

EFEKTIFITAS SENAM SI BUYUNG DALAM BENTUK CERITA UNTUK MENINGKATKAN MOTORIK ANAK

¹Yudha febrianta, ²Sri Muryaningsing, ³Pratik Hari Yuwono, ⁴Tri Yuliansyah Bintaro, ⁵Arifin Muslim, ⁶Karma Iswasta Eka, ⁷Wakhudin

¹yfebrianta13@gmail.com, ²srimuryaningsihump@gmail.com, ³pratikhariyuwono@ump.ac.id,
⁴triuliansyahbintaro@ump.ac.id, ⁵arifinmuslim@ump.ac.id, ⁶eka2001id@live.com,
⁷wakhudin@ump.ac.id

^{1,2,3,4,5,6,7} PGSD FKIP Universitas Muhammadiyah Purwokerto

ABSTRAK

Latar belakang penelitian ini adalah masih belum adanya gerakan motorik siswa yang kurang terkoordinasi dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada efektifitas Senam Si Buyung dalam bentuk cerita untuk meningkatkan motorik anak pada siswa kelas 1 SD Negeri Purwosari dan TK BA Aisyiyah Bojongsari pada usia 6 tahun dengan subjek penelitian sebanyak 23 siswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan dianalisis menggunakan quasi eksperiment dengan desain single group time series design hasil dari penelitian motorik anak TK BA Aisyiyah pada anak usia 6 tahun dengan dan nilai signifikansi 0,0000,05 .Peningkatan prettest-posttest di tunjukan dengan nilai t -7,825 1 SD Negeri Purwosari pada anak usia 6 tahun dengan dan nilai signifikansi 0,0000,05 .Peningkatan prettest-posttest di tunjukan dengan nilai t -5.559, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan sebelum dan sesudah mengalami perlakuan yang signifikan. Berdasarkan hasil uji hipotesis penelitian dan pembahasan tentang efektifitas senam si buyung dalam bentuk cerita untuk meningkatkan motorik anak pada siswa kelas 1 SD Negeri Purwosari dan TK Aisyiyah Bojongsari pada anak usia 6 tahun. Yaitu terdapat efektifitas senam si buyung terhadap motorik anak pada usia 6 tahun. 1. Dari hasil pengujian dapat dilihat uji validitas prettest dan posttest untuk TK BA Aisyiyah Bojongsari dengan dinyatakan sudah melebihi rtabel/ rchronback alpha kemudian dari uji reabilitas prettest dan posttest dinyatakan reliabel dengan hasil sebesar 0,672 yang berarti bahwa hasil dari senam si buyung untuk meningkatkan motorik anak valid dan reliabel 2. Efektifitas senam si buyung dalam bentuk cerita untuk meningkatkan motorik anak pada siswa kelas 1 SD Negeri Purwosari dan TK BA Aisyiyah Bojongsari pada anak usia 6 tahun terdapat pengaruh yang positif. Adanya peningkatan pada TK BA Aisyiyah dengan hasil nilai uji t -5,559 pada motoriknya.

Kata kunci: efektifitas, senam, cerita, motorik, anak

PENDAHULUAN

Pendidikan belum maksima dalam membangun kualitas sumber daya manusia. Dengan dijumpai rendahnya pemerataan kesempatan dalam belajar ditandai masih banyaknya peserta didik yang putus sekolah

dikarenakan pandemi serta pandemi Covid-19 berlansung lebih dari 1,5 tahun dan berpotensi menimbulkan dampak negatif sosial berkepanjangan yaitu putus sekolah dan penurunan capaian belajar. Padahal, pendidikan merupakan peran

utama dalam berlangsungnya kehidupan di negara, karena pada dasarnya pendidikan sarana utama untuk meningkatkan dan mengembangkan kualitas sumber daya manusia.

Pendidikan jasmani olahraga, dan kesehatan merupakan bagian dari pendidikan yang tidak terlepas dalam membentuk manusia Indonesia yang sempurna. Penjas oerkes adalah bentuk pendidikan gerak untuk derajat kehidupan manusia, dapat memperoleh kesehatan dan kebugaran sehingga mampu melakukan aktivitas dengan baik. Oleh karena itu, pendidikan olahraga sangat diperlukan memperoleh prioritas utama saat pelaksanaan pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan disekolah bukanlah hanya saja mendidik lewat aktivitas jasmani, akan tetapi proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan juga di jadikan diantaranya sebagai media untuk memecahkan masalah gerak.

