

# **PENGARUH *BRAIN GYM* TERHADAP PENINGKATAN KOORDINASI GERAK EKUILIRIBIUM PADA ANAK 7-8 TAHUN DI SD MUHAMMADIYAH 4 DEPOK**

**Nurbaiti Kholishoh**

## **Abstrak**

**Latar belakang :** Anak yang sehat harus memiliki pertumbuhan dan perkembangan yang baik. Pada anak usia 7-8 tahun memiliki koordinasi gerak yang belum optimal. Usia 7 - 8 tahun merupakan fase awal dimulai meningkatnya kemampuan keseimbangan dinamis pada anak perempuan maupun laki-laki. Perkembangan kognitif dapat dicapai dengan berbagai rangsangan baik oleh orang tua maupun guru. Perkembangan anak dapat melalui senam otak. Senam otak yang dapat menstimulus perkembangan kognitif melalui saklar otak, sehingga mengaktifkan energy positif pada anak sekolah. Pada penelitian ini menggunakan alat ukur pemeriksaan koordinasi ekuilibrimum. Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui Pengaruh *Brain Gym* terhadap Koordinasi Gerak Ekuilibrimum pada anak 7 – 8 tahun di SD Muhammadiyah 04 Depok. **Metode penelitian** menggunakan pre eksperimental dengan desain penelitian pre test dan post test. Jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah siswa siswi kelas 2 SD Muhammadiyah 04 Depok berusia 7-8 tahun dengan jumlah 60 sampel. **Hasil** analisa data menggunakan *kolmogrov smirnov test*. Hasil *Paired Sample T-test* menunjukkan ada pengaruh *Brain Gym* terhadap peningkatan koordinasi gerak ekuilibrimum pada anak 7-8 tahun dengan nilai *signifikan* 0,000 ( $P < 0,05$ ). Ada pengaruh *Brain Gym* terhadap peningkatan koordinasi gerak ekuilibrimum pada anak 7-8 tahun.

**Kata Kunci :** Brain Gym, Koordinasi Gerak Ekuilibrimum, Anak.

# **THE EFFECT OF BRAIN GYM ON IMPROVING EQUILIRIBIUM MOVEMENT COORDINATION IN CHILDREN 7-8 YEARS IN SD MUHAMMADIYAH 4 DEPOK**

**Nurbaiti Kholishoh**

## **Abstrack**

**Background** : Healthy children must have good growth and development. Children aged 7-8 years have coordination of movements that are not optimal. Age 7-8 years is the initial phase of increasing dynamic balance abilities in girls and boys. Cognitive development can be achieved by various stimuli both by parents and teachers. Children's development can be through brain exercise. Brain exercise that can stimulate cognitive development through brain switches, thereby activating positive energy in school children. In this study, a measuring instrument for checking the coordination of equilibrium was used. The purpose of this study was to determine the effect of Brain Gym on Equilibrium Movement Coordination in children 7-8 years old at SD Muhammadiyah 04 Depok. **The research method** used pre-experimental research design with pre-test and post-test. The number of samples used in this study were 2nd grade students of SD Muhammadiyah 04 Depok aged 7-8 years with a total of 60 samples. **The results** of data analysis using the Kolmogrov Smirnov test. The results of the Paired Sample T-test showed that there was an effect of Brain Gym on the improvement of equilibrium movement coordination in children 7-8 years with a significant value of 0.000 ( $P < 0.05$ ). There is an effect of Brain Gym on the improvement of equilibrium movement coordination in children 7-8 years old.

**Keyword** : Brain Gym, movement coordination equiliribium, children.