

**PENGARUH BERMAIN FANTASI DI LUAR KELAS TERHADAP
KEMAMPUAN FISIK MOTORIK ANAK PADA TK SIPURIO
SIPURENNU KECAMATAN AWANGPONE
KABUPATEN BONE**

Andi Iting

fb.andiiting@gmail.com

STAI Al Gazali Bone

Abstract

This Research discusses the The Influence Of Gymnastics Fantasy Towards Physical Motor Skills Of Children At TK Sipurio Sipurennu In Awangpone Bone District. The purpose of this study is to the implementation of gymnastics fantasy, (ii) the physical motor skills of children before (pretest) an after (posttest) conducted gymnastics fantasy, and (iii) the influence of gymnastics fantasy toward physical motor of children. To obtain the data in this study researchers used a quantitative research method, with pre-eksperimen. Data's collection techniques in this research is observation, interview, and documentation. Based on the results of research conducted in in kindergarten grace the District Awangpone Bone regency it could be concluded that the implementation of gymnastics fantasy consisted three components, namely warning-up activity, core activity, and cooling-down activity, the physical motor skills of children before conducted gymnastics fantasy was in low category and it was in high category after the gymnastics fantasy was conducted, and there were positive influences of gymnastics fantasy toward physical motor of children at At TK Sipurio Sipurennu In Awangpone Bone District.

Keywords: Fantasy Gymnastics; Physical Motor Children

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini merupakan salah satu bentuk penyelenggaraan pendidikan yang menitikberatkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan perkembangan aspek fisik, pemahaman nilai-nilai agama dan moral, kognitif, bahasa, dan sosial-emosional untuk membantu meletakkan dasar ke arah perkembangan sikap, pengetahuan, ketrampilan, dan daya cipta yang diperlukan oleh anak didik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya dan untuk pertumbuhan serta perkembangan selanjutnya. Hal ini sesuai dengan Undang-

Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 angka 14 menyatakan bahwa:

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.¹

Guru dapat menggunakan pembelajaran dengan menggunakan intervensi yang beraneka segi, yaitu pembelajaran bermain di luar kelas. Pembelajaran bermain di luar kelas yang dipahami di sini adalah kegiatan bermain anak usia dini yang dilakukan di luar ruangan khususnya senam fantasi. Dengan bermain di luar kelas, anak diharapkan mampu melakukan aktivitas fisik secara terkoordinasi dalam rangka kelenturan, keseimbangan dan kelincahan. Permainan ini adalah suatu program pembelajaran yang dibuat oleh guru kelas dengan memperhatikan keberadaan dan kebutuhan setiap peserta didik khususnya dalam perkembangan fisik dari setiap peserta didik. Dalam proses pembelajaran, permainan di luar kelas berfungsi sebagai alat pembelajaran yang dapat meningkatkan penguasaan gerakan tubuh, seperti keseimbangan, ketangkasan, keluwesan, dan kesadaran akan respon tubuh saat ingin bergerak. Bermain di luar kelas ini sangat sesuai untuk diterapkan dalam kegiatan belajar mengajar di Taman Kanak-Kanak, dikarenakan pembelajaran ini dapat meningkatkan perkembangan psikomotorik siswa yang lebih baik dikembangkan pada masa kanak-kanak. Hal itu berdasarkan asumsi bahwa masa kanak-kanak merupakan masa yang paling ideal untuk mengembangkan kemampuan psikomotorik anak.

Kemampuan fisik motorik adalah semua gerakan yang memungkinkan dilakukan oleh seluruh tubuh. Keterampilan motorik berkembang sejalan dengan kematangan syaraf dan otot. Oleh sebab itu, setiap gerakan yang dilakukan sesederhana apapun itu merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian yang ada di dalam tubuh yang dikontrol oleh otak. Perkembangan kemampuan motorik anak selalu berhubungan dengan perkembangan kemampuan gerak anak.²

¹Tim Fokusmedia. *Undang-Undang SISDIKNAS Sistem Pendidikan Nasional*, (Jakarta: Fokus Media, 2015), h. 102

² Bambang Sujiono, dkk. *Metode Pengembangan Fisik*, (Jakarta: Universitas Terbuka, 2008), h. 1.4

TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone merupakan salah satu lembaga pendidikan anak usia dini formal yang terletak pada pinggiran kota Bone. TK ini memiliki anak didik yang cenderung selalu merasa jenuh, bosan bahkan tidak bergairah untuk mengikuti pembelajaran khususnya bermain dalam kelas. Olehnya itu sanak didik lebih memilih berdiam diri dalam kelas ketika pembelajaran pencapaian tujuan motorik yang akan dicapai. Hal ini terjadi khusus di kelas kelompok A TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone. Dengan berdiam dirinya anak dalam kelas tanpa mengikuti permainan yang ada maka tentu akan mengakibatkan kemampuan motoriknya kurang berkembang akibat kurangnya pergerakan otot-otot tubuh. Untuk mengimbangi apa yang dirasakan anak ketika bermain dalam kelas, maka guru berinisiatif untuk lebih memperbanyak kegiatan bermain di luar kelas, dan alhasil anak-anak meminati permainan yang ada di luar kelas dengan menggunakan senam fantasi.

