PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK LOKOMOTOR ANAK USIA 4-5 TAHUN MELALUI KEGIATAN LARI ESTAFET DI PAUD CINTA SEHAT NAGARI PARAMBAHAN

SKRIPSI

Ditulis sebagai Syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S1) Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Oleh: EGA BELINA
NIM. 14 109 021

JURUSAN PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI BATUSANGKAR

2019

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama	: EGA BELINA
NIM	: 14 109 021
Tempat/Tanggal Lahir	: Batusangkar/ 10 Desember 1994
Jurusan	: Tarbiyah dan Ilmu keguruan
Program Studi	: PIAUD

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul **"PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK LOKOMOTOR ANAK USIA 4-5 TAHUN MELALUI KEGIATAN LARI ESTAFET DI PAUD CINTA SEHAT NAGARI PARAMBAHAN "**, adalah benar karya sendiri bukan plagiat kecuali yang dicantumkan sumbernya.

Apabila dikemudian terbukti bahwa skripsi ini plagiat, maka saya bersedia menerima saksi sesuai dengan ketentuan perundangan-undangan yang berlaku. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Batusangkar,

Saya yang menyatakan,



EGA BELINA

NIM. 14 109 021

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing SKRIPSI atas nama **EGA BELINA, NIM 14 109 021,** judul: **PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK LOKOMOTOR ANAK USIA 4-5 TAHUN MELALUI KEGIATAN LARI ESTAFET DI PAUD CINTA SEHAT NAGARI PARAMBAHAN,** memandang bahwa SKRIPSI yang bersangkutan telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk diajukan ke sidang *munaqasyah*.

Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Batusangkar, 08 Agustus 2019

Pembimbing I	**Pembimbing II**
Dr. Wahidah Fitriani, M.A	**Elis Komalasari, M. Pd**
NIP. 197909162003122003	**NIP. 198506062009122006**

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skipsi atas nama Ega Belina, **NIM: 14 109 021**, judul: **PENINGKATAN KETERAMPILAN GERAK LOKOMOTOR ANAK USIA 4-5 TAHUN MELALUI KEGIATAN LARI ESTAFET DI PAUD CINTA SEHAT NAGARI PARAMBAHAN,** telah diuji dalam Sidang Munaqasyah Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Batusangkar yang dilaksanakan tanggal 3 September. Demikianlah persetujuan ini diberikan untuk dapat digunakan seperlunya.

No	Nama/NIP Penguji	Jabatan dalam Sidang	Tanda Tangan	Tanggal Persetujuan
1	**Dr. Wahidah Fitriani. M.A** **NIP. 19790916 200312 2 003**	Ketua Sidang/ Pembimbing 1		24/10-19
2	**Elis Komalasari, M.Pd** **NIP. 19850606 200912 2 006**	Pembimbing II		23/10-19
3	**Dra. Desmita. M.Si** **NIP.19681229 199803 2 001**	Penguji I		16/10-19
4	**Romi Maimori, S.Ag., M.Pd** **NIP.19780501 200710 2 002**	Penguji II		30/10-19

Batusangkar, Oktober 2019
Mengetahui
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Dr. Sirajul Munir, M.Pd
NIP. 19740725 199903 1 003

ABSTRAK

EgaBelina, 14 109 021: Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan, Skripsi. Jurusan Ilmu Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar, 2019.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh kurangnya keterampilan gerak lokomotor pada anak kelompok B1 di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan. Hal ini dapat dilihat dari keterampilan gerak lokomotornya pada saat anak melakukan kegiatan seperti berjalan, melompat, meloncat dan berlari keseimbangan anak terlihat kurang terkontrol. Anak begitu mudah jatuh pada saat melakukan kegiatan berlari dan kegiatan melompat, meloncat, berjalan anak terlihat bosan melakukannya, ini dapat dilihat pada saat anak melakukan senam.

Penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen dengan desain penelitian *Pre eksperimental Design,* dengan model *One Grup Pre Test Post Test Desain.* Dalam penelitian ini popoulasinya yaitu anak PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan.Yang mana sampelnya adalah kelompok B1 dengan jumlah anak 12 orang.

Sebelum perlakuan/*treatment* diberikan kepada anak, terlebih dahulu diberikan *pre-test* untuk melihat keterampilan gerak lokomotor pada anak. Adapun rata-rata hasil *pre-test* adalah 17,66. Setelah *pre-test* kemudian dilanjutkan dengan *treatment*, selama melaksanakan *treatment* terjadi suatu peningkatan yang terlihat dari hasil *post-test* yang mana rata-ratanya yaitu 25,25. Untuk menguji signifikansi t_0 dengan cara membandingkan t_0 dan tt, pada taraf signifikan 5% yaitu tt 5% = 1,79 maka dapat diketahui bahwa t_0 adalah lebih besar dari tt yaitu 5,01>1,79. Dengan demikian, berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok *eksperimen*. Maka hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nihil (Ho) ditolak, artinya kegiatan lari estafet dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak.

***Kata Kunci**: keterampilan gerak lokomotor, kegiatan lari estafet*

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَٰنِ الرَّحِيمِ

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT. Karena berkat rahmat dan karunia-Nyapenulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "**Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan".**Selanjutnya shalawat dan salam untuk junjungan alam yang mulia Rasurullah SAW, sebagai manusia istimewa dan paling berjasa dalam mengantarkan seluruh umat manusia khususnya umat islam ke alam yang beradab dan berilmu pengetahuan untuk bekal kehidupan didunia dan akhirat seperti sekarang ini.

Skripsi ini disusun sebagai tanda bukti penyelesaian Strata Satu (S.1) pada Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan di Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar. Dalam membahas dan menyelesaikan skripsi ini penulis menemui berbagai bentuk kesulitan, namun berkat bantuan, bimbingan serta motivasi dari berbagai pihak baik moril maupun materil sehingga semua kendala dan kesulitan yang penulis temui tersebut dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar Bapak Dr. H. Kasmuri, MA yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan perkuliahan dan penyusunan skripsi ini.
2. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Bapak Dr. Sirajul Munir, M. Pd yang selalu memberikan kemudahan dalam hal menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) Ibu Elis Komalasari, M. Pd yang selalu memberikan kemudahan pada penulis.
4. Dosen Penasehat Akademik ibuk Hj. Dra. Eliwatis, M.Ag yang selalu membimbing penulis dengan tanpa mengenal lelah dan letih untuk meluangkan waktunya.
5. Ibuk Dr. Wahidah Fitriani. M.A,sebagai Dosen Pembimbing 1 dan ibuk Elis Komalasari, M.Pd sebagai Pembimbing 2 yang telah bersedia meluangkan

waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Ibuk Dra. Desmita. M.Si selaku penguji I dan Ibuk Romi Maimori, S.Ag. M.Pd selaku penguji II yang telah meluangkan waktu untuk penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Ibuk Meliana Sari, M.Pd dan Ibuk Yola Novriana, selaku validator yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dalam hal validasi instrumen.
8. Bapak dan Ibuk LPPM yang telah memberikan kemudahan bagi penulis untuk melakukan penelitian ini.
9. Bapak dan Ibuk perpustakaan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar.
10. Ibuk Yola Novriani selaku a/n kepala sekolah di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan yang telah memberikan izin, kesempatan dan waktu bagi penulis untuk melakukan penelitian.
11. Guru-guru selaku pendidik PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan yang telah membantu penulis dalam pengambilan data.
12. Peserta didik kelompok B1 PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan yang telah menjadi objek penulis untuk melakukan penelitian.
13. Ayahanda Joniben dan IbundaEflinda tercinta, kakanda Erlando Beni Putra ananda Eko Oktrio, Muhammad Ervan dan Zikra Amri Pratama. Serta segenap keluarga besar berkat kerjakeras dan motivasi serta ribuan do'a yang beliau curahkan pada setiap hembusan nafas yang membuat peneliti bisa seperti saat sekarang ini dan bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
14. Teman-teman Jurusan Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD) angkatan 2014 yang sama-sama berjuang dalam penyelesaian skripsi.
15. Dan semua pihak yang telah membantu dalam proses perkuliahan yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini di masa yang akan datang. Akhirnya penulis mengucapkan terimakasih dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua orang.

Amiin Ya Rabbal 'Alamin

Batusangkar, Agustus 2019
Penulis



EGA BELINA
NIM : 14 109 021

DAFTAR ISI

DAFTAR HALAMAN

LEMBARAN KEASLIAN

LEMBARAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

LEMBARAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

ABSTRAK 1

KATA PENGANTAR ii

DAFTAR ISI v

DAFTAR TABEL viii

DAFTAR GAMBAR ix

BAB I PENDAHULUAN 1

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 6

C. Batasan Masalah 7

D. Rumusan Masalah 7

E. Tujuan Penelitian 7

F. Manfaat Penelitian 7

BAB II KAJIAN PUSTAKA 8

A. Landasan Teori 8

1. Keterampilan Gerak Lokomotor 8

a. Pengertian Keterampilan Gerak Lokomotor 8

b. Macam-macam Keterampilan Gerak 9

c. Bentuk-bentuk Keterampilan Gerak Lokomotor 10

d. Manfaat Gerak lokomotor 14

2. Lari Estafet 15

a. Pengertian Lari Estafet 15

b. Tujuan Kegiatan Lari Estafet 16

c. Bentuk Kegiatan Lari Estafet 16

d. Teknik Kegiatan Lari Estafet 17

e. Keterkaitan Kegiatan Lari Estafet dengan Keterampilan Gerak Lokomotor 19

B. Kajian Penelitian yang Relevan 20
C. Kerangka Berfikir 22
D. Hipotesis 23
BAB III METODE PENELITIAN 24
A. Jenis Penelitian..... 24
B. Tempat dan Waktu Penelitian..... 25
C. Populasi dan Sampel..... 25
1. Populasi 25
2. Sampel..... 26
D. Defenisi Operasional..... 27
E. Pengembangan Instrumen..... 28
1. Kisi kisi instrumen 28
2. Validitas 31
F. Teknik pengumpulan data..... 31
G. Teknik Analisis data 34
3. Teknik Analisis data..... 34
4. Teknik Pengolahan Data 34
5. Uji Hipotesis..... 36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... 39
A. Hasil Penelitian..... 39
1. Deskripsi Data *Pre-test* 39
2. Pelaksanaan Pertemuan (*Treatment*)..... 42
a. Deskripsi *Treatment* 1 42
b. Deskripsi *Treatment* 2 47
c. Deskripsi *Treatment* 3 51
d. Deskripsi *Treatment*4 55
3. Deskripsi Data *Post-test*..... 59
B. Pengujian persyaratan analisis 61
1. Deskripsi data pretest-treatment-posttest 61
C. Persyaratan Analisis Data 62
1. Data Berdistribusi Normal 62