Pendidikan merupakan peranan yang penting sebagai membentuk manusia yang berkelas yang dimana pendidik adalah upaya yang tersusun untuk dapat menciptakan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik aktif

didalam proses pembelajaran untuk dapat mengembangkan potemsi didalam dirinya seperti spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, ahlak mulia, serta ketrampilan yang harus di miliki olehnya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan primer yang paling penting sebelum memasukin pendidikan awal ialah taman kanak-kanak dimana pendidikan yang mengarahkan ke dalam pertumbuhan dan perkembanagn motorik anak, kecerdasan emosi, kecerdasana jamak, maupun kecerdasan spritual. Aunurrahman (2010:35).

Kegiatan olahraga yang paling umum dilakukan disekolah yaitu senam. Senam tidak hanya berpusat kepada guru, namun juga berpusat pada anak, menyesuaikan arah belajar menarik dan menyenangkan anak. Tujuan belajar bukan hanya sekedar ketrampilan tetapi seluruh perkembangan pribadi anak. Senam merupakan kegiatan yang menarik karena mengandung unsur olahraga, musik dan kompetisi. Penjas Oerkes di sekolah berguna untuk meningkatkan perkembangan dan pertumbuhan anak, taman kanak-kanak juga dapat menumbuhkan ketrampilan dan ketangkasan serta menambah pengetahuan dan kecerdasan dan memumpuk sikap

aktif pada anak-anak. Pendidikan jasmani taman kanak-kanak harus memiliki model yang paling efektif dan efisien, tujuan suatu belajar tersebut bisa dicapai. Guru diharapkan dapat memberikan pembelajaran yang menarik dan menggembirakan anak-anak untuk membuat tujuan dapat mewujudkan pembelajaran disekolah. Tujuan tujuan pembelajaran untuk meningkatkan ketrampilan motorik dasar anak-anak. Seperti, meningkatkan ketrampilan motorik kasar anak. Guru memilih model senam digunakan sebagai proses belajar motorik kasar di taman kanak-kanak. Aktivitas dengan senam untuk melatih keseimbangan tubuh, kekuatan tubuh, kelenturan tubuh, koordinasi gerak tubuh, imajinasi anak, menyenangkan anak dan meningkatkan ketrampilan motorik anak. Syamsu LN (2002:14), ketrampilan motorik anak perlu dilatih agar berkembang dengan baik. Motorik kasar dan halus anak harus dikuasai pada usia 6-7 tahun karena motorik merupakan perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinasi antara susunan saraf, otot, otak dan spiral cord. Karena pada masa ini anak telah mampu mengkoordinasi gerakan visual motorik, seperti: mengkoordinasi gerakan

mata dengan menggunakan tangan dan tubuh secara bersamaan. Menurut Papalia (2008) tulang dan otot anak prasekolah semakin kuat dan kapasitas paru-paru mereka semakin besar kemungkinan mereka untuk berlari melompat dan memanjat lebih cepat, lebih jauh dan lebih baik, dengan kemampuan motorik yang baik akan mempunyai rasa percaya diri yang besar. Tidak melainkan dengan pengembangan kemampuan ketrampilan motorik kasar dan halus anak yang baik akan membentuk anak lebih dapat mengembangkan kognitif anak dalam hal kreativitas dan imajinasinya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini akan dilaksanakan menggunakan jenis penelitian kuantitatif yaitu penelitian yang didasarkan dengan data secara empiris dan sistematis yang dapat diukur dengan angka (Sugiyono, 2016:46). Pendekatan penelitian ini menggunakan penelitian *quasi experiment* dengan desain *single group time series design*. Penelitian ini dilaksanakan di SD Negeri Purwosari dan TK BA Aisyiyah Bojongsari. *Sampel* penelitian ini adalah 23 peserta didik 23

Pengambilan data dilakukan menggunakan *pretest*, perlakuan dan

posttest. Data-data tersebut akan di uji validitas, uji reabilitas dan uji prasyarat analisis sebelum dilakukan uji hipotesis yang dilakukan dengan uji t dengan berbantuan program SPSS 20 for Windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada saat melakukan uji coba terlebih dahulu bersama dengan guru pendidikan jasmani di sekolah mempelajari Senam Si buyung sebelum

dilakukan dengan peserta didik. Serta terdapat beberapa gerakan yang menirukan beberapa suara hewan atau gerak hewan, sebelum melakukan gerakan dengan musik terlebih dahulu diajarkan tanpa menggunakan iringan musik. Hasil dari uji coba senam si buyung menggunakan prettest, perlakuan dan posttest.