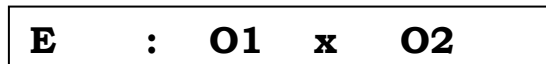
Berdasarkan pencermatan yang dilakukan peneliti bahwa kondisi anak di lingkungan sekolah TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone khususnya pada kelompok A bahwa masih terlihatnya anak yang ketika berjalan sebentar tiba-tiba jatuh, adanya anak yang ketika berlari juga masih sering jatuh karena belum mampu mengimbangi koordinasi gerakan larinya, terdapat anak yang ketika belum mampu menahan beban berat dan langkahnya sehingga belum kuat dalam melaksanakan fisik motorik di tahapan perkembangannya. Akhirnya, dengan kondisi tersebut, guru berinovasi untuk membuat suatu kegiatan bermain bagi anak berupa bermain di luar kelas agar anak diberikan pembiasaan serta akan menguatkan fisik motoriknya berdasarkan pembiasaan yang dilakukan di sekolah berupa kegiatan bermain di luar kelas. Berdasarkan latar belakang di atas, maka judul penelitian ini adalah “*pengaruh bermain fantasi di luar kelas terhadap kemampuan fisik motorik anak pada TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone.*”

METODE

1. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dalam jenis eksperimen yaitu *Pra-Eksperimen (Pre-Eksperimental)* yang merupakan eksperimen yang tidak mengendalikan variabel lain yang berpengaruh pada variabel dependen. Bentuknya belum merupakan *eksperimen* sungguh-sungguh (*true experiment*) karena tidak adanya

kelompok kontrol. Jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh variabel independen. Hal ini dapat terjadi karena tidak adanya variabel kontrol dan sampel tidak dipilih secara acak (*random*).³ Adapun jenis desain penelitian yang digunakan peneliti adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Adapun bentuk penelitian ini sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian

Keterangan

E : Experiment Group

O1 : Nilai Pretest (sebelum diberi perlakuan)

O2 : Nilai Posttest (sesudah diberi perlakuan)

X : Perlakuan/ekperimen ⁴

2. Lokasi Penelitian

Penelitian ini bertempat di Taman Kanak-kanak Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone.

3. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas yang dimaksud ialah bermain di luar kelas (*senam fantasi*) sedangkan variabel terikat ialah kemampuan fisik motorik anak.

4. Populasi dan Sampel

Populasi penelitian ini adalah seluruh anak didik TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone sebanyak 115 anak. yang terdiri dari Kelompok B1 29 anak, Kelompok B2 29 anak, Kelompok B3 29 anak, dan Kelompok A sebanyak 28 anak. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *nonprobability sampling*

³Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. (Bandung: Alfabeta, 2009), h. 45

⁴ Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), h. 65

dengan cara *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu.⁵ Oleh karena itu, pada penelitian ini ditentukan bahwa penelitian dilakukan pada kelompok A. Hal ini berdasarkan hasil observasi awal dan hasil wawancara lepas dengan guru bahwa kelompok A memiliki kemampuan fisik motorik yang masih perlu ditingkatkan. Dengan pertimbangan hal tersebut, sehingga diperoleh bahwa kelompok A sebagai sampel dalam penelitian ini.

5. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data merupakan cara atau jalan yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah observasi yang merupakan pengamatan sistematis berkenaan dengan perhatian terhadap fenomena-fenomena yang tampak. Observasi dalam penelitian ini adalah observasi partisipan. Observasi partisipan merupakan observasi yang dilakukan di mana *observer* ikut aktif dalam kegiatan observe. Dalam hal ini bahwa peneliti ikut aktif secara langsung mengamati kegiatan permainan di luar kelas (senam fantasi) di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone. Observasi dalam penelitian ini merupakan pretest dan posttest yaitu sebelum dan setelah dilakukan kegiatan permainan di luar kelas (senam fantasi) dan pengaruhnya terhadap kemampuan fisik motorik anak di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabuapten Bone.

6. Teknik Analisis Data

Setelah mendapatkan data yang cukup, langkah selanjutnya adalah menganalisa data. Teknik analisis data dilakukan dengan menggunakan:

- a. Analisis deskriptif kualitatif dilakukan untuk mendeskripsikan data yang diperoleh dengan teknik observasi. Analisis ini berkaitan dengan penggambaran variabel permainan di luar kelas (senam fantasi).
- b. Analisis deskriptif kuantitatif dengan penyajian diagram, daftar distribusi frekuensi rata-rata, deviasi dan histogram. Untuk menggambarkan variabel kemampuan fisik motorik anak sebelum dan setelah diberikan permainan di luar kelas.

