

THE EFFECT OF BEAM WALKING EXERCISE ON THE LEVEL OF DYNAMIC BALANCE OF DEAF CHILDREN IN SLB-B FOR THE DEAF, YPPLB MAKASSAR

Rusli¹, Sarifin², Wahyana Mujari Wahid³, Muh. Alim Nur⁴

^{1,2,3,4} Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar,

Jl. Wijaya Kusuma No. 14, Banta-Bantaeng, Rappocini, Makassar, Sulawesi Selatan.

ruslifik@unm.ac.id sarifin.g@unm.ac.id wahyana.mujari@unm.ac.id muhalmunnur@gmail.com

Abstract

This research was based on observations and interviews that researchers conducted during sports lessons at SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar, it was seen that there were still many deaf children who still had a low level of dynamic balance, especially class 2 SDLB. The aim of this research is to find out whether there is an effect of beam walking training on the level of dynamic balance of deaf children at SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar. This research is a pre-experimental type of quantitative research with a one-group pre-test post-test design. The population in this study was 33 deaf children and the sample was 4 deaf children with the sampling technique used, namely purposive sampling. Data selection uses a dynamic balance test instruments. The data analysis technique uses the T-Test with the help of IBM SPSS Statistics 27 software. Based on the output table data analysis, the result of the paired sample t-test produce an average pre-test score of 42.00 points and an average post-test score of 67.50 points, so The average increase in difference value was 25.50 points. Based on the decision making criteria, the sig. (2-tailed) $0,002 < 0,05$. So it can be concluded that there is an influence of beam walking training on the level of dynamic balance of deaf children at SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar.

Keywords: Beam Walking Exercise, Dynamic Balance, Deaf Children.

PENGARUH LATIHAN BEAM WALKING TERHADAP TINGKAT KESEIMBANGAN DINAMIS ANAK TUNARUNGU DI SLB-B TUNARUNGU YPPLB MAKASSAR

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi dari observasi dan wawancara yang peneliti lakukan saat pembelajaran olahraga di SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar terlihat masih banyak anak tunarungu yang masih memiliki tingkat keseimbangan dinamis yang rendah terutama kelas 2 SDLB. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan *beam walking* terhadap tingkat keseimbangan dinamis anak tunarungu di SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis *pre-experimental* dengan desain penelitian *one-group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 33 orang anak tunarungu dan sampel sebanyak 4 orang anak tunarungu dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrumen *dynamic balance test*. Teknik analisis data menggunakan Uji-T dengan bantuan software IBM SPSS Statistics 27. Berdasarkan analisis data tabel *output* hasil *paired sample t-test* menghasilkan nilai rata-rata *pre-test* sebesar 42.00 poin dan nilai rata-rata *post-test* sebesar 67.50 poin, maka diperoleh nilai selisih peningkatan rata-rata sebesar 25.50 poin. Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan bahwa nilai sig. (2-tailed) $0,002 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh latihan *beam walking* terhadap tingkat keseimbangan dinamis anak tunarungu di SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar.

Kata kunci : Latihan *Beam Walking*, Keseimbangan Dinamis, Anak Tunarungu.

PENDAHULUAN

Anak adalah amanah dari Tuhan yang diletakkan pada pundak orang tua untuk dijaga dan di didik agar ia menjadi manusia yang berguna. Secara umum, anak mempunyai hak dan

kesempatan untuk berkembang sesuai dengan potensinya. Namun, masih banyak anak yang memiliki kekurangan dan salah satunya adalah pendengaran. Anak yang seperti itu disebut anak tunarungu.

Tunarungu merupakan kondisi terganggunya fungsi pendengaran seseorang yang bisa berlangsung hanya sementara atau permanen. Orang yang hidup berdampingan dengan anak tunarungu tentu saja akan memerlukan bentuk komunikasi khusus agar pembicaraan bisa tersampaikan dengan baik. Terdapat dua jenis tuna rungu, yaitu bersifat bawaan (terjadi sejak lahir) dan adventif (terjadi setelah dilahirkan). Pada sebagian tunarungu ada yang mengalami gangguan keseimbangan, terlihat dari cara berjalannya kaku agak membungkuk, gerakan mata lebih cepat. Hal ini menunjukkan bahwa ia ingin menangkap atau mengetahui keadaan lingkungan sekitarnya dan beberapa anak tunarungu SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar mempunyai kekurangan dalam komponen fisik khususnya keseimbangan.