1. Uji prasyarat analisis

a. Uji normalitas

Tabel 1. Uji Normalitas Prettest TK

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Prettest	.135	23	.200*	.924	23	.081

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Dari tabel 1. diatas dapat diketahui nilai signifikansi uji normalitas menggunakan uji *shapiro wilk* dari posttest psikomotor adalah sebesar 0,81 peroleahn nilai signifikansi ini kemudian dibandingkan dengan standar minimum

sig. 0,05 sehingga dapat diketahui bahwa prettest psikomotor berdistribusi normal karena nilai sig 0,81>sig 0,05 dan dapat dilakukan pengukuran menggunakan uji parametris

Tabel 2. Uji Normalitas Posttest TK

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
posttest	.142	23	.200*	.928	23	.098

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Dari tabel 2. diatas dapat diketahui nilai signifikansi uji normalitas menggunakan uji *shapiro wilk* dari posttest psikomotor adalah sebesar 0,98

peroleahn nilai signifikansi ini kemudian dibandingkan dengan standar minimum sig. 0,05 sehingga dapat diketahui bahwa prettest psikomotor berdistribusi normal

karena nilai $0,98 > \text{sig } 0,05$ dan dapat parametris
dilakukan pengukuran menggunakan uji

Tabel 3. Uji Normalitas *Prettest* SD

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Prettest	.113	23	.200*	.931	23	.115

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Dari tabel diatas dapat diketahui nilai signifikansi uji normalitas menggunakan uji *shapiro wilk* dari pretest psikomotor adalah sebesar 0,115 peroleahn nilai signifikansi ini kemudian dibandingkan dengan standar minimum

sig. 0,05 sehingga dapat diketahui bahwa prettest psikomotor berdistribusi normal karena nilai $0,115 > \text{sig } 0,05$ dan dapat dilakukan pengukuran menggunakan uji parametris.

Tabel 4. Uji Normalitas *Posttest* SD

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Posttest	.176	23	.064	.931	23	.116

a. Lilliefors Significance Correction

Dari tabel diatas dapat diketahui nilai signifikansi uji normalitas menggunakan uji *shapiro wilk* dari posttest psikomotor adalah sebesar 0,116, perolehan nilai signifikansi ini kemudian dibandingkan dengan standar minimum

sig. 0,05 sehingga dapat diketahui bahwa prettest psikomotor berdistribusi normal karena nilai $0,116 > \text{sig } 0,05$ dan dapat dilakukan pengukuran menggunakan uji parametris

b. Uji Linearitas

Tabel 5. Hasil Uji Linearitas Prettest Terhadap Psikomotor Siswa

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PSIKOMOTOR * PRETTEST TK	(Combined)		359.913	9	39.990	4.126	.011
	Between Groups	Linearity	326.998	1	326.998	33.738	.000
		Deviation from Linearity	32.915	8	4.114	.424	.886
	Within Groups		126.000	13	9.692		
	Total		485.913	22			

Berdasarkan tabel 5. diperoleh nilai signifikansi Deviation from linearity sebesar 0,886. Nilai ini dibandingkan dengan nilai standar minimum sig 0,05

dan dapat diperoleh kesimpulan bahwa terdapat yang linear antara variabel pretest terhadap motorik anak karena sig 0,886 < sig. 0,05

Tabel 6. Hasil Uji Linearity Posttest Terhadap Psikomotor Siswa TK

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)	317.780	6	52.963	5.040	.004
Between Groups					
Linearity	193.520	1	193.520	18.416	.001
Deviation from Linearity	124.260	5	24.852	2.365	.087
Within Groups	168.133	16	10.508		
Total	485.913	22			

Berdasarkan tabel 6. diperoleh nilai signifikansi *Deviation from linearity* sebesar 0,887. Nilai ini dibandingkan dengan nilai standar minimum sig 0,05

dan dapat diperoleh kesimpulan bahwa terdapat yang linear antara variabel pretest terhadap motorik anak karena sig 0,887 < sig. 0,05

Tabel 7. Hasil Uji Linearity Pretest Terhadap Psikomotor Siswa SD

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)	326.857	8	40.857	3.596	.018
Between Groups					
Linearity	8.430	1	8.430	.742	.404
Deviation from Linearity	318.427	7	45.490	4.004	.013
Within Groups	159.056	14	11.361		
Total	485.913	22			

Berdasarkan tabel 7. diperoleh nilai signifikansi *Deviation from linearity* sebesar 0,13. Nilai ini dibandingkan dengan nilai standar minimum sig 0,05

dan dapat diperoleh kesimpulan bahwa terdapat yang linear antara variabel pretest terhadap motorik anak karena sig 0,13 < sig. 0,05

Tabel 8. Hasil Uji Linearity Posttest Terhadap Psikomotor Siswa SD

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)	143.796	7	20.542	.901	.531
Between Groups					
Linearity	98.477	1	98.477	4.318	.055
Deviation from Linearity	45.320	6	7.553	.331	.910
Within Groups	342.117	15	22.808		
Total	485.913	22			

