

Keefektifan Sirkuit *Self Help Skills* Untuk Meningkatkan Motorik Kasar Dan Motorik Halus Anak Usia 5-6 Tahun

Siti Mushodiqoh¹⁾ *, Kustiono²⁾, Diana³⁾

¹Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, Pascasarjana, Universitas Negeri Semarang. Semarang, 50237, Indonesia.

²Program Studi Kurikulum dan Teknologi Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Semarang, 50237, Indonesia

³Program Studi Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Negeri Semarang. Semarang, 50237, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis kemampuan fisik motorik kasar dan motorik halus anak usia 5-6 tahun TK Muslimat NU 06 Lanji Patebon-Kendal. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian eksperimen semu (*quasi eksperimen*). Populasi penelitian adalah seluruh peserta didik kelas B di TK Muslimat NU 06 Lanji dan kelompok B TK Muslimat NU 06 Lanji 02, Kecamatan Patebon Kabupaten Kendal tahun pelajaran 2020/2021 yang berjumlah 30 peserta didik. Skor kemampuan fisik motorik kasar dan halus anak diperoleh melalui observasi. Analisis data pada penelitian ini meliputi analisis data deskriptif dan analisis data inferensial yaitu menggunakan uji t. Hasil Penelitian menemukan bahwa *sirkuit self help skills* efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan halus anak usia 5-6 tahun, namun selisih nilai mean difference lebih baik untuk meningkatkan fisik motorik kasar dibandingkan untuk meningkatkan fisik motorik halus.

Kata kunci: motorik halus; motorik kasar; sirkuit *self help skills*.

The Effectiveness Of Self Help Skills Circuit For Improving Ground And Fine Motor Children Ages 5-6

Abstract

This study aims to identify and analyze the gross motor and fine motor skills of children aged 5-6 years at TK Muslimat NU 06 Lanji Patebon-Kendal. This study uses quantitative methods with a quasi-experimental research design (quasy experiment). The research population was all B grade students at TK Muslimat NU 06 Lanji and group B at TK Muslimat NU 06 Lanji 02, Patebon District, Kendal Regency, for the 2020/2021 academic year, totaling 30 students. Scores of children's gross and fine motor skills were obtained through observation. Data analysis in this study includes descriptive data analysis and inferential data analysis using the t test. The results of the study found that the self-help skills circuit was effective in improving gross and fine motor skills of children aged 5-6 years, but the difference in mean difference values was better for improving gross motor skills compared to improving fine motor skills.

Keywords: *fine motor; gross motor; self help skills circuit.*

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini merupakan wahana pendidikan yang sangat fundamental dalam memberikan kerangka dasar terbentuk dan berkembangnya dasar-dasar pengetahuan, sikap, dan keterampilan anak. Pendidikan taman kanak-kanak harus mengikuti sifat dan karakteristik

anak (Pianta et al., 2005). Oleh sebab itu, bermain dipandang sebagai metode yang tepat untuk pembelajaran anak, serta merupakan cara anak dalam meniru kehidupan orang dewasa di sekelilingnya secara wajar (Rautio, 2014). Anak usia dini hendaklah dididik sesuai tahapan perkembangan dan karakteristik anak melalui bermain sehingga timbul suka rela tanpa paksaan

(Jufri & Wirawan, 2018). Proses pendidikan anak melalui bermain akan mendapatkan manfaat besar dalam pengembangan aspek moral, motorik, kognitif, bahasa, serta sosial (Khotimah & Latiana, 2021). Kelima aspek tersebut harus berjalan secara seimbang dan baik. Salah satu aspek yang harus berkembang dengan baik adalah aspek fisik keterampilan motorik.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa kebugaran sirkulasi dan pernapasan untuk memasok oksigen ke otot rangka selama aktivitas fisik serta keterampilan motorik memainkan peran penting dalam pengembangan pemikiran kreatif selama masa kanak-kanak (Colzato et al., 2013). Menurut (Latorre Román et al., 2017) menyelidiki hasil kebugaran fisik pada pemikiran kreatif umum pada anak usia dini, melaporkan bahwa kedua variabel tersebut mempunyai hubungan positif. Anak usia dini yang sehat secara fisik menampilkan pemikiran kreatif yang lebih besar daripada anak-anak yang kurang sehat secara fisik. Dengan demikian, anak yang aktif bermain dengan keterampilan fisik memiliki tingkat kreativitas yang lebih tinggi.

