



## PROGRAM "LARFA" UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK ANAK DENGAN ADHD

Neva Prajna Paramitha

### Abstrak

Hiperaktifitas merupakan akibat buruknya keterampilan motorik yang dialami anak dengan ADHD. Buruknya keterampilan motorik mempengaruhi kemampuan dalam mengontrol dan mengkoordinasi gerak motorik serta keseimbangan tubuh anak dengan ADHD. Akibatnya, mereka memiliki permasalahan pada inatensi, berhitung dan bahasa, bahkan kemampuan dalam memproses informasi. Program "LARFA" merupakan metode intervensi bagi anak dengan ADHD untuk belajar mengendalikan gerakan, keseimbangan, serta visual-motorik yang diaplikasikan melalui gerakan yoga. Penelitian dilakukan untuk mengetahui pengaruh Program "LARFA" dalam meningkatkan keterampilan motorik anak dengan ADHD. Penelitian ini menggunakan desain penelitian A-B-A kepada tiga orang anak dengan ADHD berumur 7-10 tahun selama 12 kali pertemuan dengan waktu 60 menit disetiap pertemuannya. Peningkatan keterampilan motorik dilihat melalui *visual inspection* perilaku meniti balok titian dan hasil uji *paired samples t-test*. Hasilnya, ketiga subjek mengalami peningkatan *mean score* dan memiliki nilai  $t = -10,801$  dengan nilai  $p < 0,01$ . Artinya, melalui Program "LARFA" ketrampilan motorik anak dengan ADHD dapat ditingkatkan.

Kata kunci: Anak dengan ADHD, Ketrampilan Motorik, Program "LARFA"

### Abstract

*Hyperactivity is a result of motor skills problems in children with ADHD. Poor motor skills in children with ADHD affect the ability to control and coordinate motor movement and body balancing. As a result, they have problems with inattention, calculate and language, and to process information. The "LARFA" program is an intervention method for children with ADHD to control movement, balancing, and visual-motor with yoga pose. The aim of this study is to determine effect of "LARFA" Program in improving motor skills in children with ADHD. This study uses A-B-A research designs to three children with ADHD aged 7-10 years for 12 times with 60 minutes in each meeting. Improvement of motor skills is seen through visual inspection of behavior walking to the beam and paired samples t-test. The result is the percentage value increases significantly and has a value of  $t = -10,801$  with a value of  $p < 0.01$ . That means, the "LARFA" program can improve motor skills in children with ADHD.*

*Keyword: Children with ADHD, Motor Skill, "LARFA" Program*