2. Uji Homogenitas 63
3. Data Interval 64
D. Pengujian Hipotesis 64
E. Uji N-Gain Ternormalisasi 69
F. Pembahasan 71
BAB V PENUTUP 75
A. Kesimpulan 75
B. Implikai 75
C. Saran 75
DAFTAR KEPUSTAKAAN
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 *One Group Pretest-Posttes Design* 24
Tabel 3. 2 Jumlah anak didik PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan 26
Tabel 3. 3 Sampel Penelitian..... 27
Tabel 3. 4 Kisi-Kisi Instrument Penelitian Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia4-5 Tahun..... 29
Tabel 3. 5 Pedoman Observasi..... 32
Tabel 3. 6 Alternatif Kategori Instrumen dan Bobot 34
Tabel 3. 7 Klasifikasi Skor Keterampilan pada Anak Usia 5-6 Tahun..... 36
Tabel 4. 1 Gambaran Keterampilan Gerak Lokomotor(*Pre-Test*)..... 39
Tabel 4. 2 Jadwal Pelaksanaan untuk Meningkatkan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun..... 41
Tabel 4. 3 Hasil *Post-test* Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan 59
Tabel 4. 4 Klasifikasi Skor Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan *(Post-test)* 60
Tabel 4. 5 Hasil Perolehan Nilai *Pre-test-Treatment-Pos-test*..... 61
Tabel 4. 6 Grafik Uji Normalitas 62
Tabel 4. 7 Uji Homogenitas 63
Tabel 4. 8 Anova..... 63
Tabel 4. 9 Perbandingan Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Antara *Pre-test* dan *Post-test*..... 64
Tabel 4. 10 Perbandingan Data Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak antara *Pre-test* dan *Post-test* secara keseluruhan..... 65
Tabel 4. 11 Menguji Kebenaran Hipotesis Alternatif Nilai t (H_α)..... 67
Tabel 4. 12 Hasil Nilai N-Gain 70
Tabel 4. 13 Klasifikasi Skor N-Gain Ternormalisasi..... 71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Grafik Skor Hasil *Pretest* dan *Posttest*..... 66

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada anak usia taman kanak-kanak, perkembangan kemampuan motorik anak dapat terlihat secara jelas melalui kegiatan yang dilakukan. Perkembangan fisik dan kemampuan anak berlangsung dengan sangat cepat. Salah satu perkembangan yang sedang berlangsung pada anak usia dini seperti perkembangan motoriknya. Perkembangan motorik yang sedang berkembang salah satunya perkembangan motorik kasar. Pada anak usia 4-5 tahun perkembangan motorik anak harus dikontrol dengan baik, sebab pada usia tersebut mempunyai potensi yang sangat besar untuk mengoptimalkan segala aspek perkembangannya. Termasuk perkembangan keterampilan motorik kasar sebagai perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh.

Sujiono (2005:13) menyatakan bahwa:

> "Motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Oleh karena itu, biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar. Pengembangan gerakan motorik kasar juga memerlukan koodinasi kelompok otot-otot anak yang tertentu yang dapat membuat mereka dapat meloncat, memanjat, berlari, menaiki sepeda roda tiga, serta berdiri dengan satu kaki. Bahkan, ada juga anak yang dapat melakukan hal-hal yang lebih sulit, seperti jungkir balik dan bermain sepatu roda".

Hal ini sejalan dengan Samsudin (2008:8) yang menjelaskan.

> "Motorik kasar adalah kemampuan anak TK beraktifitas dengan menggunakan otot-otot besar. Kemampuan menggunakan otot-otot besar ini bagi anak TK tergolong pada kemampuan gerak dasar. Kemampuan ini dilakukan untuk meningkatkan kualitas hidup anak TK kemampuan gerak dasar dibagi menjadi tiga kategori yang pertama lokomotor, non lokomotor dan manipulatif. Kemampuan lokomotor

adalah digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ketempat lain atau untuk mengangkat tubuh keatas seperti lompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, *skipping*, melompat, meluncur dan lari seperti kuda berlari. Kemampuan non lokomotor dilakukan di tempat tanpa ada ruang gerak yang memadai. Kemampuan non lokomotor terdiri dari menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, mengangkat dan menurunkan, melipat dan memutar, mengocok, melingkar, melambungkan dan lain-lain. Kemampuan manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian lain dari tubuh kita juga dapat digunakan".

Jadi, berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa motorik kasar terdapat tiga macam kategori salah satunya keterampilan gerak lokomotor. Anak pada rentang usia 4-5 tahun memiliki karakteristik tersendiri dalam keterampilan gerak lokomotor. Keterampilan gerak lokomotor membantu mengembangkan kesadaran anak akan tubuh dalam ruang. Kesadaran ini meliputi kesadaran akan tubuh sendiri. Dimana anak dengan keterampilan gerak lokomotor yang ia kuasai akan membantu anak dalam perkembangan geraknya.

Menurut Hadi (2017:66) menyatakan bahwa, keterampilan gerak lokomotor adalah gerakan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ketempat yang lain atau mengangkat tubuh ke atas seperti, melompat dan loncat. Keterampilan gerak lokomotor yang lain seperti, berjalan dan berlari. Seperti yang dikemukakan oleh Samsudin (2008:75) berikut ini.

"Keterampilan gerak lokomotor gerakan yang sangat penting bagi transportasi manusia. Keterampilan ini diidentifikasi sebagai keterampilan yang menggerakkan individu dalam suatu ruang atau dari tempat ke tempat lain. Perkembangan keterampilan lokomotor umumnya sebagai hasil dari tingkat kematangan tertentu. Bagaimanapun juga latihan dan pengalaman merupakan hal penting untuk mencapai kemampuan yang matang".

Dari pendapat di atas dapat dipahami bahwa keterampilan gerak lokomotor merupakan gerakan yang berpindah tempat dari tempat satu ketempat yang lainnya. Gerak lokomotor ini lebih sering menggunakan otot-otot besar seperti berlari, berjalan, dan melompat. Dalam meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak terdapat indikator-indikator untuk perkembangan keterampilan gerak lokomotor.

Menurut Peraturan Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, indikator pencapaian tahap perkembangan gerak lokomotor pada anak usia 4-5 tahun yaitu "melakukan gerakan berjalan, melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi".

Samsudin (2008:75) menyatakan indikator gerak lokomotor terdiri dari empat tingkat pencapaian yaitu: (1) jalan, (2) lari, (3) meloncat, dan (4) melompat.

Jadi dapat dipahami bahwa indikator gerak lokomotor pada anak usia 4-5 tahun yaitu anak melakukan gerakan berjalan sambil membawa bola melewati papan titian, berlari zig-zag, melompat dan meloncat dengan satu kaki di atas papan titian.

Yusmawiari (dalam Ariyani, 2018:3) menyatakan bahwa, gerak lokomotor memiliki beberapa manfaat yakni: mengontrol gerakan dan koordinasi tubuh, meningkatkan pola hidup sehat, meningkatkan kekuatan dan kesehatan jasmani melatih keberanian anak. Manfaat tersebut akan mendukung setiap perkembangan karena setiap perkembangan akan saling mempengaruhi perkembangan yang lain.

Anak harus menguasai gerak lokomotor agar perkembangan geraknya berkembang dengan baik. Anak juga bisa baik dalam berjalan, saat berlari juga mempunyai keseimbangan dan saat melompat anak tidak mudah jatuh. Dalam keterampilan gerak lokomotor ada kegiatan yang bisa mengembangkan keterampilan gerak lokomotor pada anak, salah satunya yaitu kegiatan lari estafet. Lari estafet merupakan kegiatan yang pemainnya membawa tongkat namun disini pemainnya membawa bola dan bendera,

dimana pemain berjalan, berlari, melompat dengan membawa bola dan bendera ditangannya. Kegiatan lari dilakukan secara bergantian.

Ardiansyah (2016:181) menyatakan bahwa:

> Lari estafet adalah salah satu kegiatan lari pada lomba atletik yang dilaksanakan secara bergantian atau beranting. Lari ini dilakukan bersambung dan bergantian membawa tongkat dari garis *start* sampai kegaris *finish*. Dalam satu regu terdiri dari empat orang pelari. Pada nomor lari estafet ada kekhususan yang tidak dijumpai pada nomor lari lainnya, yaitu memindahkan tongkat sambil berlari cepat dari pelari sebelumnya kepelari berikutnya. *Start* yang digunakan dalam lari estafet adalah untuk pelari pertama menggunakan *start* jongkok, sedangkan *start* yang digunakan untuk pelari kedua, ketiga, dan keempat menggunakan *start* melayang.