⁵ Sugiyono, *Op. Cit.*, h. 300

- c. Untuk kepentingan uji hipotesis terlebih dahulu digunakan uji asumsi yaitu uji normalitas data. Dalam pengujian analisis memiliki persyaratan yang harus dipenuhi yakni data penelitian harus berdistribusi normal. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Liliefors (Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk)*. Sebelum melakukan uji perbandingan, maka terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dengan hipotesis:

H_0 : Data berasal dari populasi yang berdistribusi Normal

H_1 : Data berasal dari populasi yang tidak berdistribusi Normal

Syarat untuk menerima hipotesis nol adalah: Terima H_0 , jika nilai D hitung \leq nilai D tabel, maka data berdistribusi normal.

Untuk uji hipotesis digunakan uji t , dengan rumus:

$$t = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{n \sum D^2 - (\sum D)^2}{n - 1}}}$$

Keterangan:

t = nilai t hitung

D = Selisih posttest dan pretest

n = Jumlah siswa.⁶

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

1. Gambaran bermain di luar kelas di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone

Bermain di luar kelas merupakan kegiatan yang dilakukan di luar kelas. Kegiatan ini lebih banyak menimbulkan suara dan lebih banyak membutuhkan kekuatan dan semangat. Bermain di luar kelas membutuhkan lebih banyak ruang, sehingga anak-anak akan merasa lebih untuk bergerak. Salah satu permainan yang diterapkan di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone adalah senam fantasi. Oleh karena itu guru harus menyadari bahwa tempat di luar ruangan kelas tidak hanya terbatas untuk

⁶ Suharsimi Arikunto, *Op. Cit.*, h. 354

mengembangkan otot atau gerakan kasar, tetapi guru juga harus merencanakan dan menata permainan di luar kelas. Bentuk bermain di luar ruangan anak prasekolah terdiri dari kegiatan memanjat, berlari, melompat, berayun, berjalan, berguling, melempar, menangkap dan memantul bola sebagai bentuk bermain dari senam fantasi.

Kegiatan bermain di luar kelas (senam fantasi) ini sudah berlangsung lama dan setiap semester, permainan ini selalu diterapkan. Hanya saja baru pertama kali bermain di luar kelas (senam fantasi) ini diteliti di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone. Proses pembelajaran dengan bermain di luar kelas (senam fantasi) menggunakan imajinasi anak-anak untuk berfantasi/berada seolah-olah seperti cerita yang dibuat oleh guru. Bermain di luar kelas (senam fantasi) dalam penelitian ini, untuk pertama kalinya dilaksanakan dengan berfantasi sesuai dengan cerita yang berjudul: ke kebun binatang, materinya tentang kemampuan lokomotor anak di mana anak diajak untuk berfantasi oleh peneliti dan guru dalam berjalan, berlari dan melompat. Pertemuan kedua selanjutnya dilaksanakan dengan berfantasi sesuai dengan cerita yang berjudul: gempa bumi, materinya tentang kemampuan lokomotor anak di mana anak diajak untuk berfantasi oleh peneliti dan guru dalam berjalan, berlari dan melompat. Pertemuan ketiga selanjutnya dilaksanakan dengan berfantasi sesuai dengan cerita yang berjudul: Menanam Jagung, materinya tentang kemampuan lokomotor anak di mana anak diajak untuk berfantasi oleh peneliti dan guru dalam berjalan, berlari dan melompat. Pertemuan keempat selanjutnya dilaksanakan dengan berfantasi sesuai dengan cerita yang berjudul yuk jadi pahlawan dengan materinya tentang kemampuan non lokomotor anak di mana anak diajak untuk berfantasi oleh peneliti dan guru dalam memanjat, bergantung dan berayun. Pertemuan kelima selanjutnya dilaksanakan dengan berfantasi sesuai dengan cerita yang berjudul yuk jadi yuk jadi penolong dengan materinya tentang kemampuan non lokomotor anak di mana anak diajak untuk berfantasi oleh peneliti dan guru dalam memanjat, bergantung dan berayun.

Bermain di luar kelas ini sangat disukai oleh anak-anak, karena anak-anak lebih leluasa bermain di luar kelas dengan tetap mendapatkan pengarahan dari peneliti dan guru. anak-anak yang bermain di luar kelas khususnya senam fantasi ini terlihat senang dan begitu menikmati permainan ini karena semua anak-anak ikut aktif terlibat dalam permainan ini. Hal ini juga disebabkan karena pengarahan dari peneliti dan guru yang

secara bersama-sama berkegiatan langsung bersama dengan anak-anak, serta adanya pemberian hadiah/reward bagi anak yang mampu mengikuti permainan ini dengan total. Apalagi di setiap permainan di luar kelas ini senantiasa diiringi oleh nyanyian-nyanyian yang menyemangati anak-anak.