Menurut (Arimbi et al., 2022) disabilitas rungu/wicara atau tunarungu adalah anak yang kehilangan seluruh atau sebagian daya pendengarannya, sehingga mengalami gangguan berkomunikasi secara verbal. Secara fisik, anak tunarungu tidak berbeda dengan anak-anak pada umumnya, sebab orang akan mengetahui bahwa anak menyandang ketunarunguan pada saat berbicara, mereka berbicara tanpa suara atau dengan suara yang kurang jelas atau tidak jelas artikulasinya, atau bahkan tidak berbicara sama sekali, mereka menggunakan bahasa isyarat. Sejumlah variable (derajat, jenis, penyebab dan usia kejadiannya) berkombinasi di dalam diri seorang anak tunarungu yang mengakibatkan dampak yang unik terhadap perkembangan personal, sosial, intelektual dan pendidikannya, yang pada gilirannya hal ini akan memengaruhi pilihan gaya hidupnya pada masa dewasa (terutama kelompok sosial dan pekerjaannya).

Berdasarkan tingkat keberfungsian telinga dalam mendengar bunyi, ketunarunguan dapat diklasifikasikan ke dalam empat kategori yaitu;

- 1) Ketunarunguan ringan (*mild hearing impairment*), yaitu kondisi di mana orang masih dapat mendengar bunyi dengan intensitas 20-40 dB (desibel). Mereka sering tidak menyadari bahwa sedang diajak bicara, mengalami sedikit kesulitan dalam percakapan.
- 2) Ketunarunguan sedang (*moderate hearing impairment*), yaitu kondisi dimana orang masih dapat mendengar bunyi dengan intensitas 40-65 dB. Mereka mengalami kesulitan dalam percakapan tanpa memperhatikan wajah pembicara, sulit mendengar dari kejauhan atau dalam suasana gaduh, tetapi dapat terbantu dengan alat bantu dengar (*hearing aid*).
- 3) Ketunarunguan berat (*severe hearing impairment*), yaitu kondisi di mana orang hanya dapat mendengar bunyi dengan intensitas 65-95 dB. Mereka sedikit memahami percakapan pembicaraan bila memperhatikan wajah pembicara dengan suara keras, tetapi percakapan normal praktis tidak mungkin dilakukannya, tetapi dapat terbantu dengan alat bantu dengar.
- 4) Ketunarunguan parah (*profound hearing impairment*), yaitu kondisi di mana orang hanya dapat mendengar bunyi dengan intensitas 95 dB atau lebih keras. Percakapan normal tidak mungkin baginya, ada yang dapat terbantu dengan alat bantu dengar tertentu, sangat bergantung pada komunikasi visual.

Menurut (Putranto, 2015) ada beberapa faktor penyebab tunarungu pada anak, berikut ini beberapa di antaranya:

- 1) Faktor-faktor sebelum anak dilahirkan (*prenatal*), meliputi: keturunan, cacat air, campak (*rubella, gueman measles*), *toxaemia* (keracunan darah), penggunaan pil kina atau obat-obatan dalam jumlah besar, kekurangan oksigen (*anoxia*), serta kelainan organ pendengaran sejak lahir.
- 2) Faktor-faktor saat anak dilahirkan (*natal*), yaitu: *rheus (Rh)* ibu dan anak yang sejenis, kelahiran secara prematur, kelahiran menggunakan *forcep* (alat bantu tang), serta proses bersalin yang terlalu lama.

3) Faktor-faktor sesudah anak dilahirkan (*postnatal*), di antaranya: infeksi, meningitis (radang selaput otak), tunarungu perseptif yang bersifat keturunan, serta otitis media yang kronis.