Saringatun dan Rohita (dalam Rahma 2018:3) menyatakan bahwa, manfaat kegiatan lari estafet dimana salah satu manfaat kegiatan lari estafet adalah meningkatkan motorik kasar salah satunya gerak lokomotor. Seorang anak yang mulanya berlari tidak seimbang, ketika mengikuti kegiatan lari estafet anak dapat berlari seimbang dan cepat.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa manfaat kegiatan lari estafet untuk anak yaitu dapat meningkatkan motorik kasar salah satunya gerak lokomotor. Dimana kegiatan lari estafet seperti berjalan, melompat, meloncat dan berlari bisa membantu anak untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor.

Menurut Wulan (2015: 168) menyatakan bahwa kegiatan lari estafet di rancang untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak seperti: kegiatan lari estafet bola warna-warni untuk melatih gerak dasar lokomotor berlari dan berjalan, kegiatan lari estafet bendera warna-warni untuk melatih gerak dasar lokomotor melompat dan berlari dan kegiatan lari estafet gembira untuk melatih gerak dasar lokomotor berlari, berjalan dan meloncat.

Berdasarkan pendapat yang di atas dapat dipahami bahwa kegiatan lari estafet bola warna-warni yang di lakukan anak bisa melatih keterampilan berlari dan berjalan pada anak, kegiatan lari estafet bendera warna-warni melatih keterampilan gerak lokomotor melompat dan meloncat dan kegiatan lari estafet gembira melatih keterampilan gerak lokomotor berlari, berjalan dan meloncat. Keempat kegiatan tersebut akan membantu anak dalam keterampilan gerak lokomotor.

Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan pada bulan Agustus tahun 2018 di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan, dimana kegiatan yang dilakukan oleh guru untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor hanya melalui senam, kegiatan yang lain seperti lari estafet belum pernah dilakukan di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan. Dapat dilihat pada saat anak melakukan kegiatan seperti berjalan, melompat, meloncat dan berlari keseimbangan anak terlihat kurang terkontrol. Anak begitu mudah jatuh pada saat melakukan kegitan berlari dan kegiatan melompat, meloncat, berjalan anak terlihat bosan melakukannya, ini dapat dilihat pada saat anak melakukan senam.

Saat peneliti melakukan uji coba tes keterampilan gerak lokomotor kepada beberapa anak dengan menggunakan kegiatan lari estafet. Peneliti melihat ketika anak melakukan kegiatan berjalan melewati papan titian dan rintangan zig-zag sambil membawa bola warna-warni ada 3 anak yang sudah mengikuti batas dari papan titian tanpa keluar dari batas yang telah di tentukan, dan 9 anak yang masih dibantu oleh guru dan teman. Ketika melakukan kegiatan 5 kali ke atas dan kebawah di atas papan titian sambil membawa bendera warna-warni 5 orang anak yang sudah bisa tanpa di beri bantuan dan 7 orang anak yang masih diberikan bantuan di karenakan masih belum bisa. Ketika meloncat kedepan dengan dua kaki dan satu kaki di atas papan titian dan rintangan zig-zag dengan membawa bendera warna-warni 4 orang anak yang sudah bisa melakukan sendiri tanpa meminta bantuan kepada guru dan 8 orang anak yang masih mudah jatuh dan diberi intruksi pada saat melakukan kegiatan.

Ketika melakukan kegiatan yang terakhir berlari seimbang melalui papan titian dan rintangan zig-zag sambil membawa bola warna-warni 3 orang anak yang sudah bisa melakukan sendiri dan 9 orang anak yang tidak seimbang dalam berlari dan masih membutuhkan bantuan guru. Adapun upaya yang dilakukan oleh guru untuk mengembangkan keterampilan gerak lokomotor anak hanya dengan melakukan senam secara bersama-sama tetapi guru tidak memperhatikan keterampilan gerak lokomotor anak saat melalukan senam dan keterbatasan guru dalam mengelolah keterampilan gerak lokomotor anak.

Melihat permasalahan di atas terdapat manfaat lari estafet terhadap gerak lokomotor maka peneliti ingin melihat peningkatan keterampilan gerak lokomotor melalui kegitan lari estafet. Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penulis tertarik melakukan penelitian mengenai kegiatan lari estafet untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak dengan judul:

"Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka ada beberapa identifikasi masalah yaitu sebagai berikut:

1. Anak belum bisa berlari dengan seimbang
2. Anak masih mudah jatuh ketika melompat dengan satu kaki.
3. Anak masih sering terjatuh ketika meloncat dengan dua kaki.
4. Guru kurang kerja sama untuk memperhatikan perkembangan keterampilan gerak lokomotor pada anak.
5. Guru belum pernah melakukan kegiatan lari estafet pada anak.
6. Lari estafet bermanfaat untuk gerak lokomotor

C. Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas, maka dapat diambil batasan masalahnya yaitu: "Peningkatanketerampilan gerak lokomotor anak usia 4-5 tahun melalui kegiatan lari estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan".

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalahnya. Adapun rumusan masalah penelitian ini yaitu: "Apakah terdapat peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak usia 4-5 tahun melalui kegiatan lari estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan"?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak usia 4-5 tahun melalui kegiatan lari estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan.

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut ini.

1. Bagi Peneliti

a. Menambah wawasan peneliti tentang cara meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak.
b. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan dan menjadikan pedoman dalan penelitian selanjutnya.

2. Bagi Peserta Didik

a. Memberikan kesenangan bagi anak dalam proses pembelajaran.
b. Membantu meningkatkan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafet.
c. Memperoleh pengalaman langsung dalam bermain.

3. Bagi Pendidik

a. Menambah inspirasi bagi pendidik dalam meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak.
b. Mempermudah pendidik dalam meningkatkan gerak lokomotor

BAB II
KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Keterampilan Gerak Lokomotor

a. Pengertian Keterampilan Gerak Lokomotor

Menurut *Gallahue* (dalam Rahajeng 2016:9), mengatakan bahwa keterampilan gerak dasar juga disebut dengan *Fundamental Motor Skills* (FMS) atau keterampilan gerak dasar. Dimana kompetensi keterampilan gerak secara spesifik terdiri dari bentuk keterampilan gerak lokomotor yaitu gerak yang terdiri dari keterampilan gerak dasar yang mengharuskan individu untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ketempat lain.

Hal ini sejalan dengan pendapat Samsudin (2008:9), keterampilan gerak lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ketempat lain atau untuk mengangkat tubuh ke atas seperti lompat dan loncat. Kemampuan gerak lainnya adalah berjalan, berlari, meluncur, dan lari seperti kuda berlari.

Menurut Kamtini (dalam Roni 2015:2) menyatakan bahwa: gerak lokomotor adalah gerak berpindah tempat, contohnya berjalan, berlari, melangkah atau melompat, dan berjingkat. Hal ini sejalan dengan pendapat Hanif (2015:62) menyatakan bahwa: gerak lokomotor adalah gerak memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain.

Menurut Hadi (2017:66) menyatakan bahwa: keterampilan gerak lokomotor digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau mengangkat tubuh ke atas, seperti melompat, loncat. Keterampilan gerak lokomotor yang lainnya adalah berjalan, berlari, meloncat dan melompat. Hal ini sejalan dengan pendapat Nuryanto (2018: 133-134) menyatakan bahwa. Keterampilan gerak lokomotor adalah gerak dasar yang dilakukan dengan berpindah tempat seperti jalan, lompat, loncat dan lari.

Pendapat lain, diungkapkan oleh Rahyubi (dalam Amalina 2016:65), gerakan lokomotor sebagai gerakan-gerakan yang menyebabkan tubuh berpindah tempat, sehingga dibuktikan dengan adanya perpindahan tubuh dari satu titik ke tiitik lain, seperti merangkak, berjalan, berlari, dan melompat.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa keterampilan gerak lokomotor merupakan gerak untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat yang lain seperti berjalan, melompat, meloncat dan berlari. Dari keempat gerakan tersebut akan menjadi proses perkembangan keterampilan gerak lokomotor pada anak usia 4-5 tahun.

b. Macam-macam Keterampilan Gerak

Gerak-gerak dasar utama merupakan pola gerak yang inherent yang membentuk dasar-dasar untuk gerak-gerak terampil yang kompleks dan khas. Menurut Gusril (2009:67) ada 3 macam gerak yaitu:

1) Gerak lokomotor meliputi: perilaku-perilaku yang mengubah dari satu tempat ke tempat lain. Termasuk didalamnya perilaku gerak yang inherent ini adalah merayap, merangkak, meluncur, berjalan, lari, melompat, meloncat, roll dan memanjat.
2) Gerak non lokomotor meliputi: perilaku gerak yang melibatkan anggota badan dan bagian otot di dalam gerak yang mengitari sendiri atau poros. Termasuk di dalam perilaku ini adalah menarik, mendorong, mengayun, menghentikan, mengulur, menekuk dan memutar.

Gerak manipulatif yaitu: perilaku-perilaku yang biasanya digambarkan sebagai gerak-gerak kaki dan tangan yang terkoordinir seperti: memanipulasi, blok, mengunting.

