IMPLEMENTASI EDUKASI DAN PELAYANAN FISIOTERAPI PADA ANAK ADHD DALAM MENINGKATKAN KUALITAS TUMBUH KEMBANG MELALUI PROGRAM GOLDEN KIDS BORNEO

Rahmania Ambarika[1], Kurniawati Putri Al Saudi[2], Emiliani[3], Irsa Hasanah[4]

[1,2,3,4]*Universitas Strada Indonesia*
E-mail : rahmania.ambar@gmail.com[1], kpaudi21@gmail.com[2], lianiemy54@gmail.com[3], irsahananda01@gmail.com[4]

ABSTRAK

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) merupakan gangguan perkembangan neurobehavioral yang ditandai dengan kesulitan memusatkan perhatian, hiperaktivitas, dan impulsivitas sehingga dapat memengaruhi perkembangan motorik, koordinasi, keseimbangan, serta aktivitas sehari-hari anak. Kurangnya pengetahuan masyarakat, khususnya orang tua, mengenai penanganan ADHD dan peran fisioterapi menyebabkan intervensi yang diberikan sering kali belum optimal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan mengimplementasikan edukasi dan pelayanan fisioterapi pada anak ADHD melalui Program Golden Kids Borneo guna meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak. Kegiatan dilaksanakan menggunakan pendekatan promotif dan preventif dengan metode partisipatif yang meliputi penyuluhan kesehatan, skrining fisioterapi, konsultasi, demonstrasi latihan motorik, keseimbangan, dan koordinasi, serta pemberian media edukasi kepada orang tua dan masyarakat. Sasaran kegiatan adalah anak dengan ADHD beserta orang tua atau pendamping yang mengikuti kegiatan di Car Free Day (CFD) Lapangan TVRI Kota Palangka Raya. Luaran yang diharapkan berupa peningkatan pengetahuan orang tua mengenai ADHD, meningkatnya kemampuan dalam memberikan stimulasi motorik di rumah, terlaksananya skrining fisioterapi sederhana, serta meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini dan pemanfaatan layanan fisioterapi. Program ini diharapkan menjadi upaya promotif dan preventif yang berkelanjutan melalui kolaborasi antara perguruan tinggi dan Golden Kids Borneo dalam mendukung optimalisasi tumbuh kembang anak dengan ADHD.

Kata Kunci : *ADHD; Fisioterapi; Edukasi Kesehatan; Tumbuh Kembang Anak; Pengabdian Kepada Masyarakat.*

ABSTRACT

Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) is a neurodevelopmental disorder characterized by inattention, hyperactivity, and impulsivity, which may affect children's motor development, coordination, balance, and daily functional activities. Limited public awareness, particularly among parents, regarding ADHD management and the role of physiotherapy often results in suboptimal intervention. This community service program aimed to implement physiotherapy education and services for children with ADHD through the Golden Kids Borneo Program to improve their growth and developmental outcomes. The program employed a promotive and preventive approach using participatory methods, including health education, physiotherapy screening, consultation, demonstrations of motor, balance, and coordination exercises, and the distribution of educational materials to parents and the community. The target participants were children with ADHD and their parents or caregivers attending the Car Free Day (CFD) event at TVRI Field, Palangka Raya. The expected outcomes included increased parental knowledge of ADHD, improved ability to provide appropriate motor stimulation at home, implementation of basic physiotherapy screening, and greater public awareness of the importance of early detection and physiotherapy services. This program is expected to serve as a sustainable promotive and preventive initiative through collaboration between the university and Golden Kids Borneo to support the optimal growth and development of children with ADHD.

Keywords : *ADHD; Physiotherapy; Health Education; Child Growth And Development; Community Service.*

PENDAHULUAN

Kota Palangka Raya merupakan ibu kota Provinsi Kalimantan Tengah yang memiliki jumlah penduduk dengan latar belakang sosial, ekonomi, dan pendidikan yang beragam. Salah satu ruang publik yang rutin dimanfaatkan masyarakat untuk beraktivitas adalah kawasan *Car Free Day* (CFD), yang setiap akhir pekan menjadi pusat kegiatan olahraga, rekreasi, serta interaksi sosial masyarakat dari berbagai kelompok usia. Tingginya jumlah pengunjung menjadikan kegiatan CFD sebagai lokasi yang strategis untuk pelaksanaan program promosi kesehatan dan pelayanan kesehatan kepada masyarakat. Namun, berdasarkan kondisi yang dijumpai di lapangan, masih terdapat masyarakat yang belum memiliki kesadaran optimal dalam peningkatan kesehatan diri sendiri, dan kurangnya inisiatif untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala, serta kurang memahami pentingnya pencegahan penyakit melalui deteksi dini. Di sisi lain, tidak semua masyarakat memiliki kesempatan untuk memperoleh edukasi kesehatan maupun layanan pemeriksaan kesehatan yang mudah dijangkau. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi kesehatan dan pelayanan kesehatan pada kegiatan CFD bersama Golden Kids Borneo diharapkan dapat menjadi salah satu upaya promotif dan preventif yang mampu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta kepedulian masyarakat terhadap pentingnya menjaga kesehatan secara berkelanjutan.