Menurut (Firdaus & Irawadi, 2018) secara umum keseimbangan dibedakan menjadi dua jenis, yaitu keseimbangan statis dan keseimbangan dinamis. Keseimbangan statis adalah keseimbangan tubuh dalam keadaan diam atau tidak bergerak. Keseimbangan dinamis adalah keseimbangan tubuh pada saat melakukan aktivitas atau gerakan. Sedangkan menurut (Kurniastuti et al., 2023) anak tuli mengalami kesulitan dalam menjaga keseimbangan tubuh mereka. Hal ini disebabkan oleh permasalahan pada organ keseimbangan di teliga, yang juga berperan dalam menjaga keseimbangan tubuh. Sebagai hasilnya cara berjalan anak tunarungu dapat terlihat kaku dan agak membungkuk karena mereka harus mengkompensasi keterbatasan keseimbangan mereka. (Nurfantri et al., 2022) menyatakan bahwa keseimbangan tubuh tunarungu disebabkan oleh sistem vestibular mereka, vestibular selain berfungsi dalam pendengaran yang bergantung pada *koklea*, telinga dalam memiliki komponen khusus lain. *Apparatus vestibular*, yang memberikan informasi esensial bagi sensasi keseimbangan dan untuk koordinasi gerakan kepala dengan gerakan mata dan postur. *Apparatus vestibularis* terdiri dari dua set struktur di dalam bagian terowongan tulang temporal dekat *koklea*, yaitu *kanalis semisirkularis* dan organ otolit, yaitu *utricle* dan *sakulus*. *Apparatus vestibularis* mendeteksi perubahan posisi dan gerakan kepala. Semua komponen *apparatus vestibularis* mengandung endolimfe, sedangkan serabut *vestibularis* mengandung sensorik seperti sentuhan, temperatur *proprioseptif* (posisi tubuh) dan *nosiseptif* (nyeri). Reseptor sensorik menutupi kulit dan epitel, otot rangka, tulang dan sendi, organ dan sistem *kardiovaskular*. Informasi *proprioseptif* disalurkan ke otak melalui *kolumna dorsalis medula spinalis*. Sebagian besar masukan (input) *proprioseptif* menuju serebelum, tetapi ada pula yang menuju ke *korteks serebri* melalui *lemniscus medialis* dan *thalamus*. Pada otak, bagian yang berfungsi sebagai pengatur keseimbangan adalah serebelum. Serebelum adalah bagian otak yang seukuran bola kasti dan sangat berlipat serta terletak di bawah *lobus oksipitalis korteks* dan melekat ke punggung bagian atas otak. Di sebelum ditemukan lebih banyak neuron individual daripada di bagian otak lainnya dan hal ini menunjukkan pentingnya struktur ini. Sistem saraf menggunakan serebelum untuk mengkoordinasikan fungsi pengatur motorik dengan tiga tingkatan yaitu: *vestibulocerebellum*, *spinocerebellum*, dan *cerebrocerebellum*.

Menurut (Umiyati, 2018) papan titian adalah untuk melatih keseimbangan anak, terbuat dari kayu ringan dan kuat, sehingga dapat dipindahkan di berbagai area, dapat di cat dengan berbagai warna. Papan titian berguna untuk menstimulasi system vestibular anak, bermain papan titian bukan merupakan bermain aktif karena merupakan kegiatan yang menimbulkan kesenangan dan kepuasan anak melalui aktifitas yang mereka lakukan sendiri dan melibatkan banyak aktivitas gerak tubuh. Menurut (Sarini et al., 2017) balok titian merupakan alat untuk melatih keseimbangan tubuh, kekuatan otot kaki. Dengan melakukan kegiatan berjalan diatas balok titian, kegiatan ini dapat divariasikan dengan tangan direntang, tangan dipinggang, membawa beban, ember kecil berisi air. Selain itu, dapat juga dengan berjalan diatas balok dengan tangan sedekap, berjalan tangan direntang dan memejamkan mata.

Menurut (Theraphy Source, 2021) berikut adalah 10 cara berbeda untuk melatih keseimbangan anak. Tentu saja, seorang anak dapat berjalan maju di atas balok keseimbangan, tetapi berikut adalah 10 cara lain untuk menggabungkan jalan di atas balok: Berjalan melintasi balok dengan tangan di atas kepala ke samping atau dipinggul, Letakkan benda kecil pada balok dan anak harus melangkah melewati benda tersebut tetapi tetap berada di balok, Bergerak kesamping melakukan tendangan tinggi atau mundur melintasi balok, Berjalan jinjit atau tumit melintasi balok, Bergeraklah dengan kedua tangan dan kaki anda pada balok, Berjalan setengah jalan melintasi balok dan putar satu lingkaran penuh lalu teruskan melintasi balok, Berjalan melintasi balok sambil menyeimbangkan sebuah objek buku/*beanbag* di atas kepala anda,

Berjalan melintasi balok dengan tumit sampai ujung kaki, Berjalan melintasi balok mengikuti irama metronom, dan Bergerak seperti hewan yang berbeda melintasi balok.