Berdasarkan uraian teori yang telah dikemukakan di atas dapat disimpulkan bahwa gerak dasar lokomotor terdiri dari jalan, lari, dan meloncat. Gerak dasar lokomotor adalah suatu pola keterampilan gerak dasar kompleks, spesifik, dan mempunyai irama gerak yang teratur.

c. Bentuk-bentuk Keterampilan Gerak Lokomotor

Keterampilan lokomotor merupakan gerakan yang sangat penting bagi transportasi manusia. Keterampilan ini diidentifikasi sebagai keterampilan yang menggerakan individu dalam suatu ruang atau dari tempat ke tempat lain. Bagaimanapun juga latihan dan pengalaman merupakan hal penting untuk mencapai kemampuan yang matang. Menurut Samsudin (2008:75) Gerakan *gallop, slide,* dan *skip* merupakan gerakan yang lebih sulit karena gerakannya terdiri dari kombinasi pola-pola gerak dasar yang lain seperti:

1) Jalan

Jalan merupakan perpindahan berat badan darisatu kaki yang lainnya dengan paling tidak salah satu kaki selalu berhubungan dengan lantai. Sewaktu gerak dilakukan, setiap kaki akan berperan saling bergantian antara kedua fase yaitu, fase tumpuan dan fase ayunan. Tumit akan menyentuh terlebih dahulu dan kemudian kaki belakang akan mendorong dan lepas dari lantai, kemudian berat badan selanjutnya dipindahkan dari tumit ketelapak kaki bagian luar, ujung telapak kaki kira-kira selebar bahu. Adapun masalah yang sering muncul pada saat anak berjalan yaitu:

a) Mengayunkan secara bersamaan antara lengan dan tungkai kaki yang seisi (lengan seharusnya bergerak bebas berlawanan dengan arah tungkai kaki).
b) Gagal untuk menekuk pergelangan kaki, lutut (kaku), atau pinggul sehingga menyebabkan gerakan memantul atau terlihat kaku.
c) Sikap yang tidak benar yang ditunjukan oleh tarikan kepala dan badan kedepan, pundak membulat/membungkuk sedangkan pinggul didorong kedepan (kepala dan badan harus tegak).
d) Menggeserkan tumit dilantai (mendorong ke atas maupun ke depan yang diawali dari jari kaki).

2) Lari

Lari merupakan kelanjutan dari jalan dengan ciri khusus adanya masa di mana badan seakan dilepaskan dari landasannya (fase melayang) dari salah satu kaki. Karena ada saat badan melayang, gerakan itu menjadi kurang stabil dibandingkan dengan berjalan. Pada saat lari dibutuhkan pengendalian terhadap tubuh secara keseluruhan. Joging sebagai salah satu jenis berlari, biasanya dilakukan dengan lebih lambat, lebih banyak pantulan, serta langkah yang relatif lebih pendek. Apabila si anak mampu membawa badannya lebih cepat, maka waktu yang dibutuhkan juga akan makin lama serta langkah yang lebih panjang dan kurang pantulan. Adapun masalah yang sering muncul saat berlari yaitu:

a) Berlari dengan badan ditegakkan (condongkan badan sedikit ke depan).
b) Berlari dengan menyentuhkan tumit lebih dahulu (berlari harus dengan ujung telapak kaki terlebih dahulu pada berlari cepat pada jarak yang pendek, sedangkan harus tumit terlebih dahulu).
c) Berlari dengan ujung kaki mengarah keluar (ujung kaki harus lurus ke depan).
d) Ayunan tangan tidak ke depan tetapi dari sisi yang satu ke sisi lainnya (ayunan harus ke depan dengan siku dibengkokan).
e) Kepala ditarik kebelakang terlalau jauh (kepala harus tegak searah dengan lari).

3) Meloncat

Meloncat terdiri dari gerakan mengarahkan dan menahan badan di udara. Meloncat umumnya dilakukan untuk mencapai suatu ketinggian atau jarak. Untuk kedua tujuan di atas, pinggul, lutut dan pergelangan kaki harus dibengkokkan untuk memperoleh gaya yang lebih besar. Oleh sebab itu, meloncat harus dimulai dari posisi sedikit jongkok. Meloncat untuk mencapai ketinggian, maka lutut harus dibengkokkan. Saat lutut diluruskan, maka kedua lengan harus

diayun ke atas, badan harus benar-benar diluruskan sejauh mungkin di udara. Adapun masalah yang sering muncul saat meloncat yaitu:

a) Gagal membengkokkan pinggul, lutut dan pergelangan kaki saat menolakkan kaki (meloncat harus diawali dari sikap jongkok atau setengah jongkok).
b) Gagal mengayunkan kedua lengan ke depan atau ke atas secara bersamaan dengan saat menolak/melompat (apabila lompatan untuk ketinggian, maka ayunan tangan harus diarahkan ke atas saat lutut dan badan diluruskan, apabila untuk jarak, ayunan lengan harus diarahkan ke depan dan ke atas secara kuat).
c) Gagal meluruskan kaki saat melompat.
d) Badan bagian atas dicondongkan saat melompat untuk ketinggian (badan harus diluruskan dan menjangkau secara vertikal).
e) Sikap badan terlalu ditegakkan apabila jarak yang diharapkan (badan harus dicondongkan ke depan dan sudut lompatan berkisar 45°).

4) Melompat

Melompat merupakan keterampilan dasar yang paling paling banyak digunakan. Lompatan dasar mendasari sejumlah gerakan seperti lari menuju loncat jauh, loncat tinggi atau loncat tiga. Walaupun ada tetapi, hanya sedikit olahraga yang kurang menggunakan lompatan. Adapun masalah yang dihadapi pada saat melompat yaitu:

a) Apabila lompat untuk ketinggian dan mendarat dengan tumit apabila lompatan untuk jarak.
b) Kedua kaki terlalu rapat (harus selebar pinggul atau bahu).
c) Lutut kaku (lutut dan pergelangan kaki harus dibengkokkan untuk meredam benturan dengan tempat pendaratan).
d) Kepala menunduk (dada dan kepala harus diangkat, dengan mempertahankan pandangan searah dengan gerakan).

e) Bungkuk dari batas pinggang (pantulan kecil untuk mencapai sikap berdiri).

Sejalan dengan pendapat di atas, Gusril (2009:73) berpendapat bahwa ada beberapa bentuk gerak dasar dari hasil perilaku motorik anak-anak yang belum mencapai puncak penampilan. Kenaikan yang terus menerus dan mantap yang telah nampak dalam ukuran tubuh dan kekuatan. Diharapakan ada peningkatan yang konsisten dalam keterampilan dasar seperti:

5) Lari

Lari adalah lanjutan keterampilan berjalan. Dalam lari mempunyai saat melayang ketika kaki tidak lagi menyentuh tanah dan merupakan lawanan dari dimana satu kaki selalu menyentuh tanah. Karakteristik lari permulaan adalah melalui gerak kaki, saat melayang kaki masih mempunyai limit jarak dengan gerakan. Ayunan tangan berlawanan antara kaki dan tangan. kecepatan lari tergantung pada panjang langkah dan tempo waktu. Peningkatan ukuran tubuh bersamaan meningkatnya panjang pengungkit dan kekuatan memberikan peningkatan panjang/ jauh dan waktu langkah dalam lari.

6) Jalan

Jalan adalah gerakan yang dilakukan dengan memindahkan tubuh dengan gerakan yang melangkahkan kaki kedepan secara bergantian. Gerakan berjalan ini merupakan gerakan yang dilakukan sebelum berlari. Gerakan berjalan ini juga dapat digunakan pada saat pemanasan sebelum melakukan kegiatan lari.

7) Melompat/ Meloncat

Melompat tersebut tugas dimana badan terdorong dari permukaan tanah bersama satu kaki atau dua kaki dari tanah setinggi dua kaki. Melompat membutuhkan saat melayang dan mendarat dengan dua kaki. Pada umumnya penampilan meloncat yang telah

ditemukan bersama meningkatnya usia, dengan belajar peningkatan yang lebih besar untuk anak laki-laki dari pada anak perempuan.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa, keterampilan gerak lokomotor yang digunakan adalah anak melakukan gerakan berjalan melewati papan titian dan rintangan zig-zag, melompat di atas papan titian, melompat ke atas dan ke bawah sebanyak 5 kali di atas papan titian, meloncat kedepan melewati papan titian dan rintangan zig-zag dan berlari di atas papan titian dan rintangan zig-zag.

d. Manfaat Gerak lokomotor

Menurut Yusmawiari (dalam Ariyani 2018:3) gerak lokomotor memiliki beberapa manfaat yakni.

1) mengontrol gerakan dan koordinasi tubuh.
2) meningkatkan pola hidup sehat.
3) meningkatkan kekuatan dan kesehatan jasmani.
4) melatih keberanian anak.

Jadi kesimpulannya manfaat keterampilan gerak lokomotor tersebut akan mendukung setiap perkembangan karena setiap perkembangan akan mempengaruhi perkembangan yang lain. Jika keterampilan gerak anak bagus maka perkembangan otot-otot besar pada anak akan berkembang dengan baik.

Menurut Peraturan pendidikan dan kebudayaan Republik Indonesia nomor 137 tahun 2014 tentang standar nasional pendidikan anak usia dini dalam indikator pencapaian tahap perkembangan gerak lokomotor pada anak usia 4-5 tahun yaitu “melakukan gerakan berjalan, melompat, meloncat, dan berlari secara terkoordinasi”.

Jadi keterampilan gerak lokomotor yang saya gunakan yaitu gerakan berjalan, melompat, meloncat, dan berlari melalui kegiatan dari estafet. Dari 4 indikator di atas digunakan karena di dalam peraturan pendidikan dan kebudayaan republik indonesia 137 tahun 2014 hanya empat indikator ini yang digunakan untuk pencapaian perkembangan anak.

2. Lari Estafet

a. Pengertian Lari Estafet

Lari estafet adalah nomor yang paing menyenangkan dalam program atletik. Para pelati mengkombinasikan kecepatan, koordinasi, dan kerja tim untuk menyelesaikan tugas. Guthrie (dalam Wardani 2018:21) menyatakan bahwa:

> Lari sambung atau lari estafet adalah salah satu nomor lomba lari pada perlombaan arletik yang dilaukan secara bergantian atau berantai. Lari ini dilakukan bersambung dan bergantian dengan membawa bola dan bendera dari garis *start* sampai ke garis *finish*.