2. Kemampuan fisik motorik anak sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) melakukan permainan di luar kelas (senam fantasi)

a. Kemampuan fisik motorik anak sebelum (*pretest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas (senam Fantasi)

Analisis deskriptif untuk data tentang kemampuan fisik motorik sebelum menggunakan pembelajaran bermain di luar kelas (senam fantasi) berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan peneliti, maka diperoleh pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Statistik deskriptif kemampuan fisik motorik sebelum (*pretest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas

No.	Keterangan	Nilai
1.	Mean	4.32
2.	Median	4.00
3.	Mode	3
4.	Std. Deviation	1.492
5.	Variance	2.226
6.	Range	5
7.	Minimum	2
8.	Maximum	7
9.	Sum	121

Sumber : Hasil pengujian spss

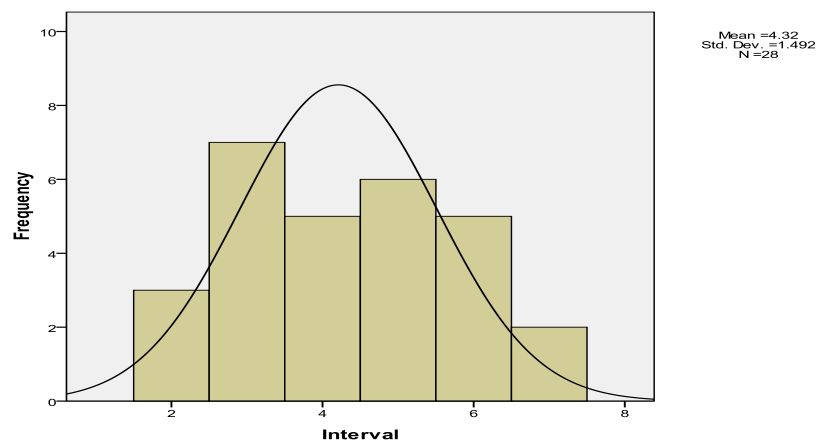
Dari Tabel 1 diketahui bahwa rata-rata kemampuan fisik motorik anak sebelum (*pretest*) melakukan pembelajaran bermain di luar kelas pada TK Sipurio Sipurenu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone sebesar 4,32 dengan nilai median sebesar 4,00 dan standar deviasi sebesar 1,492. Berdasarkan hasil observasi kepada anak didik kelompok A, diketahui bahwa nilai terendah sebesar 2 dan nilai tertinggi sebesar 7 sehingga diperoleh jangkauan (*range*) sebesar 5. Nilai tertinggi yang mungkin diperoleh dari kemampuan fisik motorik sebelum (*pretest*) melakukan kegiatan bermain

di luar kelas berdasarkan pedoman observasi (10 item dengan skor tertinggi 1 dan skor terendah 0) adalah 10 dan nilai terendah yang mungkin diperoleh adalah 1. Dengan menetapkan 5 kelas interval (Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah dan Sangat Rendah) diperoleh dengan nilai tertinggi 10- dibagi 5 (jumlah kelas) maka diperoleh panjang kelas interval 2. Selanjutnya, data tentang kemampuan fisik motorik sebelum (*pretest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas disajikan dalam tabel 2 distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi frekuensi kemampuan fisik motorik anak sebelum (*pretest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas (senam fantasi)

Nilai	Frekuensi	%
7	2	7
6	5	18
5	6	21
4	5	18
3	7	25
2	3	11
Total	28	100

Dengan menggunakan histogram, distribusi frekuensi kemampuan fisik motorik anak sebelum (*pretest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas di TK Sipurio Sipurenu disajikan sebagai berikut:



Gambar 2. Histogram Kemampuan fisik motorik anak sebelum (*pretest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas

Berdasarkan Tabel 2 diperoleh dari hasil olah data pada tabel frekuensi dapat diketahui bahwa ada 2 anak (7%) dari 28 orang anak usia dini yang dijadikan responden memiliki kemampuan fisik motorik yang berada pada kategori tinggi, ada sebanyak 11 anak (39%) berada pada kategori sedang, ada sebanyak 12 anak (43%) yang memiliki kemampuan fisik motorik yang berada pada kategori rendah, ada 3 anak (10%) yang berada pada kategori yang sangat rendah. Terdapat sebanyak 10 anak (36%) yang memiliki kemampuan fisik motorik yang berada pada kategori sangat rendah. Hal ini berarti bahwa kemampuan fisik motorik sebelum (*pretest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas pada umumnya berada pada kategori sedang dan rendah.

b. Kemampuan fisik motorik anak setelah (*posttest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas.