Perkembangan kompetensi motorik selama masa kanak-kanak tergantung dan dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti usia, jenis kelamin, dan aktivitas fisik (Alwasif, 2013). Olahraga menggerakkan tubuh menggunakan motorik halus ataupun kasar akan merangsang semua sistem organ tubuh dengan latihan yang lebih bervariasi (Colzato et al., 2013). Namun, kesadaran masyarakat Indonesia mengerjakan aktivitas fisik masih sangat lemah, hal ini ditunjukkan melalui Data Badan Pusat Statistik (BPS) 2015 yang menyebut bahwa jumlah masyarakat Indonesia yang rutin melakukan olahraga hanya 27,61 persen (Janto & Setiawan, 2019). Mengacu pada data BPS, tidak menutup kemungkinan bahwa penanaman hidup sehat melalui aktivitas fisik mulai usia anak usia dini hingga dewasa belum diperhatikan secara maksimal.

Faktor lain yang menyebabkan kurang aktivitas fisik pada anak usia dini yaitu penggunaan smartphone yang berlebihan (Setianingsih, 2018). Anak yang terlalu sering menggunakan smartphone akan menurunkan tingkat pengendalian diri, sehingga anak tidak dapat mengembangkan potensi dan mengontrol dirinya dengan lebih baik (Rambe et al., 2017). Kecanduan bermain smartphone dapat mempengaruhi respons visual anak-anak. Anak hanya bisa terstimulasi dengan smartphone yang memiliki visual pergerakan cepat. Akibatnya

ketika berinteraksi dengan stimulasi yang tak bergerak secepat smartphone, seperti kegiatan belajar di sekolah, anak-anak akan cepat bosan dan berdampak pada prestasi anak menurun. Banyaknya faktor yang mempengaruhi perkembangan anak secara negatif maka dibutuhkan rangsangan pembelajaran yang menarik dan menantang bagi anak untuk melatih perkembangan fisik motorik sehingga anak mampu berkembang optimal dalam periode perkembangan. Menurut (Hurlock, 1998) perkembangan motorik berarti perkembangan pengendalian gerakan jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf dan otot yang terkoordinasi. Pengendalian tersebut berasal dari perkembangan refleksi dan kegiatan massa yang ada pada waktu lahir. Implikasi perkembangan fisik di taman kanak-kanak perlu dirancang lingkungan pendidikan yang kondusif bagi perkembangan fisik anak secara optimal.

Kondisi peserta didik kelas B di TK Muslimat NU 06 Lanji dan kelompok B TK Muslimat NU 06 Lanji 02, Kecamatan Patebon Kabupaten Kendal ditemukan permasalahan umum pada perkembangan motorik anak. Terlihat anak masih labil atau sulit menggerakkan bagian tubuh secara harmonis. Misalnya: berjalan, berlari, menangkap, melempar. Selain itu juga belum sepenuhnya koordinasi dalam mengontrol motorik kasar, misalnya jika ditugaskan untuk berjalan tanpa menyentuh temannya. Sementara itu, kemampuan motorik halus juga belum maksimal perkembangannya, anak-anak masih sulit menjiplak, membentuk lingkaran, segitiga dan sebagainya.

Strategi penyelesaian masalah pada anak tersebut dapat dilakukan melalui pembelajaran olahraga sambil bermain yang menarik dan menantang bagi anak. Kualitas program olahraga akan sangat tergantung pada umpan balik tentang perkembangan kemampuan motorik, serta pada pertumbuhan dan perkembangan anak yang sehat (Dowda et al., 2004). Realisasi program olahraga memungkinkan untuk mengamati setiap anak dan mempelajari lebih lanjut tentang efek dari program semacam ini. Bermain meningkatkan kemampuan beradaptasi anak terhadap kondisi stres (kronis) dan meningkatkan fungsi kognitif, sosial, emosional dan psikomotorik, sehingga memperkuat dasar untuk kesehatan masa depan mereka. Penelitian permainan sistematis akan membantu mengembangkan intervensi anak-anak, untuk mengatasi dengan lebih baik konsekuensi negatif dari penyakit mereka dan