Sejalan dengan pendapat di atas menurut Priatna (dalam Rahma 2018:3) yang menjelaskan, lari estafet adalah salah satu lomba lari pada perlombaan atletik yang dilaksanakan bergantian atau beranting. Perbedaan lari estafet dilakukan oleh 4 orang yang berlari sambung-menyambung mencapai garis finis.

Hal ini sejalan dengan pendapat Santoso (2010:83) yang menjelaskan bahwa. Lari sambung (estafet) adalah lari beregu yang pelarinya secara bergantian membawa tongkat secara estafet dari garis star menuju garis finis. Jarak yang ditempuh bisa disesuaikan dengan kemampuan anak. Hal paling penting adalah anak tau memberi tongkat dan menerima tongkat.

Menurut Lumintuarso (2014:161) menyatakan bahwa. Kegiatan lari estafet adalah kegiatan lari bersambung secara berkelompok. Sedangkan menurut Azizah (2015:6), kegiatan lari estafet atau lari sambung adalah salah satu lari dimana jarak yang ditempuh dilakukan lebih dari satu orang.

Hal ini sejalan dengan pendapat Azhar (2013:29) menyatakan bahwa. Lari estafet adalah lari sambung estafet yang dilakukan 1 tim yang berjumlah 4 orang. Lari estafet merupakan lari yang memberikan tongkat kecil (tongkat estafet) yang saling sambung menyambung antar pelari, yang biasanya ada jarak tertentu untuk memberikannya.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa kegiatan lari estafet adalah kegiatan yang dilakukan berkelompok atau beregu. Kegiatan lari estafet ini bisa dilakukan menggunakan bendera warna-warni dan bola warna-warni.

b. Tujuan Kegiatan Lari Estafet

Menurut Sujiono dan Sumarjilah (dalam Rahma 2018:3) menyebutkan bahwa kegiatan lari estafet juga memiliki tujuan yang baik untuk anak usia dini diantara lain yaitu.

1) Melatih ketangkasan
2) Melatih meningkatkan koordinasi
3) Melatih kecepatan
4) Melatih sikap kerjasama
5) Melatih kelincahan

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan lari estafet mempunyai tujuan untuk perkembangan anak seperti melatih ketangkasan, meningkatkan koordinasi, dan melatih kelincahan pada gerakan yang dilakukan anak. Melalui kegiatan lari estafet berjalan di atas papan titian dan rintangan zig-zag, melompat 5 kali ke atas kebawah di atas papan titian, meloncat kedepan di atas papan titian dan rintangan zig-zag dan berlari melewati papan titian dan rintangan zig-zag. Kegiatan ini dapat digunakan untuk perkembangan keterampilan gerak lokomotor pada anak.

c. Bentuk Kegiatan Lari Estafet

Kegiatan lari estafet menurut Wulan (2015:168), dikembangkan pada aspek kemampuan gerak dasar lokomotor memiliki 3 bentuk permainan, diantaranya adalah:

1) Kegiatan lari estafet bola warna-warni, untuk melatih gerak dasar lokomotor berlari dan berjalan.
2) Kegiatan lari estafet bendera warna-warni untuk melatih gerak dasar lokomotor melompat dan berlari.

3) Kegiatan lari estafet gembira untuk melatih gerak dasar lokomotor berlari, berjalan dan melompat.

Jadi berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kegiatan lari estafet untuk anak bisa dikembangkan dan dibuat semenarik mungkin seperti, kegiatan lari estafet bola warna-warni itu bisa melatih gerak dasar lokomotor berjalan, berlari, melompat dan meloncat.

d. Teknik Kegiatan Lari Estafet

Menurut Wardani (2018:24) bagian ini menjelaskan langkah-langkah kegiatan lari estafet. Kegiatan ini dilakukan anak dengan bantuan guru yakni pada saat mempersiapkan halang rintang yang akan dilalui anak, dan bola sebelum bermain lari estafet. Konsep bermain lari estafet dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan media bola yang berukuran kecil.

Berikut penjelasan langkah persiapan dan langkah bermain yang akan dilakukan:

1) Persiapan kegiatan lari estafet oleh guru
   a) Guru menunjukan alat bermain yang digunakan kepada anak yaitu benda sesuai tema (bola dan bendera).
   b) Guru mengatur jarak dari start dengan halang rintang yang telah disiapkan sebelumnya.
   c) Guru mengatur anak menjadi 3 kelompok dan masing-masing kelompok terdiri dari 3 anak.
2) Kegiatan lari estafet dilakukan oleh anak
   a) Guru membagi bola setiap kelompok mendapatkan satu bola yang diberikan kepada pelari pertama.
   b) Ketika pelari pertama telah bersiap, guru meniup pluit menandakan mulainya permainan.
   c) Pelari pertama berlari dengan melewati papan titian tanpa kaki keluar dari lebarnya papan titian.

d) Pelari pertama menyelesaikan tantangan, kemudian memberikan bola kepada pelari kedua.Pelari kedua yang menerima bola segera melanjutkan dengan melewati rintangan zig-zag.
e) Pelari kedua menyelesaikan tantangan, kemudian memberikan bola kepada pelari ketiga.
f) Pelari ketiga telah berada di garis finish dan segera membunyikan kerincing.

Sedangkan menurut Persatuan Atletik Seluruh Indonesia (2015:73) dalam setiap nomor perlombaan, selalu ada teknik dan cara untuk dapat melakukannya dengan baik dan benar, teknik lari estafet dapat dijabarkan sebabgai berikut:

1) Suatu cara untuk meneruskan atau memindahkan tongkat adalah dimana sipelari tidak perlu menukarkan tangan pemegang tongkat yang dimaksud.
2) Pelari pertama berangkat berlari dengan tongkat yang dipegang pada salah satu tangan (biasanya tangan kanan, yang lebih kuat), pelari kedua menerima tongkat tersebut dengan tangan kirinya, lalu pelari ketiga menerima tongkat dengan tangan kanannya dan terakhir pelari keempat menerima tongkat dengan tangan kanannya dan terakhir pelari keempat menerima tongkat dengan tangan kirinya.
3) Metode ini memberikan kemungkinan kepada pelari pertama dan ketiga untuk berlari lebih kepinggir bagian lintasannya, sedangkan pelari kedua dan keempat berlari akselerasi hingga menerima tongkat dan melanjutkan tugas membawa tongkat berlari ada pinggir lintasan bagian kanan.
4) Pelari yang akan mulai berangkat berlari mulai bergerak apabila pelari yang datang membawa tongkat telah sampai pada (marka) yang dibuat oleh kesepakatan pelari tersebut (biasanya lintasan disesuaikan dalam lintasan).

5) Pengoperan tongkat baru bisa dilakukan apabila jarak antara pelari yang membawa tongkat dan pelari yang akan menerima tongkat berada pada jarak yang cukup dalam jangkauan tangan kedua pelari.
6) Pertukaran/pengoperan tongkat terjadi secara non-visual, dimana pelari yang menerima tongkat tidak perlu melihat (berpaling) kebelakang saat menerima tongkat.
7) Pelari yang menerima tongkat, harus mengantarkan tongkat ketelapak tangan pelari yang menerima dan tongkat baru dilepaskan setelah tongkat benar-benar sampai dan tergenggam dengan pasti ditangan pelari kedua.
8) Sangat penting bagi kedua pelari untuk memperhatikan dan mempertahankan kecepatan laju lari saat terjadi pengoperan tongkat ditangan kedua pelari. Usahakan kecepatan laju tidak berkurang dan pertukaran ketika terjadi setelah pelari yang akan menerima tongkat hampir mencapai kecepatan puncak saat berakselarasi.

Jadi berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa ada beberapa teknik yang digunakan anak pada saat berlari seperti memberi tongkat atau bola kepada teman, menerima tongkat atau bola pada teman dan yang paling penting mempertahankan kecepatan dan keseimbangan pada saat berlari, berjalan, meloncat dan melompat.

e. Keterkaitan Kegiatan Lari Estafet dengan Keterampilan Gerak Lokomotor

Keterampilan gerak lokomotor pada anak 4-5 tahun saat ini perlu di tingkatkan lagi, karena keterampilan gerak lokomotor ini sangat penting untuk meningkatkan kekuatan dan kesehatan jasmani pada anak.

Menurut Azhar (2013:30) menyatakan bahwa lari estafet merupakan kegiatan lari yang menggunakan bola dan bendera

yang saling sambung menyambung antar anak, dari kegiatan lari anak akan menciptakan gerakan berjalan, melompat dan meloncat. Kegiatan lari estafet erat kaitan nya dengan keterampilan gerak lokomotor dimana kegiatan lari estafet menggunakan gerakan berjalan, melompat, meloncat dan berlari.

Jadi, untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak usia 4-5 tahun bisa melalui kegiatan lari estafet dimana di dalam kegiatan lari estafet tersebut sudah ada kegiatan yang akan melatih kelincahan berjalan, melompat, meloncat dan berlari pada anak.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian yang peneliti lakukan ini tidak terlepas dari penelitian–penelitian yang terdahulu. Adapun penelitian yang relevan sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh :

1. One Welly Rahajeng, penelitian pada tahun 2016 dengan judul penelitian: "Kesesuaian Keterampilan Gerak Lokomotor dan Gerak Manipulatif Pada Anak Usia 4-5 Tahun Segugus II Kecamatan Galur". Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Sampel penelitian ini adalah anak usia 4-5 tahun Segugus II Kecamatan Galur sebanya 66 anak. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi. Teknik yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif dengan menggunakan skor persentase dengan menghitung seberapa tinggi kesesuaian keterampilan gerak lokomotor dan manipulatif pada anak usia 4-5 tahun Segugus II Kecamatan Galur. Hasil penelitian menujukan bahwa keterampilan gerak lokomotor dan gerak manipulatif anak usia 4-5 tahun berada pada kategori keterampilan gerak kesesuaian keterampilan gerak berjalan anak berada pada tahap 3 dengan persentase 88,636%. Kesesuaian keterampilan gerak melompat anak berada pada tahap 3 dengan persentase 83,030%. Kesesuaian keterampilan gerak meloncat anak berada pada tahap 4 dengan persentase 83,333%. Sementara itu persamaanya adalah metode yang digunakan sama-sama mengunakan observasi.