Analisis deskriptif untuk data tentang kemampuan fisik motorik anak setelah menggunakan permainan di luar kelas berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan peneliti, maka diperoleh pada tabel 3 berikut:

Tabel 3. Statistik deskriptif kemampuan fisik motorik anak setelah (*posttest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas

No.	Keterangan	Nilai
1.	Mean	8.57
2.	Median	8.50
3.	Mode	8
4.	Std. Deviation	0.997
5.	Variance	0.995
6.	Range	3
7.	Minimum	7
8.	Maximum	10
9.	Sum	240

Sumber : Hasil pengujian spss

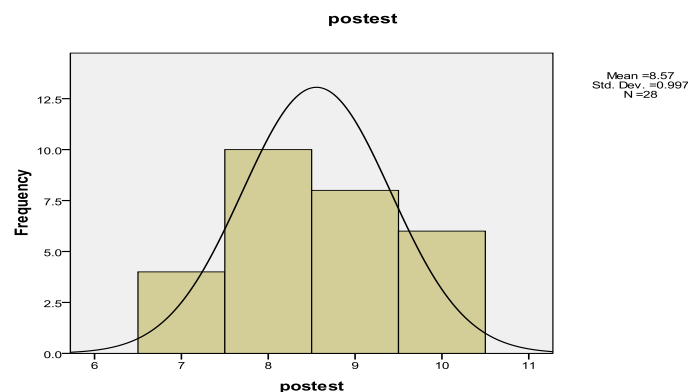
Dari Tabel 3 diketahui bahwa rata-rata kemampuan fisik motorik setelah (*posttest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas pada TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone sebesar 8,57 dengan nilai median sebesar

8,50 dan standar deviasi sebesar 0,997. Berdasarkan hasil observasi kepada anak didik kelompok A, diketahui bahwa nilai terendah sebesar 7 dan nilai tertinggi sebesar 10 sehingga diperoleh jangkauan (range) sebesar 3. Nilai tertinggi yang mungkin diperoleh dari kemampuan fisik motorik setelah (*posttest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas berdasarkan pedoman observasi (10 butir dengan skor tertinggi 1 dan skor terendah 0) adalah 10 dan nilai terendah yang mungkin diperoleh adalah 1, sehingga rentangnya adalah 2. Dengan menetapkan 5 kelas interval (sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi). Adapun panjang kelasnya diperoleh panjang kelas interval 2. Selanjutnya, data tentang kemampuan fisik motorik setelah (*posttest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas disajikan dalam tabel frekuensi sebagai berikut:

Tabel 4. Distribusi frekuensi kemampuan fisik motorik anak setelah (*posttest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas (senam fantasi)

Nilai	Frekuensi	%
10	6	21
9	8	29
8	10	36
7	4	14
Total	28	100

Dengan menggunakan histogram, distribusi frekuensi kemampuan fisik motorik anak setelah (*posttest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas di TK Sipurio Sipurenu disajikan sebagai berikut:



Gambar 3. Histogram Kemampuan fisik motorik anak setelah (*postest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas

Berdasarkan Tabel 4 diperoleh dari hasil olah data pada tabel frekuensi dapat diketahui bahwa ada 14 anak (50%) dari 28 orang anak usia dini yang dijadikan responden memiliki kemampuan fisik motorik yang berada pada kategori tinggi dan juga terdapat 14 anak (50%) yang memiliki kemampuan fisik motorik yang berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini berarti bahwa kemampuan fisik motorik setelah (*postest*) melakukan kegiatan bermain di luar kelas pada umumnya berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi.

3. Pengaruh bermain di luar kelas (senam fantasi) terhadap kemampuan fisik motorik anak di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone

a. Uji Normalitas

Dalam pengujian analisis memiliki persyaratan yang harus dipenuhi yakni data penelitian harus berdistribusi normal. Uji normalitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji Liliefors (Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk). Kriteria pengambilan kesimpulan jika nilai signifikansi atau nilai probabilitas $< \alpha 0,05$, maka data dinyatakan berdistribusi tidak normal. Dan jika nilai signifikansi atau nilai probabilitas $> \alpha 0,05$, maka dinyatakan data berdistribusi normal.⁷ Dari hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* tersebut di atas, diperoleh data bahwa besarnya nilai uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk kemampuan fisik motorik anak usia dini di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone sebelum (*pretest*) dan sesudah (*postest*) pembelajaran bermain di luar kelas dengan dasar pengambilan keputusan untuk *postest* berdasarkan uji *Kolmogorov-Smirnov*^a diperoleh nilai signifikansi atau nilai probabilitas $0,200 > \alpha 0,05$, maka data dinyatakan berdistribusi normal, Dan untuk *pretest* berdasarkan uji *Kolmogorov-Smirnov*^a diperoleh nilai signifikansi atau nilai probabilitas $0,73 > \alpha 0,05$, maka data dinyatakan berdistribusi normal.