Meskipun kegiatan Car Free Day dimanfaatkan masyarakat untuk berolahraga, masih banyak masyarakat yang belum memahami pentingnya menjaga kesehatan sistem gerak dan fungsi tubuh melalui pendekatan fisioterapi. Keluhan seperti nyeri leher, nyeri punggung bawah, nyeri lutut, kekakuan sendi, serta gangguan postur tubuh sering dianggap sebagai kondisi yang wajar akibat aktivitas sehari-hari sehingga tidak mendapatkan penanganan yang tepat. Di sisi lain, kondisi ideal yang diharapkan adalah masyarakat memiliki pengetahuan mengenai pencegahan gangguan muskuloskeletal, mampu menerapkan aktivitas fisik yang benar, serta mengetahui kapan harus memperoleh layanan fisioterapi. Kesenjangan antara rendahnya literasi masyarakat mengenai fisioterapi dengan tingginya kejadian keluhan muskuloskeletal menjadi permasalahan yang perlu mendapatkan perhatian.

Apabila kondisi tersebut tidak ditangani, keluhan muskuloskeletal berpotensi berkembang menjadi gangguan fungsional yang dapat menurunkan produktivitas, membatasi aktivitas sehari-hari, bahkan menurunkan kualitas hidup masyarakat. Selain itu, kurangnya pemahaman mengenai teknik peregangan, postur tubuh yang benar, dan aktivitas fisik yang sesuai dapat meningkatkan risiko cedera selama berolahraga maupun bekerja. Mengingat Car Free Day diikuti oleh masyarakat dari berbagai kelompok usia, mulai dari anak-anak hingga lansia, kegiatan edukasi dan pelayanan fisioterapi menjadi sangat penting sebagai upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam menjaga kesehatan sistem gerak sejak dini.

Permasalahan tersebut disebabkan oleh masih terbatasnya akses masyarakat terhadap informasi yang benar mengenai peran fisioterapi dalam pencegahan, pemeliharaan, dan pemulihan fungsi gerak. Sebagian besar masyarakat masih beranggapan bahwa fisioterapi hanya diperlukan setelah mengalami cedera atau menjalani operasi, sehingga pemanfaatannya sebagai upaya promotif dan preventif belum optimal. Golden Kids Borneo sebagai mitra yang aktif dalam kegiatan sosial dan pelayanan masyarakat memerlukan dukungan tenaga profesional untuk memberikan edukasi kesehatan, melakukan skrining sederhana terhadap keluhan muskuloskeletal, serta memberikan konsultasi dan latihan yang sesuai dengan kondisi masyarakat. Oleh karena itu,

diperlukan kegiatan kolaboratif yang mampu menjawab kebutuhan tersebut melalui pelayanan fisioterapi yang mudah diakses oleh masyarakat.

Sebagai bagian dari pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi, khususnya pengabdian kepada masyarakat, dosen dan mahasiswa Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat memiliki tanggung jawab untuk mengimplementasikan ilmu pengetahuan dan keterampilan profesional dalam menyelesaikan permasalahan kesehatan di masyarakat. Melalui kolaborasi dengan Golden Kids Borneo, perguruan tinggi berperan sebagai agen edukasi dan pemberdayaan masyarakat dengan memberikan penyuluhan kesehatan, pemeriksaan fisioterapi sederhana, konsultasi, serta demonstrasi latihan yang berbasis bukti ilmiah. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat sekaligus memperkuat peran perguruan tinggi dalam mendukung peningkatan derajat kesehatan masyarakat.