Adapun perbedaanya adalah Rahajeng mengunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif sedangkan peneliti mengunakan jenis penelitian *Pre-Eksperimen* dengan tipe *one-group pre test–post test design*, sampel penelitian yaitu *purposive sampling*dan teknik analisis data mengunakan uji normalitas dan uji homogenitas.

2. Dwi Septi, yang telah melakukan penelitian pada tahun 2015 dengan judul: "Peningkatkan Kemampuan Gerak Lokomotor Melalui Permainan Lari Estafet Modifikasi di TK B Jihan Ulfani Kecamatan Medan Marelan". Populasi peneliti ini adalah anak kelompok B TK Jihan Ulfani dengan sampel 12 orang anak. Peneliti ini menggunakan tindakan pemberian siklus, setiap siklus mempunyai empat kegiatan utama yaitu perencanaan, pelaksanaan dan pengamatan serta refleksi. Penelitian ini terdiri dari dua siklus, masing-masing siklus terdiri dari delapan kali pertemuan/ tindakan. Analisis data mengunakan data kuantitatif dengan cara menganalisis data dari hasil catatan lapangan dan wawancara selama penelitian dengan langka-langkah reduksi data dan verifikasi data. Pada prasiklus hasil persentase 47,08%, setelah dilakukan tindakan siklus I meningkat menjadi 62,39% dan siklus II menjadi 82,03%. Hasil ini menunjukan adanya peningkatan kemampuan gerak lokomotor pada anak usia dini kelompok B yang dilakukan melalui pembelajaran lari estafet modifikasi.

   Perbedaan yang terlihat antara peneliti dengan skripsi di atas adalah jenis penelitian yang dipakai adalah menggunakan tindakan pemberian siklus dan Analisis data mengunakan data kuantitatif dengan cara menganalisis data dari hasil catatan lapangan dan wawancara. Sedangkan peneliti menggunakan jenis penelitian *Pre-Eksperimen* dengan tipe *one-group pre test–post test design,*populasi penelitian yaitu seluruh anak PAUD Cinta Sehat Nagari parambahan, sampel penelitian yaitu *purposive sampling,* teknik pengumpulan data mengunakan observasi/ pengamatan dan teknik analisis data mengunakan uji normalitas dan uji homogenitas.

   Sementara itu persamaannya adalah sama-sama meningkatkan gerak lokomotor melalui permainan lari estafet untuk anak usia 4-5 tahun.

C. Kerangka Berfikir

Berdasarkan latar belakang dan kajian teori yang dikemukakan di atas, penulis dapat menggambarkan kerangka berfikir sebagai berikut:



D. Hipotesis

Ho: Kegiatan lari estafet tidak dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak usia 4-5 tahun di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan.

Ha: Kegiatan lari estafet dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak usia 4-5 tahun di PAUD Cinta Sehat Nagari parambahan.

BAB III
METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian *pre-eksperimental*. Desain penelitian yaitu dengan tipe *One Group Pre-test Pos-test Design*. Karena pada desain ini terdapat *pre-test* sebelum diberi perlakuan dan *post-test* sesudah perlakuan sehingga dapat dibandingkan antara keadaan sebelum perlakuan dengan keadaan sesudah perlakuan.

Penelitian Pre-Eksperimental ini belum eksperimen sesungguhnya karena masih terdapat variabel dependen. Jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel independen itu bukan semata-mata dipengaruhi oleh independen.Pada penelitian ini awalnya peneliti melakukan pengukuran terhadap variabel terikat sebelum diberi perlakuan. Kemudian dilakukan pengukuran kembali terhadap variabel terikat dengan alat ukur yang sama. Data tersebut dijadikan pembanding setelah diberikan gerak lokomotor dengan melalui lari estafet, dengan membandingkan nilai rata-rata keterampilangerak lokomotor dengan lari estafet sebelum dan setelah diberikan bermain dengan analisis uji beda dan uji t (t-test) untuk melihat signifikansi keterampilan gerak lokomotor dengan lari estafet pada anak. Berikut merupakan tabel desain penelitian One Group Pre-test Post-test.

Tabel 3. 1
One Group Pretest-Posttes Design

Pretest	Treatment	Posttest
0_1	X	0_2

Keterangan :

0^1 :*Pre-tes* (Sebelum diberikan tindakan)

x : Tindakan atau perlakuan

0^2 :*Post-test* (Setelah diberikan tindakan)

Penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok saja, sehingga tidak memerlukan kelompok kontrol. Penelitian *One-Group Pre-test Post-test Design* dilaksanakan dengan tiga tahapan yaitu:

1. Melaksanakan *pre-test* untuk mengukur kondisi awal responden mengenai kemampuan bermain sebelum diberikan perlakuan menggunakan keterampilan gerak lokomotor melalui lari estafet (0_1).
2. Memberikan perlakuan atau *treatment* dengan menggunakan gerak lokomotor melalui lari estafet (X).
3. Melakukan *post-test* untuk mengetahui peningkatan kreativitas anak sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan gerak lokomotor melalui lari estafet (0_2).

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan selama 6 bulan, dari bulan Februari-Juli 2019.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2018:80), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas atau karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Bungin (2013:109) mengungkapkan bahwa populasi merupakan serumpun atau sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian.

Dalam suatu penelitian tentu diperlukan adanya suatu objek yang akan dijadikan sebagai sasaran penelitian yaitu sering disebut dengan objek penelitian. Adapun di dalam peneliti adalah seluruh anak PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan yang terdiri dari dua kelas dengan jumlah anak keseluruhan 22 orang dengan rincian adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 2
Jumlah anak didik PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan

Populasi		
No	Kelas	Jumlah
1.	B1	12 orang
2.	B2	10 orang
Jumlah		22 orang

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2013:81) sampel adalah bagian dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi. Dalam penelitian ini untuk menentukan sampelnya peneliti menggunakan teknik *Purposive Sampling.* Menurut Sugiyono (2013:85) *Purposive Sampling* adalah "teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu". Jadi dapat dikatan bahwa *Purposive Sampling* pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu yang diperlukan oleh peneliti.

Adapun sampel dalam penelitian ini berdasarkan *Purposive Sampling* adalah seluruh anak didik yangada di PAUD cinta sehat nagari parambahan. Dalam penelitian ini yang peneliti lakukan disini dengan mengambil sampel dari anakPAUD cinta sehat yang berjumlah 12 orang anak, sedangkan sampel yang peneliti adalah sebanyak 12 orang anak. Karena masih banyaknya anak yang kurang terampilan dan peneliti bertujuan untuk meningkatkan keteranpilan anak dalam gerak lokomotor.

Tabel 3. 3
Sampel Penelitian

No.	Nama Anak Didik	Jenis Kelamin L/P
1.	AEF	L
2.	AG	P
3.	AO	P
4.	AR	P
5.	KS	L
6.	NA	P
7.	MA	L
8.	MZ	L
9.	VD	L
10.	RHT	P
11.	RB	P
12.	GV	L

D. Defenisi Operasional

Untuk memudahkan dan menghindari timbulnya pemahaman yang salah pengertian dari judul proposal ini, maka peneliti menjelaskan beberapa istilah yang berkenaan dengan judul di atas, diantaranya:

Keterampilan Gerak Lokomotor

Menurut Samsudin (2008:75), keterampilan lokomotor merupakan gerakan yang sangat penting bagi transportasi manusia. Keterampilan ini diidentifikasi sebagai keterampilan yang menggerakkan individu dalam satu ruang atau dari tempat ke tempat lain.

Jadi Keterampilan Gerak Lokomotor yang dimaksud disini adalah suatu gerak yang menggerakkan individu untuk menciptakan gerakan sehingga individu tersebut bergerak dari satu tempat ketempat yang lain. Dalam gerakan tersebut ada gerakan berjalan di atas papan titian dan rintangan zig-zag, melompat 5 kali ke atas dan kebawah di atas papan titan,

meloncat kedepan di atas papan titian dan rintangan zig-zag dan berlari di atas papan titian dan rintangan zig-zag.

Lari Estafet

Menurut Guthrie (dalam Wardani 2018:21) lari estafet adalah salah satu nomor lomba lari pada perlombaan atletik yang dilakukan secara bergantian atau berantai. Lari ini dilakukan bersambung dan bergantian dengan membawa bola dan bendera dari garis start sampai ke garis finish.

Jadi lari estafet yang dimaksud adalah nomor kumpulan lari yang dilakukan secara bergantian atau berantai, dengan membawa bola melewati papan titian, berlari zig-zag, melompat dan meloncat dengan satu kaki.

E. Pengembangan Instrumen

Menurut Sugiyono (2018:102) Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati secara spesifik semua fenomena ini disebut dengan variabel penelitian. Untuk memudahkan penyusunan instrument maka perlu digunakan kisi-kisi instrument untuk bisa menetapkan indikator-indikator dari setiap variabel yang diteliti maka diperlukan wawasan yang luas dan mendalam tentang variabel yang diteliti.