merangsang perkembangan yang sehat (Nijhof et al., 2018). Menurut (Singer, 2015) bermain adalah sumber kesenangan dan kreativitas bersama dalam proses belajar, anak-anak kecil dalam pengaturan kelompok seringkali harus beradaptasi dengan tuntutan guru terkait dengan keamanan, kebersihan, norma dan nilai sosial. Tetapi keseruan para guru membantu mengatasi perbedaan kekuatan dalam hubungan pengasuh dan anak, mencegah anak-anak dari terlalu terbebani dengan aturan yang ketat dan disiplin kelompok.

Penelitian yang dilakukan (Erfayliana, 2016), gerak anak dalam aktivitas main melalui permainan tradisional mempunyai pengaruh yang positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, khususnya perkembangan jasmani anak, bermain sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan, dengan bermain mereka dapat mengembangkan emosi fisik dan pertumbuhan kognitifnya, Bermain adalah cara bagi anak untuk belajar mengenal tubuh mereka dan dunia ini dan pada saat itulah mereka akan menggunakan kelima indra yang dimilikinya. Penelitian yang dilakukan (Alawiyah, 2014) mengemukakan bahwa permainan bebentengan dan edom-edom tugel mampu menunjukkan peningkatan keterampilan motorik kasar secara signifikan. Anak-anak dalam mengikuti pembelajaran motorik kasar setelah melalui permainan tradisional asli dari Banten. Bebentengan dan permainan Tugel Edom-Edom menjadi solusi untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar dari masa kanak-kanak. Hal ini ditandai dengan strategi pengembangan motorik kasar yang menyenangkan.

Selanjutnya dalam penelitian (Efendi, 2015) menunjukkan bahwa permainan tradisional sebagai media stimulasi aspek perkembangan fisik motorik anak usia dini. Hal ini ditunjukkan dengan anak yang antusias dengan permainan. Anak senantiasa melakukan aktivitas fisik, dimana anak melakukan gerakan kasar yang merupakan fisik motorik anak. Sehingga permainan tradisional mampu menstimulasi perkembangan motorik anak.

Aktivitas sehari-hari ini sebenarnya menjadi stimulus yang cocok dalam menstimulasi perkembangan motorik anak. Motorik berkaitan dengan *self-help skills* yang merupakan salah satu kategori keterampilan motorik untuk membantu memenuhi kebutuhan dasar yang berupa keterampilan makan, berpakaian, merawat diri, dan. Pencapaian *self-*

help skills di setiap jenjang usia memiliki perbedaan dimulai dari pencapaian keterampilan yang sederhana menuju yang kompleks.

Aspek-aspek pencapaian *self-help skills* anak usia 5-6 tahun yang dikemukakan oleh (Allen & Cowdery, 2005) terbagi menjadi empat keterampilan yang meliputi keterampilan makan, berpakaian, kebersihan diri dan keterampilan umum. Pendapat yang lain menyatakan bahwa *self-help skills* meliputi lima aspek yaitu keterampilan yang berkaitan dengan nutrisi, kebersihan, kerapian, berpakaian dan keamanan (Kokkonen et al., 2019). Menggunakan berbagai permainan dan media ajar, anak-anak akan lebih tertarik dan bersemangat dalam melakukan kegiatan terutama fisik motorik kasar dan halus, salah satunya menggunakan sirkuit *selfhelp skills* diharapkan kemampuan anak dapat meningkat dan menambah ragam kegiatan main anak terutama untuk pembiasaan motorik halus kaitanya untuk kemandirian anak.

Berdasarkan pada pemaparan di atas penelitian ini bertujuan untuk menguji keefektifan media sirkuit *Self Help Skills* dalam keterampilan fisik motorik kasar dan halus untuk anak usia 5-6 tahun TK Muslimat NU 06 Lanji Patebon-Kendal.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan *nonequivalent control group design*. Kelompok eksperimen dengan perlakuan perlakuan menggunakan pembelajaran sirkuit *Self Help Skills* dan kelompok kontrol dengan perlakuan perlakuan menggunakan pembelajaran konvensional. Berikut sajian dalam bentuk tabel desain (*quasi experiment*) dengan *nonequivalent control group design*.