Menurut (Widiastuti, 2016) latihan meniti atau berjalan di atas balok keseimbangan merupakan kegiatan latihan yang biasa dilakukan oleh atlet senam artistic untuk melatih keseimbangannya. Latihan ini dilakukan di atas balok keseimbangan dengan panjang papan = 80 x 9.5 x 2 cm dan bantalan = 20 x 9.5 x 4 cm secara berulang-ulang. Dalam latihan berjalan di atas balok ini sampel dapat melakukan latihan dimulai dari latihan yang paling sederhana yaitu latihan berjalan maju. Kemudian materi latihan dapat ditingkatkan dengan berjalan kesamping dan latihan berjalan mundur.

Menurut (Mulyani & Gracinia, 2007) adapun beberapa tujuan dari kegiatan bermain Balok titian ini di antaranya: (a) Melatih kekuatan otot kaki, (b) Melatih keseimbangan tubuh, (c) Melatih menggerakkan badan dan kaki untuk kekuatan otot, koordinasi, (d) Melatih keberanian dan percaya diri. Balok titian bermanfaat untuk mengembangkan gerak keberanian, keseimbangan dan partisipasi anak.

Menurut (Muhyi et al., 2020) berjalan di atas balok titian dengan ketinggian 5 cm, berjalan di atas balok titian dari arah kiri dan ada juga anak-anak yang berjalan dari arah kanan. Setiap anak berusaha berjalan dan usahakan bisa melewati teman dari arah yang berlawanan. Balok titian yang diletakkan di lantai cukup panjang sehingga anak-anak bisa berjalan dari arah yang berlawanan, pada saat saling berpapasan anak dari arah yang berlawanan tidak boleh turun dari balok titian. Anak-anak pada saat berjalan di atas balok titian tidak perlu berjalan cepat pelan saja tetapi sampai pada tujuan dan tidak pernah menurunkan kaki dari balok titian.

Menurut (Faruq, 2007) mengembangkan gerak keberanian, keseimbangan dan partisipasi anak dengan balok titian, antara lain :

- 1) Melangkah di Atas Balok Titian dengan Langkah Pendek : Menyediakan sebuah balok titian yang aman untuk anak. Panjang titian tidak lebih dari 3 meter. Anak diminta untuk berjalan di atas balok titian dengan perlahan dan langkah-langkah kecil/pendek. Sewaktu-waktu anak boleh turun dan naik kembali untuk melanjutkan langkahnya sampai diujung balok titian. Setiap anak dapat mencoba beberapa kali dengan harapan anak menemukan titik keseimbangan yang sebenarnya, bersepatu atau tidak bersepatu. Anak-anak harus berjalan di atas balok titian satu persatu.
- 2) Melangkah di Atas Balok Titian dengan Langkah Panjang: Pada tahap ini saat melangkah di atas balok titian, anak-anak tidak boleh jatuh atau turun. Langkah kaki harus normal, agak panjang, dan kedua tangan bisa digunakan sebagai penyeimbang dengan cara merentangkannya. Jika anak jatuh atau turun sebelum sampai diujung papan titian, anak harus mengulanginya kembali. Anak-anak tidak hanya menggunakan aktivitas ini untuk bermain - main saja, anak juga harus merasakan bagaimana agar bisa menemukan keseimbangan badannya yang sebenarnya.

Melangkah di Atas Balok Titian dengan Langkah Menyamping : Anak melangkah di atas balok titian dengan berjalan menyamping. Hal ini dapat dilakukan secara perorangan atau berpasangan. Jika berpasangan, mereka harus saling berpegangan tangan, berjalan menyamping bersama, dan tidak ada yang boleh jatuh. Anak-anak harus berjalan menyamping secara perlahan-lahan. Berdasarkan pengamatan pada bulan November 2022 bertepatan saat Kegiatan Belajar Mengajar pada Mata Kuliah Olahraga Adaptif dan observasi yang peneliti lakukan saat kegiatan pembelajaran olahraga di SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar terlihat masih banyak anak tunarungu yang masih memiliki tingkat keseimbangan dinamis yang rendah. Peneliti juga mewawancarai Kepala Sekolah SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar beliau mengatakan “Untuk tingkat keseimbangan dinamis anak tunarungu di SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar masih kurang terutama di tingkatan SDLB Kelas 2” ujar Junaidin, S.Pd.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian pre-eksperimen. Menurut (Yusuf, 2017) *pre-eksperimen* yaitu penelitian eksperimen yang pada prinsipnya hanya menggunakan satu kelompok. Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan SLB YPPLB Makassar, Jalan Cendrawasih 1 No.226 A, Kampung Buyang, Kec. Mariso, Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan. Pelaksanaan penelitian ini berlangsung selama 3 minggu. Dalam 1 minggu terdapat 4 kali pertemuan (*treatment*), sehingga jumlah pertemuan keseluruhannya terdapat 12 kali pertemuan. Desain penelitian yang digunakan yaitu desain penelitian *pre-eksperimental* jenis *one-group pretest-posttest design*. *Pretest* dilakukan pada awal penelitian (sebelum *treatment*) dan *posttest* diberikan saat akhir penelitian (setelah *treatment*).