Pada penelitian ini penulis mengunakan teknik pengumpulan data observasi yang akan menggunakan bentuk instrumen checklist dengan kategori kemampuan pelaksanaan lari estafet dalam penelitian ini memberikan rentang skor 1-4 dengan kategori penilaian sebagai berikut:

ST	: Sangat Terampil	(Skor 4)
T	: Terampil	(Skor 3)
KT	: Kurang Terampil	(Skor 2)
TT	: Tidak Terampil	(Skor 1)

1. Kisi kisi instrumen

Sesuai dengan masalah diteliti maka kisi-kisi ini dibuat dengan berpedoman kepada kurikulum Taman Kanak-kanak tahun 2013 untuk mengungkapkan tentang peningkatan keterampilan anak melalui gerak

lokomotor melalui lari estafet. Adapun kisi-kisi Intrumen dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. 4
Kisi-Kisi Instrument Penelitian Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia4-5 Tahun

No	Variabel	Indikator	Sub Indikator	Penilaian			
				4	3	2	1
				SM	M	KM	TM
1	Keterampilan gerak lokomotor	Berjalan	1. Anak mampu berjalan melewati papan titian sambil membawa bola warna-warni				
			2. Anak mampu berjalan zig-zag sambil membawa bola warna-warni				
			3. Anak mampu berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni melalui papan titian				
		Melompat	4. Anak mampu melompat 5 kali dengan				

			dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni.				
			5. Anak mampu melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni.				
		Meloncat	6. Anak mampu meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni.				
			7. Anak mampu meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian dengan membawa				

			bendera warna-warni.				
		Berlari	8. Anak mampu berlari dengan seimbang melalui papan titian				
			9. Anak mampu berlari melalui rintangan zig-zag				

Sumber: Samsudin (2008), Wulan (2015)dan Peraturan Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 tahun 2014.

2. Validitas

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan validitas isi yang mengacu pada sejauh mana suatu instrument (kisi-kisi instrumen) mengukur konsep dari suatu teori, yaitu dengan menjadi dasar penyusunan instrument (pedoman observasi). Untuk itu perlu adanya pembahasan mengenai teori tentang variabel yang akan diukur menjadi dasar penentu konstruk sebagai instrument (pedoman observasi). Berdasarkan teori variabel tersebut, kemudian dirumuskan defenisi operasional, dan selanjutnya ditentukan indikator yangdiukur.Indikator tersebut dijabarkan menjadi butir-butir instrument baik dalam bentuk pernyataan. Pengajuan validitas ini dapat dilakukan dengan meminta pertimbangan para ahli (Sugiyono, 2011:129). Pengujian validitas isi dapat dilakukan dengan meminta pertimbangan ahli. Pada penelitian ini yang menjadi validator kisi-kisi instrumen penelitian adalah ibuk Meliana Sari, M.Pd dan Yola Novriana.

F. Teknik pengumpulan data

Ada banyak cara yang bisa digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik yaitu:Suharsimi

2010:175), menjelaskan bahwa metode pengumpulan data merupakan cara yang digunakan peneliti untuk memperoleh data yang dibutuhkan. Dalam menggunakan metode tersebut, peneliti memerlukan instrumen, yaitu "alat bantu" agar pekerjaan mengumpulkan data menjadi lebih mudah. Alat bantu yang dimaksud meliputi: observasi, dan dokumentasi. Pada penelitian ini memilih metode observasi untuk mengumpulkan data yang digunakan untuk mengetahui tentang peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak.

Sugiyono (2013:226) mengatakan teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan bila penelitian berkenaan dengan prilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang diamati tidak terlalu besar. Adapun observasi yang dilakukan untuk memperoleh data yang berkaitan dengan keterampilan gerak lokomotor melalui lari estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan. Pelaksanaan observasi dalam penelitian ini dilakukan melalui pengamatan secara langsung yaitu pengamatan yang dilakukan tanpa perantara terhadap objek yang diteliti.

Narbuko (2009:70) menjelaskan bahwa observasi adalah alat pengumpulan data yang dilakukan dengan cara mengamati dan mencatat gejala-gejala yang diselidiki. Dalam observasi ini peneliti menggunakan pengumpulan data dengan pedoman observasi ceheck list tentang keterampilan gerak lokomotor anak usia 4-5 tahun di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan. Pedoman observasi ini berisikan daftar dari semua aspek yang akan di obeservasi, sehingga peneliti tinggal memberi tanda cek (√) mengenai aspek yang diamati.

Tabel 3. 5
Pedoman Observasi

No	Item Indikator	Penilaian			
		SM	M	KM	TM
		4	3	2	1
1	Anak mampu berjalan melewati papan titian membawa bola warna-warni				

2	Anak mampu berjalan zig-zag sambil membawa bola warna-warni				
3	Anak mampu berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni melalui papan titian				
4	Anak mampu melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni				
5	Anak mampu melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni				
6	Anak mampu meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni				
7	Anak mampu meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni				
8	Anak mampu berlari dengan seimbang melalui papan titian				
9	Anak mampu berlari melalui rintangan zig-zag				

Sumber: Samsudin (2008), Wulan (2015) dan Peraturan Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 tahun 2014.

Keterangan :

ST : Sangat Terampil

T : Terampil

KT: Kurang Terampil

TT : Tidak Terampil

G. Teknik Analisis data

3. Teknik Analisis data

a. Uji Normalitas

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan Uji Liliefors. Hipotesis yang diajukan adalah: H_o = Sampel berdistribusi normal,

H_1 =Sampel berdistribusi tidak normal. Dalam menentukan uji normalitas, penguji menggunakan program SPSS 20 dalam mengolah data.

b. Uji Homogenitas

Uji kesamaan dua variansi dilakukan untuk melihat apakah data *pre-test* dan *post-test* kelompok eksperimen homogen atau tidak, uji ini dilakukan dengan bantuan program SPSS 20.

4. Teknik Pengolahan Data

Sebelum data diolah maka masing-masing instrumen diberi bobot atau skor terlebih dahulu, baik untuk pernyataan positif maupun pernyataan negatif seperti yang terdapat dalam tabel berikut:

Tabel 3. 6
Alternatif Kategori Instrumen dan Bobot

Kategori	Singkatan	Skor
Sangat Terampil	ST	4
Terampil	T	3
Kurang Terampil	KT	2
Tidak Terampil	TT	1

Bentuk pengolahan data yang dipakai adalah dengan memakai metode pengolahan statistik.Analisis data dalam penelitian eksperimen pada umumnya memakai metode statistik, hanya saja penggunaan statistik tergantung kepada jenis penelitian eksperimen yang dipakai.Pada skripsi ini, peneliti memakai model eksperimen *one*

group pre-test post-est design dimana peneliti melakukan pengukuran sebanyak dua kali yakni sebelum dan sesudah perlakuan.

Data yang terkumpul berupa nilai test pertama dan test kedua. Tujuan peneliti adalah membandingkan dua nilai dengan mengajukan pertanyaan apakah ada perbedaan kedua nilai tersebut secara signifikan. Pengujian perbedaan nilai hanya dilakukan terhadap rata-rata kedua nilai saja dan untuk melakukan ini digunakan teknik yang disebut uji-t (t-tes).

Menurut Sudijono (2005:144) "Mencari tentang interval skor yaitu, jarak penyebaran antara skor yang terendah sampai skor nilai tertinggi". Adapun rumusnya adalah :

$$R = H - L$$

Keterangan :

R : Rentang

H : Skor atau nilai yang tertinggi

L : Skor atau nilai yang terendah

Sudjana dan Ibrahim (2001:47) menyatakan bahwa, dalam menentukan rentang skor yaitu skor terbesar dikurang skor terkecil. Dalam penelitian ini memiliki rentang skor 1-4 dengan kategori peningkatan keterampilan, sangat terampil, terampil, kurang terampil, dan tidak terampil. Jumlah item peningkatan keterampilan 9 item sehingga interval kriteria tersebut dapat ditentukan dengan cara sebagai berikut:

a. Skor maksimum 4 x 9= 36

   Keterangan: skor maksimum nilai tertingginya adalah 4, jadi 4 dikalikan dengan jumlah sub indikator keseluruhan berjumlah 36.

b. Skor minimum

Keterangan: skor minimum nilai terendahnya adalah 1, jadi dikalikan dengan jumlah sub indikator keseluruhan yang berjumlah 9 dan hasilnya 9.

c. Rentang 36– 9= 27

Keterangan: rentang diperoleh dari jumlah skor maksimum dikurangi jumlah sub indikator

d. Banyak kriteria adalah 4 tingkatan (sangat terampil, terampil, kurang terampil, dan tidak terampil).

e. Panjang kelas interval 27 : 4= 7

Keterangan: panjang interval diperoleh dari hasil rentang dibagi dengan banyak kriteria.

Adapun klasifikasi skor keterampilan anak adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 7
Klasifikasi Skor Keterampilan pada Anak Usia 5-6 Tahun

No.	Skor	Kategori Kreativitas
1.	30-36	Sangat Terampil
2.	23-29	Terampil
3.	16-22	Kurang Terampil
4.	9-15	Tidak Terampil

5. Uji Hipotesis

Adapun teknik analisis data dilakukan dengan cara membandingkan hasil rata-rata *pre-test* dan *post-test* peningkatan keterampilan gerak lokomotor dengan cara menguji statistik uji-t, seperti berikut ini:

a. Mencari D (Difference)*pre-test* dan *pos-test*

b. Mencari *Mean* dan *Difference*

c. Menghitung perbedaan rata dengan uji-t dengan rumus sebagai berikut ini :

$$t_0 = \frac{MD}{SE_{MD}}$$

Keterangan :

MD = *Mean Of Difference*

SDD = *Deviasi Standar* dari *Difference*

SEMD = *StandarError* dari *Mean Of Difference*

Harga t hitung dibandingan dengan harga kritik t pada tabel taraf signifikansi. Apabila t hitung atau observasi (t0) besar nilainya dari t tabel (tt) maka hipotesis nihil (Ho) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) diterima, artinya kegiatan lari estafet dapat meningkatkan signifikan keterampilan gerak lokomotor pada anak, tapi apabila harga t hitung (t0) kecil dari harga t tabel (tt) maka hipotesis nihil (Ho) diterima dan hipotesis alternatif (Ha) ditolak,artinya keterampilan gerak lokomotor tidak dapat meningkat signifikan dengan menggunakan kegiatan lari estafet.