Tabel 1. Desain *quasi experiment* dengan *nonequivalent control group design*

Kelompok	Pretest	Treatment	Posttest
Eksperimen	O ₁	X ₁	O ₂
Kontrol	O ₁	X ₂	O ₂

Dengan O₁ : *Pretest*, O₂ : *Posttest*, X₁ : perlakuan menggunakan pembelajaran sirkuit *Self Help Skills*, X₂ : perlakuan menggunakan pembelajaran konvensional

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik di TK Muslimat NU 06 Lanji dan kelompok B TK Muslimat NU 06 Lanji 02 usia 5-6 tahun, Kecamatan Patebon Kabupaten Kendal tahun pelajaran 2021/2022. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini mengambil seluruh peserta didik untuk kelompok eksperimen kelompok B TK Muslimat NU 06 Lanji berjumlah 15 anak dan kelompok kontrol TK Muslimat NU 06 Lanji 02 yang berjumlah 15 anak.

Penelitian ini mengkaji pembelajaran pada tema 8 pada pembelajaran IPA tentang hubungan antara gaya dan gerak dalam kehidupan sehari-hari. Teknik pengumpulan data menggunakan interview, observasi, dan dokumentasi. Pedoman observasi Chek list kemampuan fisik motorik digunakan untuk mengukur kemampuan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun dan kemampuan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU 06 Lanji 02.

Indikator kemampuan fisik motorik yang diobservasi dalam penelitian ini adalah kemampuan fisik motorik kasar. Dengan diskriptor masing-masing indikator sebagai berikut: melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan dan kelincahan, melakukan permainan fisik dengan aturan. Sedangkan indikator kemampuan fisik motorik halus yang diobservasi peneliti ini adalah kemampuan anak dalam menggunakan jari jemari dan tangan yang memerlukan kecermatan dan koordinasi mata dan tangan yang berhubungan erat dengan kemampuan kemandirian anak, yang sangat berguna dalam pembentukan karakter anak sehari-hari. Dengan diskriptor masing-masing indikator sebagai berikut: kemampuan mengikat tali sepatu, kemampuan memasang dan melepas kancing baju, kemampuan membuka dan memasangkan resleting, kemampuan menyisir rambut.

Pelaksanaan penelitian ini dibagi menjadi 12 sesi. Sesi pertama *pretest*, *pretest* dilakukan pada kelas kontrol maupun kelas eksperimen dengan menerapkan metode permainan konvensional tak beraturan. Sesi kedua sampai ke sebelas pemberian perlakuan (*treatment*) pada kelompok eksperimen dengan menerapkan media permainan sirkuit *self help skills*. Sedangkan kelompok kontrol menggunakan metode permainan konvensional. Dan sesi kedua belas adalah pelaksanaan *posttest* dengan

melaksanakan kegiatan dengan menerapkan metode permainan sirkuit *self help skills* pada kelompok eksperimen sedangkan kelompok kontrol menggunakan metode permainan konvensional. Panduan pelaksanaan ini lebih jelas dapat dilihat pada tabel panduan pelaksanaan pembelajaran pengembangan kemampuan fisik motorik kasar dan fisik motorik halus anak usia 5-6 tahun dengan menerapkan metode permainan sirkuit *self help skills*. Pembelajaran ini dilaksanakan pada tema Ibuku surgaku dengan sub tema merawat anak, membersihkan rumah, dan memasak. Tema tersebut peneliti sesuaikan dengan Rencana pelaksanaan pembelajaran.

Data yang diperoleh dianalisis menggunakan program *statistical package for the social sciences* (SPSS) 23.0 from Windows. Uji hipotesis menggunakan deskriptif kuantitatif dan analisis *Independent Samples Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penggunaan media sirkuit *self help skills* untuk mengukur kemampuan fisik motorik kasar pada penelitian ini diukur melalui beberapa indikator diantaranya kemampuan melompat melewati *hurdle jump*, berjalan zig zag, berjinjit melewati *cone-cone*, dan merangkak melewati terowongan. Berdasarkan hasil penelitian di lapangan yang dilakukan melalui observasi, maka gambaran mengenai kegiatan pembelajaran dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun di kelompok B TK Muslimat NU 06 disajikan pada tabel 2 sebagai berikut.

Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Observasi Media Sirkuit *Self Help Skills* dalam Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun

K	Pre-test				Post-test			
	SR	ST	M	SD	SR	ST	M	SD
KE	6	12	9,1	1,4	8	16	13,8	1,26
KK	6	12	8,6	1,43	8	14	10,5	1,88

Berdasarkan tabel 2, hasil analisis deskriptif, dapat diketahui bahwa *pretest* nilai rata-rata fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun sebelum pembelajaran menggunakan media sirkuit *self help skills* pada kelompok eksperimen adalah 9,1. Sedangkan *posttest* nilai rata-rata fisik motorik kasar anak usia 5-6 tahun kelompok

eksperimen setelah pembelajaran menggunakan media *sirkuit self help skills* adalah 13,8. Hal tersebut menunjukkan nilai rata-rata fisik motorik anak usia 5-6 tahun di kelompok B TK Muslimat NU 06 pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan. Kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 4,7.

Pada kelompok kontrol nilai rata-rata *pretest* peningkatan perkembangan fisik motorik kasar menggunakan media konvensional anak usia 5-6 tahun sebesar 8,6. Sedangkan nilai rata-rata *posttest* sebesar 10,5. Pada kelompok kontrol peningkatan hanya sebesar 1,9. Sehingga kegiatan anak usia dini pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan pada kelompok kontrol.

Pengujian hipotesis ini menggunakan analisis *independent sample t-test* dengan alasan untuk menguji 2 kelompok sampel yang tidak berpasangan yaitu membandingkan antara hasil observasi kelompok kontrol dengan kelompok eksperimen guna membuktikan kemampuan fisik motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun. Adapun hasil uji *independent sample t-test* disajikan sebagai berikut.

Tabel 3. Pengujian Keefektifan Media Sirkuit *Self Help Skills* dalam Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun.

		F	Sig.	t	df	Sig.(2-tailed)
Po	EV	3,921	,058	-	28	,000
	A			4		
st	EV	5,57	,000	-	24,48	,000
	N			4		
test	A			4		

Pada tabel 3 di atas, diketahui bahwa perbedaan kegiatan pembelajaran antara kelompok control dan kelompok eksperimen mempunyai nilai t_{hitung} 5,574 dengan probabilitas sebesar 0,000. Apabila dibandingkan dengan nilai α yang digunakan (0,05) maka nilai probabilitas hitung lebih kecil dari nilai α , sehingga disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kegiatan pembelajaran secara signifikan antara kelompok control dengan kelompok eksperimen. Berdasarkan uraian di atas, disimpulkan bahwa hipotesis diterima yaitu media *sirkuit self help skills* efektif dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun.

Temuan penelitian tersebut relevan dengan beberapa penelitian sebelumnya. Penelitian yang

dilakukan oleh (Kokkonen et al., 2019) merekomendasikan dengan melakukan kegiatan fisik 1-2 jam setiap harinya yang terintegrasi dengan kegiatan sekolah sangat mempengaruhi perkembangan fisiknya, terutama bagi anak-anak yang tidak melakukannya sehingga berdampak pada perkembangan fisik motorik siswa pada masa dewasanya. Penelitian yang dilakukan oleh (Altunsöz, 2015) merekomendasikan bahwa keterampilan motorik sangat penting dan menjadi fundamental utama dalam pembelajaran anak usia dini, Pendidikan keterampilan motorik sejak dini mampu meningkatkan kemampuan jasmani dan kemandirian anak usia dini. Dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan selama 14 minggu dengan menggunakan keterampilan motorik dan yang tidak menggunakan terjadi perbedaan peningkatan kemampuan yang signifikan. Penelitian yang dilakukan oleh (Crumbley et al., 2020) menjelaskan bahwa aktifitas fisik sangat mempengaruhi kesehatan anak, hal ini harus sejalan dengan program di sekolah dan di keluarga, peran keluarga juga sangat penting kaitanya dalam membentuk pembiasaan kegiatan aktifitas fisik selama di rumah. Berdasarkan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa temuan pada penelitian ini relevan dengan penelitian sebelumnya. Kegiatan pembelajaran menggunakan media *sirkuit self help skills* efektif dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun sehingga anak juga akan mampu mengembangkan kemampuan motorik secara maksimal.