Gambar 1. Desain Penelitian

Populasi penelitian ini adalah anak tunarungu di SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar berjumlah 33 orang anak tunarungu. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *puposive sampling*. Sampel yang digunakan berjumlah 4 orang anak tunarungu.

Kriteria pengambilan sampel:

1. Anak tunarungu dengan tingkatan SDLB
2. Anak tunarungu kelas 2 SDLB.

Tes Keseimbangan Dinamis menurut (TKSI KEMENDIKBUD, 2023) Tes ini berupa gerakan melompat secara zig-zag menggunakan satu kaki dan berhenti satu kaki dan berhenti sejenak setelah melakukan pendaratan. Tes ini diadopsi dari (Johnson dan Nelson, 1986). Tes ini bertujuan untuk mengukur tingkat keseimbangan tubuh secara dinamis.

Tabel 1. Norma Tes Keseimbangan Dinamis

No	Keseimbangan Dinamis	Kriteria
1.	≤ 13	Sangat Kurang
2.	14-31	Kurang
3.	32-49	Sedang
4.	50-68	Baik
5.	≥ 69	Sangat Baik

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Deskriptif.

Analisis deskriptif dilakukan terhadap data latihan *beam walking* terhadap tingkat keseimbangan anak tunarungu di SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar. Hal ini dimaksudkan untuk memberi makna pada hasil analisis yang telah dilakukan.

Tabel 2 Hasil Uji Analisis Deskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std Deviation
Nilai Pre-Test	4	31	49	42.00	8.367
Nilai Post-Test	4	51	79	67.50	13.102

Berdasarkan tabel diatas merupakan gambaran data tingkat keseimbangan dinamis anak tunarungu di SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar sebelum dan sesudah diberi perlakuan latihan *beam walking* dapat dikemukakan sebagai berikut:

Untuk data *pre-test* dengan jumlah sampel 4 anak diperoleh nilai terendah tingkat keseimbangan dinamis sebesar 31 poin dari 100 poin, nilai tingkat keseimbangan dinamis tertinggi sebesar 49 poin dari 100 poin, nilai rata-rata tingkat keseimbangan dinamis sebesar 42,00 dan nilai standar deviasi sebesar 8,367. Untuk data *post-test* dengan jumlah sampel 4 anak diperoleh nilai terendah tingkat keseimbangan dinamis sebesar 51 poin dari 100 poin, nilai tingkat keseimbangan dinamis tertinggi sebesar 79 poin dari 100 poin, nilai rata-rata tingkat keseimbangan dinamis sebesar 67,50 dan nilai standar deviasi sebesar 13,102.

2. Uji Prasyarat Analisis

a. Uji Normalitas

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

	Shapiro-Wilk			Keterangan
	Statistics	df	Sig.	
Pre-Test	.894	4	.402	Normal
Post-Test	.904	4	.449	Normal

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa pengujian normalitas data dengan menggunakan uji *shapiro-wilk* menunjukkan hasil nilai *pre-test* sebesar 0,402 dan nilai *post-test* sebesar 0,449 berdasarkan kriteria pengambilan keputusan bahwa nilai *pre-test* adalah *sig.* $0,402 > 0,05$ artinya berdistribusi normal dan nilai *post-test* adalah *sig.* $0,449 > 0,05$ artinya berdistribusi normal. Sehingga dapat dinyatakan memenuhi syarat untuk dilakukan uji statistik parametrik yaitu uji *paired sample t-test*.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk membuktikan apakah hipotesis diterima atau ditolak dengan menggunakan data sampel guna menarik kesimpulan tentang suatu populasi dan uji hipotesis yang digunakan adalah uji-t atau *t-test*. Uji *paired sample t-test* adalah uji statistik yang digunakan untuk melihat apakah ada perbedaan rata-rata antara dua sample yang saling berpasangan atau berhubungan. Karena berpasangan, maka data dari kedua sampel harus memiliki jumlah yang sama atau berasal dari sumber yang sama. Dalam penelitian ini yang

ingin dilihat adalah perbedaan rata-rata keseimbangan sebelum diberi perlakuan (*pre-test*) dan setelah diberi perlakuan (*post-test*).