b. Uji Homogenitas

Setelah diketahui bahwa data berdistribusi normal, maka langkah selanjutnya adalah uji homogenitas dari data tersebut dengan menggunakan rumus uji F yakni

⁷ Singih Santoso. *Panduan Menguasai Statistika dengan SPSS 17*. (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2009), h. 186

menghitung F ratio antara varians terbesar dengan varians terkecil dari kelompok yang diuji, yaitu melalui cara membagi varians terbesar dengan varians terkecil dari kelompok yang diuji, kemudian dibandingkan dengan harga F_{tabel} pada taraf signifikansi α 0,05. Kriteria pengujian adalah tolak hipotesis nol (H_0) jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ dan terima H_0 jika $F_{hitung} < F_{tabel}$. Selain itu untuk memperkuat digunakan juga uji *levene statistic* pada taraf signifikansi α 0,05 dengan kriteria pengujian adalah jika nilai sig (probabilitas) $< \alpha$ 0,05 maka varians tidak sama atau tidak homogen, dan jika nilai sig (probabilitas) $> \alpha$ 0,05 maka varians sama (homogen). Dari hasil pengujian homogenitas, bahwa signifikansi hitung (Sig. $_{hitung}$) sebesar 0,165. Karena signifikansi (Sig. $_{hitung}$) = 0,165 $>$ signifikansi Sig. $_{tabel}$ 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut homogen.

c. Uji Hipotesis

Pengaruh bermain di luar kelas terhadap kemampuan fisik motorik anak dapat diketahui melalui uji-t dua sampel berpasangan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya kemampuan fisik motorik di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone dari sebelum dan setelah melakukan kegiatan bermain di luar kelas (senam fantasi).

Adapun hipotesisnya adalah sebagai berikut:

Ho : Tidak ada pengaruh bermain *fantasi* di luar kelas terhadap kemampuan fisik motorik anak di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone

Ha : Ada pengaruh bermain *fantasi* di luar kelas terhadap kemampuan fisik motorik anak di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone

Dalam bentuk simbol matematis dituliskan menjadi:

Ho : $\mu \geq 0,05$

Ha : $\mu \leq 0,05$

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji-t. Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan uji SPSS 17, uji-t diperoleh $t_{hitung} = 14,931$ sedangkan nilai pada taraf signifikansi dengan $\alpha = 0,05:2$ (uji dua fihak) = 0,025

dengan $dk (n-1) = 27$, diperoleh $t_{\text{tabel}} = 2,052$. Oleh karena nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} , atau $t_{\text{hitung}} = 14,931 > t_{\text{tabel}} = 2,052$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti bahwa ada pengaruh bermain di luar kelas terhadap kemampuan fisik motorik anak di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone.

Dengan kriteria penolakan hipotesis nol adalah tolak hipotesis nol jika t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} pada taraf signifikansi $\alpha = 5\%:2 = 0,025$. Jika hipotesis nol ditolak maka konsekuensinya adalah menerima hipotesis alternatif (H_a). Berdasarkan pada data diketahui bahwa derajat kebebasan (dk) sebesar : $dk = n - 1 = 28 - 1 = 27$ sehingga t_{tabel} untuk $\alpha = 5\%:2 = 0,025$ dengan uji dua arah (*two tail*) adalah sebesar 2,052. Berdasarkan pada hasil olahan data diperoleh nilai t_{hitung} sebesar 14,931 yang lebih besar dari t_{tabel} 2,052. Hal ini menunjukkan bahwa tidak cukup alasan untuk menerima hipotesis nol sehingga harus menerima hipotesis alternatif (H_1), artinya ada pengaruh bermain di luar kelas terhadap kemampuan fisik motorik anak di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone dari sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) pembelajaran bermain di luar kelas. Terdapat peningkatan nilai rata-rata sebesar 4,25 kemampuan fisik motorik anak setelah dibelajarkan dengan pembelajaran bermain luar kelas (senam fantasi).

PEMBAHASAN

Bermain di luar kelas merupakan salah satu kegiatan bermain yang diterapkan dalam sekolah khususnya pada taman kanak-kanak. Menurut Freud dalam Hurlock, mengatakan bahwa bermain mempunyai nilai yang sama, seperti fantasi atau lamunan. Melalui bermain, seseorang dapat memproyeksikan harapan-harapan maupun konflik pribadinya. Freud mengatakan bahwa melalui bermain, anak dapat mengambil peran aktif sebagai pemrakarsa. Dalam hal ini, Freud tidak mengemukakan pengertian bermain tetapi lebih memandang bermain sebagai cara yang digunakan anak untuk mengatasi masalahnya.⁸

Semua program kegiatan pendidikan prasekolah menyelenggarakan kegiatan bermain dalam porsi besar bagi anak didiknya. Untuk hal tersebut, guru harus merencanakan