Penggunaan media *sirkuit self help skills* pada penelitian ini diukur melalui beberapa indicator diantaranya kemampuan mengikat tali sepatu, memasang dan melepas kancing baju, membuka dan memasangkan resleting, dan menyisir rambut. Berdasarkan hasil penelitian di lapangan yang dilakukan melalui observasi, maka gambaran mengenai kegiatan pembelajaran dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik halus anak usia 5-6 tahun di kelompok B TK Muslimat NU 06 disajikan pada tabel 4 dengan hasil analisis deskriptif, dapat diketahui bahwa nilai rata-rata nilai fisik motorik halus anak usia 5-6 tahun sebelum pembelajaran menggunakan media *sirkuit self help skills* pada kelompok eksperimen adalah 8,6. Sedangkan nilai rata-rata fisik motorik halus anak usia 5-6 tahun kelompok eksperimen setelah pembelajaran menggunakan media *sirkuit self help skills* adalah 10,2. Hal tersebut menunjukkan nilai rata-rata fisik

motorik anak usia 5-6 tahun di kelompok B TK Muslimat NU 06 pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan. Kelompok eksperimen mengalami peningkatan sebesar 1,6.

Tabel 4. Rekapitulasi Hasil Observasi Media Sirkuit Self Help Skills dalam Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Halus Anak Usia 5-6 Tahun

K	Pre-test				Post-test			
	SR	ST	M	SD	SR	ST	M	SD
KE	6	12	8,6	1,43	8	14	10,2	1,85
KK	6	11	8,6	1,24	7	11	8,6	1,39

Pada kelompok kontrol nilai rata-rata *pretest* peningkatan perkembangan fisik motorik halus menggunakan media konvensional anak usia 5-6 tahun sebesar 8,6. Sedangkan nilai rata-rata *posttest* sebesar 8,66. Pada kelompok kontrol peningkatan hanya sebesar 0,06. Sehingga kegiatan anak usia dini pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih tinggi dibandingkan pada kelompok kontrol.

Adapun untuk membuktikan kemampuan fisik motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun. Adapun hasil uji *independent sample t-test* disajikan dalam tabel 5 sebagai berikut.

Tabel 5. Rekapitulasi Hasil Observasi Media Sirkuit Self Help Skills dalam Meningkatkan Kemampuan Fisik Motorik Halus Anak Usia 5-6 Tahun

	F	Sig.	t	df	Sig.(2-tailed)	
Po	EV	1,064	,311	-2,553	28	,016
st	A				25,	
test	EV			-2,553	98	,017
	NA				9	

Pada tabel 5. di atas, diketahui bahwa perbedaan kegiatan pembelajaran antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen mempunyai nilai t_{hitung} 2,553 dengan probabilitas sebesar 0,016. Apabila dibandingkan dengan nilai α yang digunakan (0,05) maka nilai probabilitas hitung lebih kecil dari nilai α , sehingga disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kegiatan pembelajaran secara signifikan antara

kelompok control dengan kelompok eksperimen. Berdasarkan uraian di atas, disimpulkan bahwa hipotesis diterima yaitu media *sirkuit self help skills* efektif dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik halus pada anak usia 5-6 tahun.

Temuan penelitian tersebut relevan dengan beberapa penelitian sebelumnya. Penelitian yang dilakukan oleh (Damayanti, 2019) yang menjelaskan bahwa kemampuan motorik halus anak melalui kemandirian dapat meningkat dengan menggunakan metode pembelajaran Montessori antara lain dari aspek tidak ketergantungan kepada orang lain, anak selalu ingin mencoba melakukan sesuatu sendiri, hanya meminta bantuan pada guru jika tidak mampu melakukan, mampu memakai sepatu sendiri, mampu membawa tas sekolahnya sendiri, mampu cuci tangan sendiri sebelum makan, mampu merapikan pakaiannya setelah bermain. Selain dengan menggunakan metode pengasuh atau pendidik perlu memahami tentang keterampilan untuk memberikan dukungan dalam peningkatan kemampuan motorik halus anak melalui sikap kemandirian anak hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmanissa & Indianti, 2019). Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh (Yulia et al., 2021) yang menyimpulkan betapa pentingnya pemahaman tentang 4 (empat) prinsip pengembangan pendidikan karakter: berkelanjutan, dilaksanakan melalui semua mata pelajaran, pengembangan diri, dan budaya sekolah, pengembangan nilai; dan proses pendidikan dilakukan secara aktif dan menyenangkan akan sangat membantu dalam meningkatkan kemampuan perkembangan anak terutama tentang motorik halus tentang kemandirian anak usia dini.

