dan berdampak pada konsentrasi, motivasi, serta hasil belajar. Melalui Model Desain Pembelajaran Dick & Carey dengan strategi scaffolding, hambatan ini dapat diatasi secara sistematis dan terukur.





TERIMA KASIH

-Kelompok 10-