⁸Elizabeth Hurlock. *Perkembangan Anak*. Edisi keenam. (Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama, 1978), h. 259

secara cermat kegiatan bermain dengan dukungann lingkungan sekolah dan materi bermain. Kegiatan bermain dapat dilakukan di dalam maupun di luar ruangan kelas.⁹ Bermain di luar kelas biasanya lebih banyak menimbulkan suara dan lebih banyak membutuhkan kekuatan dan semangat. Bermain di luar membutuhkan lebih banyak ruang, di mana anak dapat berlari, melompat, dan menggunakan sepeda. Oleh karena itu guru harus menyadari bahwa tempat di luar ruangan kelas tidak hanya terbatas untuk mengembangkan otot atau gerakan kasar, tetapi guru juga harus merencanakan dan menata permainan di luar kelas. Bentuk bermain di luar ruangan anak prasekolah terdiri dari kegiatan memanjat, berlari, melompat, berayun, berjalan, berguling, melempar, menangkap dan memantul bola sebagai bagian dari bermain di luar kelas berupa senam fantasi.

Pada pelaksanaan bermain di luar kelas (senam fantasi) terdiri atas tiga tahap yaitu: (a) kegiatan awal, (b) kegiatan inti, dan (c) kegiatan penutup. Kegiatan awal dilakukan dengan membuka pembelajaran dengan ucapan salam dan menanyakan keadaan anak-anak pada hari itu, selanjutnya menyampaikan kepada anak bahwa pembelajaran hari ini berupa bermain di luar kelas dengan senam fantasi. Pada kegiatan ini, anak-anak diajak untuk berbaris, bernyanyi, berdo'a dan selanjutnya memberitahukan kepada anak aturan permainan senam fantasi, guru juga memberitahukan kepada anak tentang judul senam fantasi yang akan dilakukan pada hari ini. Pada kegiatan inti berupa pelaksanaan isi cerita dan pelaksanaan kegiatan yang bersifat senam fantasi, seperti ketika guru bercerita tentang ke kebun binatang, guru mengajak anak-anak untuk berjalan, maka anak-anak juga melakukan kegiatan sesuai dengan isi cerita. Berjalan itu adalah bagian dari senam fantasi. Selanjutnya pada kegiatan penutup, guru mengajak anak-anak untuk berkumpul kembali setelah menyelesaikan kegiatan inti, guru mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan tadi sambil anak-anak beristirahat sambil bernyanyi dan melakukan kegiatan pendinginan.

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa terdapat perbedaan kemampuan fisik motorik anak sebelum (*pretest*) dibelajarkan bermain di luar kelas (senam fantasi) dan sesudah (*posttest*) dibelajarkan dengan bermain di luar kelas (senam fantasi). Hal ini dibuktikan bahwa rata-rata kemampuan fisik motorik anak sebelum (*pretest*) dibelajarkan bermain di luar kelas (senam fantasi) di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone K abupaten Bonemasih

⁹ Soemiarti, P. *Pendidikan Anak Prasekolah*. (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), h.79

rendah, khususnya di kelompok A. Hal ini terlihat dari adanya anak yang masih terjatuh ketika berjakan, masih adanya anak yang tidak mau melakukan kegiatan berlari karena takut terjatuh.

Setelah (*postest*) diberikan pembelajaran bermain di luar kelas (senam fantasi), terlihat kemampuan fisik motorik anak yang dilakukan pada saat senam fantasi terjadi peningkatan, hal ini terlihat dari pengamatan peneliti kepada anak, terlihat anak sudah mampu melakukan kegiatan berjalan dengan baik, tanpa terjatuh-jatuh lagi, sudah mampu melakukan kegiatan berlari dengan berani dan seimbang, bahkan terlihat anak-anak sudah melakukan kegiatan dengan baik, terkoordinasi, berani, lincah dan seimbang. Dalam hal ini terlihat kemampuan fisik motorik anak usia dini sesudah (*postest*) yang dibelajarkan dengan pembelajaran bermain di luar kelas (senam fantasi) lebih tinggi daripada kemampuan fisik motorik anak usia dini sebelum (*pretest*) dibelajarkan dengan pembelajaran bermain di luar kelas (senam fantasi).

Berdasarkan hasil pengujian tersebut yang telah dipaparkan sebelumnya terbukti bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima, artinya Ada peningkatan kemampuan fisik motorik anak usia dini di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone dari sebelum dan sesudah pembelajaran bermain di luar kelas. Hal ini disebabkan karena pembelajaran bermain di luar kelas (senam fantasi) memberi peluang dan kesempatan pada anak untuk mengeksplorasi daya gerak yang mereka miliki. Sebagaimana pendapat Piaget dalam Hurlock yang mengatakan bahwa pada masa ini anak berada pada fase/tahap pra-operasional yakni antara umur 2 tahun sampai dengan umur 7 tahun yakni anak sudah mulai menyadari bahwa pemahamannya tentang benda-benda di sekitarnya tidak hanya melalui kegiatan sensori motor tetapi juga bersifat simbolis.¹⁰ Fase ini merupakan masa permulaan bagi anak untuk membangun kemampuannya dalam menyusun pikiran serta mengekspresikan kesenangan mereka terhadap sesuatu yang bersifat alam semesta dan natural. Dengan adanya pembelajaran bermain di luar kelas, anak diberi kesempatan dan kebebasan untuk membangun pengetahuan dan daya pikirnya melalui hal-hal yang ada di sekitar mereka sehingga tidak merasa tertekan.