Tabel 4 Hasil Uji Hipotesis

	Mean	Std Deviation	t	df	Sig. (2-tailed)
Nilai Pretest – Nilai Posttest	-25.500	4.933	-10.339	3	.002

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa pengujian hipotesis menggunakan uji *paired sample t-test* diperoleh nilai selisih peningkatan rata-rata sebesar 25.50 poin. Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan bahwa nilai *sig. (2-tailed)* $0,002 < 0,05$. Maka dengan demikian dapat disimpulkan ada pengaruh latihan *beam walking* terhadap peningkatan tingkat keseimbangan dinamis anak tunarungu di SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan *beam walking* terhadap tingkat keseimbangan dinamis anak tunarungu di SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar. Hasil penelitian dan analisis data diperoleh kesimpulan bahwa nilai sebelum dan setelah latihan *beam walking* terdapat perbedaan. Sampel pertama dengan inisial AS termasuk dalam anak tunarungu yang memiliki tubuh yang paling pendek, meskipun dia memiliki tubuh yang paling pendek sehingga dia membutuhkan tenaga lebih untuk melompat pada saat *dynamic balance test* tetapi dia termasuk anak yang cukup antusias dan senang ketika mengikuti latihan *beam walking*, hal itu dapat kita liat pada lampiran dokumentasi dia sering tersenyum. Sehingga dia mempunyai nilai *dynamic balance test pre-test* 40 dan *post-test* 63. Sampel kedua dengan inisial ARNA termasuk dalam anak tunarungu yang memiliki tubuh yang paling tinggi, meskipun dia memiliki tubuh yang paling tinggi tetapi keseimbangan dia sangat kurang, dia dengan mudah melompat meraih semua tanda yang ada tetapi dia tidak bisa menyeimbangkan badannya ketika kakinya diangkat satu. Tetapi dia juga cukup antusias dalam mengikuti latihan *beam walking* seperti pada saat selesai sesi latihan *beam walking* dia tetap latihan bersama temannya, sehingga dia mempunyai nilai *dynamic balance test pre-test* 49 dan *post-test* 77. Sampel ketiga dengan inisial AAR termasuk dalam anak tunarungu yang memiliki tubuh yang cukup tinggi, meskipun dia memiliki tubuh yang cukup tinggi tetapi dia merupakan anak tunarungu dengan ketunaan ganda oleh karena itu dia sangat sulit melakukan *dynamic balance test*. Karena pada saat melakukan *dynamic balance test* dia melompat dengan menggunakan kaki kanan terus dan tidak mengganti dengan kaki lainnya yang dimana *dynamic balance test* menggunakan kedua kaki secara bergantian. Dengan ketunanaan ganda tersebut dia memiliki nilai test dinamis balance yang sangat rendah. Sehingga dia mempunyai nilai *dynamic balance test* yang sangat rendah dengan nilai *pre-test* 31 dan *post-test* 51. Sampel keempat dengan inisial SA termasuk dalam anak tunarungu yang memiliki tubuh yang cukup pendek, meskipun dia memiliki tubuh yang cukup pendek tetapi dia termasuk anak dengan antusias sangat tinggi ketika mengikuti latihan *beam walking* karena setiap selesai sesi latihan *beam walking* dia masih ingin latihan dan dia latihan bersama temannya yang berinisial ARNA dan AS. Sehingga dia mempunyai nilai *dynamic balance test* yang sangat tinggi dengan nilai *pre-test* 48 dan *post-test* 79.

Faktor penyebab peningkatan nilai *dynamic balance test* yang utama adalah dari latihan *beam walking*. Selain dari latihan *beam walking*, salah satu penyebab rendahnya nilai *dynamic balance test* adalah ketika *pre-test dynamic balance test* sampel memakai rok sehingga kesulitan ketika melompat saat melakukan *dynamic balance test* karena harus memegang rok mereka masing-masing dan fokus mereka menjadi terpecah sehingga kesulitan melompat.