Sebagai bentuk solusi atas permasalahan tersebut, akan dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi mengenai kesehatan sistem gerak dan peran fisioterapi, skrining keluhan muskuloskeletal, konsultasi fisioterapi, pemeriksaan fungsi gerak sederhana, serta demonstrasi latihan peregangan dan penguatan yang dapat diterapkan secara mandiri oleh masyarakat. Seluruh rangkaian kegiatan dilaksanakan pada kegiatan Car Free Day (CFD) Kota Palangka Raya bekerja sama dengan Golden Kids Borneo sehingga pelayanan kesehatan dapat menjangkau masyarakat secara lebih luas. Melalui kegiatan ini diharapkan terjadi peningkatan pengetahuan, kesadaran, dan kemampuan masyarakat dalam menjaga kesehatan sistem gerak, mencegah cedera, serta memanfaatkan layanan fisioterapi sebagai bagian dari upaya promotif, preventif, dan rehabilitatif guna meningkatkan kualitas hidup masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan promotif dan preventif dengan metode partisipatif yang disusun berdasarkan Satuan Acara Penyuluhan (SAP). Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 20 Juni 2026 di kawasan Car Free Day (CFD) Lapangan TVRI Kota Palangka Raya, Kalimantan Tengah. Sasaran kegiatan adalah masyarakat, khususnya orang tua atau pendamping anak yang memiliki gejala maupun telah terdiagnosis Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD).

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan skrining kesehatan sederhana untuk mengidentifikasi kondisi awal peserta. Selanjutnya dilakukan penyuluhan mengenai karakteristik ADHD, pentingnya deteksi dini, serta peran fisioterapi dalam mendukung tumbuh kembang anak. Materi disampaikan melalui ceramah interaktif yang dilengkapi dengan sesi diskusi dan tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman peserta.

Setelah penyuluhan, peserta memperoleh pelayanan fisioterapi berupa konsultasi dan demonstrasi latihan yang berfokus pada peningkatan kemampuan motorik, koordinasi, keseimbangan, serta aktivitas fungsional anak. Orang tua dan pendamping juga diberikan edukasi mengenai latihan sederhana yang dapat dilakukan secara mandiri di rumah sebagai bentuk stimulasi berkelanjutan. Selain itu, media edukasi digunakan sebagai sarana untuk memperkuat pemahaman peserta terhadap materi yang telah disampaikan.

Evaluasi kegiatan dilakukan melalui observasi terhadap partisipasi peserta, kemampuan peserta dalam mempraktikkan latihan yang telah didemonstrasikan, serta tingkat pemahaman peserta selama sesi edukasi dan konsultasi. Hasil evaluasi digunakan sebagai dasar untuk menilai

efektivitas pelaksanaan kegiatan sekaligus sebagai bahan perbaikan pada program pengabdian masyarakat berikutnya.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Output

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui Program Golden Kids Borneo diharapkan mampu menghasilkan luaran yang bermanfaat bagi anak dengan ADHD, orang tua, maupun masyarakat. Kegiatan ini akan menghasilkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai karakteristik ADHD, pentingnya deteksi dini, serta peran fisioterapi dalam mendukung proses tumbuh kembang anak. Selain itu, peserta memperoleh edukasi mengenai latihan motorik sederhana yang dapat diterapkan secara mandiri di rumah melalui demonstrasi yang diberikan oleh tim fisioterapi. Kegiatan ini juga menghasilkan terlaksananya skrining fisioterapi sederhana, konsultasi kepada orang tua atau pendamping anak, serta penyebaran media edukasi berupa leaflet atau poster sebagai sarana informasi yang dapat dipelajari kembali setelah kegiatan selesai. Seluruh rangkaian kegiatan didokumentasikan dan disusun dalam bentuk laporan sebagai bentuk pertanggungjawaban pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat.

2. Outcome

Program ini diharapkan memberikan dampak jangka menengah berupa meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya penanganan anak dengan ADHD secara komprehensif melalui pendekatan multidisiplin, termasuk fisioterapi. Orang tua diharapkan memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memberikan stimulasi motorik, latihan keseimbangan, koordinasi, dan aktivitas fisik yang sesuai dengan kebutuhan anak sehingga mampu mendukung optimalisasi tumbuh kembangnya. Selain itu, kegiatan ini diharapkan meningkatkan pemanfaatan layanan fisioterapi sebagai bagian dari upaya promotif, preventif, dan rehabilitatif pada anak ADHD. Terjalinnya kemitraan yang berkelanjutan antara Universitas STRADA Indonesia dengan Golden Kids Borneo juga diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan program pelayanan kesehatan masyarakat yang lebih luas dan berkesinambungan.

3. Hambatan

Dalam pelaksanaan kegiatan ini terdapat beberapa potensi hambatan yang dapat memengaruhi efektivitas program. Salah satunya adalah masih rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai ADHD sehingga sebagian orang tua belum memahami pentingnya deteksi dini maupun intervensi fisioterapi. Selain itu, keterbatasan waktu pelaksanaan kegiatan menyebabkan proses edukasi dan konsultasi belum dapat dilakukan secara optimal kepada seluruh peserta. Perbedaan tingkat pendidikan dan pemahaman orang tua juga menjadi tantangan dalam penyampaian materi edukasi. Di samping itu, keterbatasan sarana dan prasarana untuk pemeriksaan fisioterapi yang lebih komprehensif serta kondisi pelaksanaan kegiatan di ruang terbuka berpotensi menimbulkan gangguan akibat cuaca maupun kebisingan lingkungan. Hambatan lainnya adalah belum tersedianya sistem

pendampingan dan tindak lanjut yang berkelanjutan bagi anak-anak yang memerlukan terapi lanjutan setelah kegiatan selesai.