¹⁰ Elizabeth Hurlock. *Op. Cit.*, h. 39

Peningkatan kemampuan fisik motorik anak membuktikan bahwa bermain di luar kelas (senam fantasi) membuat anak tertarik, aktif serta membuat anak lebih ceria sehingga termotivasi dalam melakukan kegiatan bermain di luar kelas (senam fantasi). Selanjutnya bermain di luar kelas (senam fantasi) efektif dalam digunakan bercerita karena pada kegiatan bermain di luar kelas (senam fantasi), anak-anak tidak hanya diinstruksikan melakukan kegiatan tetapi anak-anak juga melakukan penyimakian terhadap isi cerita sehingga dalam pelaksanaan kegiatan ini membutuhkan perhatian dan konsentrasi penuh terhadap cerita yang diceritakan guru. Kemampuan mengerti sangat dipengaruhi oleh cara anak mendengarkan apa yang dikatakan padanya” artinya apabila dalam bercerita, guru menyampaikan dengan kata-kata yang mudah sehingga anak mampu memperhatikan dan melakukan kegiatan yang sesuai dengan cerita dalam senam fantasi.¹¹

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan uji statistik pada pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Bermain di luar kelas (senam fantasi) merupakan salah satu pembelajaran yang metode bermainnya dilakukan di luar kelas yang memberikan kesempatan dan kebebasan luas kepada anak, bermain di luar (senam fantasi) terdiri atas tiga kegiatan yaitu: (a) kegiatan awal, yang terdiri dari berdo’a, bernyanyi, aturan Bermain, penyampaian judul cerita dan pemanasan (b) kegiatan inti, yang terdiri dari pelaksanaan isi cerita dan pelaksanaan senam fantasi, dan (c) kegiatan penutup terdiri dari evaluasi kegiatan, pendinginan, istirahat dan bernyanyi.
- b. Kemampuan fisik motorik anak sebelum pembelajaran permainan di luar kelas di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone pada umumnya berada pada kategori rendah dan setelah dilakukan pembelajaran berupa permainan di luar kelas maka kemampuan fisik motorik anak berada pada kategori tinggi dan sangat tinggi.
- c. Terdapat pengaruh yang positif permainan di luar kelas terhadap kemampuan fisik motorik anak di TK Sipurio Sipurennu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone

¹¹ *Ibid*, h. 113

2. Saran

Berdasarkan simpulan di atas, maka peneliti mengemukakan beberapa hal sebagai saran:

1. Hendaknya para guru, khususnya guru TK Sipurio Sipurenu Kecamatan Awangpone Kabupaten Bone memotivasi diri untuk selalu menambah wawasan/ilmu dan mencari metode bermain yang menarik dan menyenangkan bagi anak sehingga tercapai tujuan pembelajaran seperti penerapan bermain di luar kelas (senam fantasi) dalam meningkatkan kemampuan fisik motorik anak.
2. Kepada pengelola atau yayasan di Taman Kanak-Kanak agar selalu memperhatikan kebutuhan akan sarana dan prasarana yang dibutuhkan oleh sekolah yang dibina, sehingga ada peningkatan dari tahun ke tahun dan memenuhi kebutuhan anak khususnya dalam pemilihan metode bermain anak.
3. Kepada pemerintah dan unsur terkait dalam bidang PAUD hendaknya menjalin kerjasama yang baik sebagai mitra kerja, agar memperlancar segala urusan administrasi yang berkaitan dengan pengembangan dan pengelolaan Taman Kanak-Kanak serta memberikan pelatihan dalam peningkatan kualitas guru TK khususnya kegiatan yang berkaitan dengan di luar kelas.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Fokusmedia, T. (2015). . *Undang-Undang SISDIKNAS Sistem Pendidikan Nasional*. Jaakarta: Fokus Media.
- Hurlock, E. (1978). *Perkembangan Anak. Edisi keenam*. Jakarta: PT Gelora Aksara Pratama.
- Santoso, S. (2009). *Panduan Menguasai Statisitik dengan SPSS 17*. Jakarta: Elex Media Komputindo,.
- Soemiarti, P. (1998). *Pendidikan Anak Prasekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujiono, B. (2008). *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.