Ketika *post-test dynamic balance test* sampel menggunakan pakaian olahraga sehingga nilai *dynamic balance test* cukup tinggi karena mereka menggunakan celana sehingga tidak harus memegang celana dan fokus mereka tidak terpecah sehingga mudah untuk melompat.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, dengan nilai rata-rata *pre-test* sebesar 42.00 poin dan nilai rata-rata *post-test* sebesar 67.50 poin maka memperoleh nilai rata-rata selisih peningkatannya sebesar 25.50 poin. Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan bahwa nilai *sig. (2-tailed)* $0,002 < 0,05$. Maka dengan demikian dapat disimpulkan ada pengaruh latihan *beam walking* terhadap peningkatan tingkat keseimbangan dinamis anak tunarungu di SLB-B Tunarungu YPPLB Makassar. Hal ini berarti bahwa dengan melakukan latihan *beam walking* maka akan meningkatkan keseimbangan dinamis anak tunarungu.

DAFTAR PUSTAKA

- Arimbi, Arfanda, P. E., Puspita, L., & Wahid, W. M. (2022). *Implementasi Ilmu Keolahragaan dalam Perkembangan Olahraga Disabilitas Indonesia* (Moh. Nasrudin (ed.); 1st ed.). PT. Nasya Expanding Management (Penerbit NEM - Anggota IKAPI). www.penerbitnem.com
- Astutie, C. S. A. (2018). *Hubungan Kelincahan dan Keseimbangan Dinamis Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Ekstrakurikuler Futsal SMAN 2 Gadingreji*. 1–26.
- Faruq, M. M. (2007). *100 Permainan Kecerdasan Kinestetik* (Muhammad Muhyi Faruq (ed.); 1st ed.). PT. Grasindo.
- Firdaus, K., & Irawadi, H. (2018). *Pembelajaran Tenis Lapangan* (K. Firdaus & H. Irawadi (eds.); 1st ed.). PT. Rajagrafindo Persada.
- Hasmi. (2016). *Metode Penelitian Kesehatan* (1st ed.). Penerbit IN MEDIA. <http://www.penerbitinmedia.com>
- Kurniastuti, I., Evanjeli, L. A., Adimassana, Y. B., Wahyuningrum, C. T., & Bei, S. (2023). *Mengenal Fungsi Eksekutif dan Pembelajaran Bahasa Anak Tuli* (Y. Y. Taum (ed.); 1st ed.). Sanata Dharma University Press anggota APPTI.
- Muhyi, M., Santoso, H., Hakim, L., Hanafi, M., & Rangga, B. (2020). *PJOK Tematik Terpadu Tingkat Sekolah Dasar Kelas 2* (Tika Lestari (ed.); 1st ed.). CV. Jakad Media Publishing.
- Mulyani, Y., & Gracinia, J. (2007). *Kemampuan Fisik, Seni dan Manajemen Diri* (R. Ghifarri (ed.); 1st ed.). PT. Elex Media Komputindo.
- Nurfantri, Ernawati, Ahmadi, & M, A. (2022). *Keperawatan Dasar* (E. D. Widyaqaty, S. W. Purwanza, & Marni (eds.); 1st ed.). Penerbit Rena Cipta Mandiri.
- Putranto, B. (2015). *Tips Menangani Siswa Yang Membutuhkan Perhatian Khusus* (Kurniawani (ed.); 1st ed.). DIVA Press.
- Sarini, Pristiwaluyo, T., & Budiman, A. (2017). *Latihan Peningkatan Keseimbangan Tubuh Siswa Tunagrahita Sedang Melalui Bermain Balok Titian di SLB Negeri Makassar*. 6. <https://eprints.unm.ac.id/22149/>
- TKSI KEMENDIKBUD. (2023). *Tes Keseimbangan: Dynamic Balance test*. <https://tksi.kemdikbud.go.id/tksi/prosedur-detail.php?idp=83>
- Umiyati. (2018). Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Sebagai Stimulasi Motorik Anak Melalui Papan Titian. *SENDIKA: Seminar Nasional Pendidikan FKIP UAD*, II(1), 288–293.
- Widiastuti. (2016). Modified Bass Test of Dynamic Balance. *Journal of S.P.O.R.T*, 05(1), 35–44.