4. Rekomendasi Tindak Lanjut

Sebagai upaya untuk meningkatkan keberlanjutan program, diperlukan tindak lanjut berupa pelaksanaan edukasi dan penigkatan pelayanan fisioterapi secara berkala melalui Program Golden Kids Borneo. Kegiatan ini perlu dilengkapi dengan program pendampingan bagi orang tua agar mampu menerapkan latihan dan stimulasi yang telah diajarkan secara konsisten di rumah. Selain itu, diperlukan evaluasi berkala terhadap peningkatan pengetahuan orang tua dan perkembangan kemampuan motorik anak melalui penggunaan instrumen penilaian yang terstandar. Pengembangan sistem rujukan bagi anak yang memerlukan pemeriksaan dan terapi lanjutan juga perlu dilakukan melalui kerja sama dengan fasilitas pelayanan kesehatan dan tenaga profesional terkait. Ke depan, kolaborasi lintas profesi antara fisioterapis, dokter, psikolog, terapis okupasi, terapis wicara, serta institusi pendidikan diharapkan dapat terus diperkuat sehingga pelayanan yang diberikan kepada anak dengan ADHD menjadi lebih komprehensif. Dengan demikian, Program Golden Kids Borneo dapat berkembang menjadi program pengabdian masyarakat yang berkelanjutan dan mampu memberikan kontribusi nyata dalam meningkatkan kualitas tumbuh kembang anak dengan ADHD serta kualitas hidup keluarga dan masyarakat.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui "Implementasi Edukasi dan Pelayanan Fisioterapi pada Anak ADHD dalam Meningkatkan Kualitas Tumbuh Kembang melalui Program Golden Kids Borneo" merupakan salah satu upaya promotif dan preventif yang bertujuan meningkatkan pengetahuan masyarakat, khususnya orang tua dan pendamping anak ADHD, mengenai pentingnya peran fisioterapi dalam mendukung tumbuh kembang anak. Melalui kegiatan edukasi, skrining, konsultasi, serta demonstrasi latihan fisioterapi, diharapkan masyarakat memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai karakteristik ADHD dan pentingnya intervensi fisioterapi yang tepat.

Kolaborasi antara perguruan tinggi dengan Golden Kids Borneo menjadi bentuk sinergi dalam meningkatkan akses pelayanan kesehatan berbasis masyarakat. Kegiatan ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya deteksi dini, stimulasi yang tepat, serta pemanfaatan layanan fisioterapi sebagai bagian dari upaya mengoptimalkan perkembangan motorik, koordinasi, keseimbangan, dan kemampuan aktivitas sehari-hari pada anak dengan ADHD. Dengan demikian, program ini diharapkan dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi anak, keluarga, maupun masyarakat secara luas.

DAFTAR PUSTAKA

American Physical Therapy Association. (2020). *Guide to physical therapist practice 4.0*. American Physical Therapy Association.

Badan Pusat Statistik Kota Palangka Raya. (2024). *Kota Palangka Raya dalam angka 2024*. BPS Kota Palangka Raya.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 65 Tahun 2015 tentang Standar Pelayanan Fisioterapi.

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 80 Tahun 2013 tentang Penyelenggaraan Pekerjaan dan Praktik Fisioterapis.

Shariat, A., Cleland, J. A., Danaee, M., Alizadeh, R., Sangelaji, B., Kargarfard, M., & Tamrin, S. B. M. (2018). Effects of stretching exercise training and ergonomic modifications on musculoskeletal discomfort among office workers: A systematic review. *Brazilian Journal of Physical Therapy*, *22*(3), 179–193.

Sun, F., et al. (2024). *Structured physical exercise interventions and children and adolescents with ADHD: A systematic review and meta-analysis*. Child: Care, Health and Development, 50(1), e13150.

World Health Organization. (2021). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. Geneva: World Health Organization.

World Physiotherapy. (2023). *Policy statement: Description of physical therapy*. London: World Physiotherapy.

Wang C., You Y., Zhou J.. *The Impact of Long-Term Exercise on Motor Skills in Children with ADHD: A Three-Level Meta-analysis*. BMC Pediatrics, 2025.

Zhang Y. et al. *Optimizing Exercise Interventions for Motor Skills Enhancement in ADHD: Evidence from Meta-analysis*. 2026. (Sage Journals)