Penelitian ini terdiri dari dua hal, yang pertama tentang penggunaan media *sirkuit self help skills* kepada anak usia 5-6 tahun dan yang kedua adalah pengukuran efektifitas media dengan *sirkuit self help skills* yang dibandingkan dengan media konvensional. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa *sirkuit self help skills* efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar dan halus anak usia 5-6 tahun, namun selisih nilai *mean difference* lebih baik untuk meningkatkan fisik motorik kasar dibandingkan untuk meningkatkan fisik motorik halus.

Berdasarkan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa temuan pada penelitian ini relevan dengan penelitian sebelumnya. Kegiatan pembelajaran

menggunakan media *sirkuit self help skills* efektif dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik halus pada anak usia 5-6 tahun sehingga anak juga akan mampu mengembangkan kemampuan motorik secara maksimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Penelitian ini telah berhasil melakukan pengukuran efektifitas media *sirkuit self help skills* dalam meningkatkan hasil belajar motorik anak usia 5-6 tahun. Hasil belajar fisik motorik yang diukur adalah fisik motorik kasar dan fisik motorik halus. Secara keseluruhan, hasil yang diperoleh dari penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan media *sirkuit self help skills* memperoleh hasil keefektifan yang tinggi dalam meningkatkan hasil belajar motorik kasar dan halus anak usia 5-6 tahun. Hal ini dapat dilihat dari proses penerapan media *sirkuit self help skills* pada anak dimana menunjukkan respon positif dibandingkan dengan penggunaan media pembelajaran konvensional.

Saran

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan adanya penelitian lanjutan untuk mengkaji media *sirkuit self help skills* pada ruang lingkup yang lebih luas serta membandingkan keefektifan media *sirkuit self help skills* dengan permainan yang lain untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak

DAFTAR PUSTAKA

- Alawiyah, R. T. (2014). Peningkatan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Permainan Tradisional Banten. *PAUD PPs Universitas Negeri Jakarta*, 8, 175–184.
- Allen, K. E & Cowdery, G. . (2005). *The exceptional child: inclusion in early childhood education*. 5th ed. New York: Thomson Delmar Learning. Anisah.
- Altunsöz, I. H. (2015). Early childhood education majors' self-efficacy for teaching fundamental motor skills. *Perceptual and Motor Skills*, 121(2), 482–489. <https://doi.org/10.2466/25.PMS.121c18x5>
- Alwasif, N. (2013). The Effect of a Sports Program on the Motor Abilities of Preschool Children. *Journal of Applied Sports Science*, 3(3), 67–77. <https://doi.org/10.21608/jass.2013.84833>
- Colzato, L. S., Szapora, A., Pannekoek, J. N., & Hommel, B. (2013). The impact of physical exercise on convergent and divergent thinking. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7(12), 1–6. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00824>
- Crumbley, C. A., Ledoux, T. A., & Johnston, C. A. (2020). Physical Activity During Early Childhood: The Importance of Parental Modeling. *American Journal of Lifestyle Medicine*, 14(1), 32–35. <https://doi.org/10.1177/1559827619880513>
- Damayanti, E. (2019). Meningkatkan Kemandirian Anak melalui Pembelajaran Metode Montessori. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 463. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v4i1.333>
- Dowda, M., Pate, R. R., Trost, S. G., Almeida, M. J. C. A., & Sirard, J. R. (2004). Influences of preschool policies and practices on children's physical activity. *Journal of Community Health*, 29(3), 183–196. <https://doi.org/10.1023/B:JOHE.0000022025.77294.af>
- Dwi, I. E. (2015). Permainan Tradisional Sebagai Media Stimulasi Aspek Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Didaktika*, 13(3), 11–18.
- Erfayliana, Y. (2016). Aktifitas Bermain dan Perkembangan Jasmani Anak. *TERAMPIL: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Dasar*, 3, 145–158.
- Hurlock, E. (1998). *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Janto, S., & Setiawan, T. (2019). Sarana Olahraga Hiburan Kemenag. *Jurnal STUP*, 1(1), 191–203.
- Jufri, M., & Wirawan, H. (2018). Internalizing the spirit of entrepreneurship in early childhood education through traditional games. *Education and Training*, 60(7–8),