Berdasarkan tabel 8. diperoleh nilai signifikansi *Deviation from linearity* sebesar 0,910. Nilai ini dibandingkan dengan nilai standar minimum sig 0,05 dan dapat diperoleh kesimpulan bahwa terdapat yang linear antara variabel pretest terhadap motorik anak karena sig 0,910 < sig. 0,05.

c. Uji t

1) Uji t TK

Berdasarkan data yang telah didapatkan yaitu data preteset dan posttest di TK BA Aisyiyah Bojongsari selanjutnya dilakukan uji t untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pretest dan posttest serta motorik. Berikut ini adalah tabel hasil uji t dan motorik.

Tabel 9. Hasil Uji T Prettest-Posttest TK

Instrumen	Rata-Rata	T hitung	Sig hitung
Prettest	11.2609	-7,825	0,000
Posttest	15.7391		

Berdasarkan tabel di atas, *pretest* dan *posttest* untuk motorik anak memiliki hubungan yang ditunjukkan dengan signifikansi 0,000. Peningkatan *pretest* dan *posttest* ditunjukkan dengan nilai t - 7,825 pada signifikansi 0,000, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan sebelum dan sesudah perlakuan mengalami peningkatan serta diketahui nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan

terdapat perbedaan data hasil *pretest* dan *posttest* serta dengan melalui senam si buyung dapat meningkatkan motorik anak

2) Uji t SD

Berdasarkan data yang telah didapatkan yaitu data preteset dan posttest di SD Negeri Purwosari selanjutnya dilakukan uji t untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pretest dan posttest serta motorik. Berikut ini adalah tabel hasil uji t dan motorik.

Tabel 10. Hasil Uji T Prettest-Posttest

Instrumen	Rata-Rata	T hitung	Sig hitung
Prettest	11.6087	-5.559	0,000
Posttest	15.7826		

Berdasarkan tabel di atas, *prettest* dan *posttest* untuk motorik anak memiliki hubungan yang ditunjukkan dengan signifikansi 0,000. Peningkatan *prettest* dan *posttest* ditunjukkan dengan nilai $t = -5,559$ pada signifikansi 0,000, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan sebelum dan sesudah perlakuan mengalami peningkatan serta diketahui nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan terdapat perbedaan data hasil *prettest* dan *posttest* serta dengan melalui senam si buyung dapat meningkatkan motorik anak.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil uji hipotesis penelitian dan pembahasan tentang efektifitas senam si buyung dalam bentuk cerita untuk meningkatkan motorik anak pada siswa kelas 1 SD Negeri Purwosari dan TK Aisyiyah Bojongsari pada anak usia 6 tahun. Yaitu terdapat efektifitas senam si buyung terhadap motorik anak

DAFTAR PUSTAKA

Marwati, Sri., Sukamti, Endang Rini., & Prasetyo, Yudik. (2012). *Pembuatan*

pada usia 6 tahun. 1) Dari hasil pengujian dapat dilihat uji validitas *prettest* dan *posttest* untuk TK BA Aisyiyah Bojongsari dengan dinyatakan sudah melebihi $r_{tabel} / r_{chronback}$ alpha kemudian dari uji reabilitas *prettest* dan *posttest* dinyatakan reliabel dengan hasil sebesar 0,672 yang berarti bahwa hasil dari senam si buyung untuk meningkatkan motorik anak valid dan reliabel. 2) Efektifitas senam si buyung dalam bentuk cerita untuk meningkatkan motorik anak pada siswa kelas 1 SD Negeri Purwosari dan TK BA Aisyiyah Bojongsari pada anak usia 6 tahun terdapat pengaruh yang positif. Adanya peningkatan pada TK BA Aisyiyah dengan hasil nilai uji $t = -5,559$ pada signifikansi 0,000. Sedangkan untuk di SD Negeri Purwosari juga terdapat peningkatan hasil nilai uji $t = -7,825$ pada signifikansi 0,000 maka dari itu hasil uji t di 2 sekolah tersebut signifikan karena diketahui nilai sig sebesar $0,000 < 0,5$.

Paket Senam Si Buyung Untuk Guru Guru TK. Yogyakarta: UNY.
Pradipta, Galih Dwi., & Pamuji Sukoco. (2013). *Model Senam Si Buyung Untuk Pembelajaran Motorik Kasar*

Pada Siswa Taman Kanak-Kanak.
Jurnal Keolahragaan, 1(2), 130-141.
Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian
(Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif
dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian
(Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif
dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.
Sukamti, Endang Rini. (2007). *Diktat
Perkembangan Motorik*. Yogyakarta:
UNY