- 767–780. <https://doi.org/10.1108/ET-11-2016-0176>
- Khotimah, A. K., & Latiana, L. (2021). The Improvement of Children 5-6 Years Gross Motoric Skill by Challenge Board Game in Mutiara Ibunda Islamic Kindergarten Semarang City. *BELIA: Early Childhood Education*, 10(1), 17–22.
- Kokkonen, J., Yli-Piipari, S., Kokkonen, M., & Quay, J. (2019). Effectiveness of a creative physical education intervention on elementary school students' leisure-time physical activity motivation and overall physical activity in Finland. *European Physical Education Review*, 25(3), 796–815. <https://doi.org/10.1177/1356336X18775009>
- Latorre Román, P. Á., Pinillos, F. G., Pantoja Vallejo, A., & Berrios Aguayo, B. (2017). Creativity and physical fitness in primary school-aged children. *Pediatrics International*, 59(11), 1194–1199. <https://doi.org/10.1111/ped.13391>
- Nijhof, S. L., Vinkers, C. H., van Geelen, S. M., Duijff, S. N., Achterberg, E. J. M., van der Net, J., Veltkamp, R. C., Grootenhuis, M. A., van de Putte, E. M., Hillegers, M. H. J., van der Brug, A. W., Wierenga, C. J., Benders, M. J. N. L., Engels, R. C. M. E., van der Ent, C. K., Vanderschuren, L. J. M. J., & Lesscher, H. M. B. (2018). Healthy play, better coping: The importance of play for the development of children in health and disease. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 95(8), 421–429. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.09.024>
- Pianta, R., Howes, C., Burchinal, M., Bryant, D., Clifford, R., Early, D., & Barbarin, O. (2005). Features of pre-kindergarten programs, classrooms, and teachers: Do they predict observed classroom quality and child-teacher interactions? *Applied Developmental Science*, 9(3), 144–159. https://doi.org/10.1207/s1532480xads0903_2
- Rahmanissa, U., & Indianti, W. (2019). Efektivitas Program Peningkatan Keterampilan Dukungan Kemandirian pada Pengasuh Anak Usia Toddler Di TPA X. *Journal of Psychological Science and Profession*, 3(3), 188. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v3i3.24106>
- Rambe, S. A., Mudjiran, M., & Marjohan, M. (2017). Pengembangan Modul Layanan Informasi untuk Mengembangkan Kontrol Diri dalam Penggunaan Smartphone. *Konselor*, 6(4), 132. <https://doi.org/10.24036/02017648051-0-00>
- Rautio, P. (2014). Mingling and imitating in producing spaces for knowing and being: Insights from a Finnish study of child-matter intra-action. *Childhood*, 21(4), 461–474. <https://doi.org/10.1177/0907568213496653>
- Setianingsih, S. (2018). Dampak Penggunaan Gadget Pada Anak Usia Prasekolah Dapat Meningkatkan Resiko Gangguan Pemusatan Perhatian Dan Hiperaktivitas. *Gaster*, 16(2), 191. <https://doi.org/10.30787/gaster.v16i2.297>
- Singer, E. (2015). Play and playfulness in early childhood education and care. *Psychology in Russia: State of the Art*, 8(2), 27–35. <https://doi.org/10.11621/pir.2015.0203>
- Yulia, S., Raharjo, T. J., Fakhruddin, F., & ... (2021). Problematika Pendidikan Karakter Pada Lembaga Pendidikan Anak Usia Dini. *Prosiding Seminar Nasional Pascasarjana Universitas Negeri Semarang*, 248-254.