Sebelum itu perlu diketahui dahulu perbandingan hasil pre-test dan post-test terhadap kelompok secara keseluruhan, selanjutnya setelah diketahui hasil pre-test dan post-test untuk kelompok eksperimen, maka untuk melihat signifikan atau tidaknya peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak usia 4-5 tahun melalui kegiatan lari estafet dilakukan dengan analisis statistik uji beda (uji-t) dengan model sampel “dua sampel yang kecil satu sama lain mempunyai hubungan”.

Adapun langkah-langkah dalam menganalisa dataSuharsimi (2006:264)

a. Mencari *Mean* dari *Difference*

$$M_D = \frac{\sum D}{N}$$

b. Mencari Deviasi Standar dari *Difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N}} - \sqrt{\frac{\sum D^2}{N}}$$

c. Mencari *Standard Error* dari *Mean Of Difference*

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

d. df = N – 1

Keterangan :

MD =*Mean of difference* nilai rata-rata hitung dari beda selisih antara skor *pre-test* dan *pos-test*

∑D = Jumlah beda/selisih antara skor *pre-test* dan *pos-test*

N = *Number of cases* (jumlah subjek yang kita teliti)

SEMD = Standar Error (standar kesalahan) dari *Mean of Difference*

SDD = Deviasi standar dari perbedaan antara skor *pre-test* dan skor *post-test*

BAB IV
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data *Pre-test*

Penelitian eksperimen merupakan penelitian yang bertujuan untuk melihat pengaruh suatu variabel terhadap variabel lain. Penelitian ini terkait dengan peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak usia 4-5 tahun melalui kegiatan lari estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan, dengan sampel 12 orang anak. Berdasarkan hasil pengolahan instrument awal, ditemukan permasalahan nyata tentang keterampilan gerak lokomotor anak, yaitu masih banyak anak yang belum mampu melakukan kegiatan lari estafet. Hal tersebut disebabkan karena kurangnya pengembangan keterampilan gerak lokomotor.

Terkait dengan permasalahan keterampilan gerak lokomotor anak, Secara lebih jelas diungkapkan pada tabel berikut:

Tabel 4. 1
Gambaran Keterampilan Gerak Lokomotor(*Pre-Test*)

No	Kode Anak	Indikator									Skor	Ket
		1	2	3	4	5	6	7	8	9		
1	AEF	2	2	2	1	1	1	1	1	1	12	TT
2	AG	2	2	1	1	1	3	2	3	2	17	KT
3	AO	3	2	3	3	3	2	2	3	3	24	T
4	AR	3	3	3	2	3	3	3	2	2	24	T
5	KS	2	2	3	1	1	3	1	2	2	17	KT
6	NA	1	1	1	2	2	1	1	1	1	11	TT
7	MA	3	2	2	1	1	1	2	2	2	16	KT

8	MZ	3	2	3	3	2	3	3	3	1	23	T
9	VD	2	2	2	1	1	1	1	1	1	12	TT
10	RHT	3	3	2	2	3	2	2	3	3	23	T
11	RB	3	3	2	2	2	1	1	1	1	16	KT
12	GV	2	2	3	3	2	2	1	1	1	17	KT
Jumlah											212	
Rata-rata											17,66	

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai tertinggi adalah24 dan nilai terendah adalah 11. Adapun anak yang memiliki keterampilan gerak lokomotor yangterampil berjumlah 4 orang yaitu: AO dengan perolehan skor 24, AR dengan perolehan skor 24, MZdengan skor 23, RHT dengan skor 23. Anak yang keterampilan gerak lokomotornya kurang terampil berjumlah 5 orang yaitu:AG dengan skor 17, KS dengan skor 17, MA dengan skor 16, RB dengan skor 16, GV dengan skor 17. Anak yang keterampilan gerak lokomotornya tidak terampil berjumlah 3 orang yaitu: AEF dengan skor 12, NA dengan skor 11 dan VD dengan skor 12. Artinya keterampilan anak di kelompok B1 PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan masih rendah. Dari data *pre-test* di atas, maka peneliti menjadikan kelompokB1 sebanyak 12 orang sebagai kelompok yang akan diberikan *treatment* melalui kegiatan lari estafet.

Tabel 4. 2
Jadwal Pelaksanaan untuk Meningkatkan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun

NO	Kegiatan	Indikator Keterampilan Gerak Lokomotor	Waktu	Kegiatan
1	Anak melakukan kegiatan berjalan melewati papan titian sambil membawa bola warna-warni. Anak melakukan kegiatan berjalan zig-zag sambil membawa bola warna-warni. Anak melakukan kegiatan berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni melalui papan titian	Berjalan	Rabu, 17Juli 2019	Lari estafet bola warna-warni
2	Anak melakukan kegiatan melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni. Anak melakukan kegiatan melompat 5 kali dengan satu kaki sambil membawa bendera warna-warni melalui papan titian.	Melompat	Kamis, 18 Juli 2019	Lari estafet bendera warna-warni

3	Anak melakukan kegiatan meloncat dengan dua kaki di atas papan titian sambil membawa bendera warna-warni. Anak melakukan kegiatan meloncatdengan satu kaki di atas papan titian sambil membawa bendera warna-warni.	Meloncat	Jum'at, 19 Juli 2019	Lari estafet bendera warna-warni
4	Anak melakukan kegiatan berlari dengan seimbang melalui papan titian. Anak melakukan kegiatan berlari melalui rintangan zig-zag.	Berlari	Sabtu, 20 Juli 2019	Lari estafet gembira

2. Pelaksanaan Pertemuan (*Treatment*)

Pelaksanaan kegiatan dengan lari estafet untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak dilaksanakan sebanyak 4 kali pertemuan (perlakuan/*treatment*). Adapun perlakuan yang diberikan adalah sebagai berikut:

a. Deskripsi *Treatment* 1

1) Persiapan

Sebagai seorang peneliti sebelum melakukan penelitian di lapangan, terlebih dahulu membuat rancangan apa yang dilaksanakan di lapangan, sehingga pelaksanaan *treatment* berjalan lancar dan mencapai hasil yang sesuai dengan apa yang diinginkan.

Treatment pertama dilaksanakan pada tanggal 17 Juli 2019 bertepatan pada hari Rabu dikelompok B1, PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan, pada pukul 08.00-11.00 WIB dengan jumlah

anak 12 orang. Peneliti bekerjasama dengan guru kelompok B1dalam memberikan *treatment* mengenai keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafet. Adapun bentuk persiapan yang dilakukan adalah:

a) Dalam pelaksanaan *treatment* pertama mengenai peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak terutama peneliti menyediakan arena untuk melaksanakan kegiatan lari estafet seperti papan titian, kerincing, pluit dan bola warna-warni.
b) Menetapkan tujuan dan tema yang dipilih. Dalam *treatment* yang dilakukan peneliti tujuannya adalah untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafet dan tema yang dipilih peneliti dalam penelitian ini yaitu mengenai diriku (menyesuaikan dengan tema sekolah)**,** sub tema jenis anggota tubuh
c) Menyiapkan alatyang dibutuhkan seperti: papan titian, kerincing, pluit dan bola warna-warni
d) Menyiapkan RPPH untuk menunjang kegiatan yang akan dilakukan.

2) Pelaksanaan

Setelah peneliti merumuskan perencanaan *treatment* tentang kegiatan peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak menggunakan kegiatan lari estafet, kemudian peneliti melaksanakan kegiatan *treatmen* I pada tanggal 17 Juli 2019 yang bertempat di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan. Sebelum memasuki kelas, anak-anak berbaris di halaman dan melakukan senam ringan, dan ketika di dalam kelas sebelum pelajaran dimulai guru terlebih dahulu mengecek kehadiran anak dengan mengambil absen. Setelah itu guru memperkenalkan tema yang akan dipahami anak, dan guru juga menceritakan sub tema yang akan diberikan kepada anak, yaitu mengenai anggota tubuh, dilanjutkan oleh peneliti.

Setelah itu, peneliti menjelaskan kegiatan selanjutnya tentang tujuan kegiatan. Pada proses kegiatan peneliti mengajak anak untuk melihat alat yang digunakan. Pada pengantaran ini guru menjelaskan tentang kegiatan yang akan dilakukan, bagaimana pelaksanaannya, dan apa tujuan kegiatan ini. Peneliti menjelaskan alat yang dipakai yaitu papan titian, kerincing, pluit dan bola warna-warni. Peneliti menjelaskan apa guna papan titian dan bola warna-warni, setelah itu peneliti menjelaskan langkah-langkah kegitan lari estafet. Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

1) Melaksanakan lari estafet meliputi:
   a) Guru menunjukkan alat kegiatan yang digunakan kepada anak yaitu (papan titian, kerincing, pluit dan bola warna-warni).
   b) Guru mengatur jarak dari start dengan halang rintang yang telah disiapkan sebelumnya.
   c) Guru mengatur anak menjadi 3 kelompok dan masing-masing kelompok terdiri dari 3 kelompok.
2) Pelaksanaan kegiatan lari estafet
   a) Guru membagi bola warna-warni, setiap kelompok mendapat satu bola warna-warni yang diberikan kepada anak pertama.
   b) Ketika anak pertama telah bersiap, guru meniup peluit menandakan mulainya kegiatan.
   c) Anak pertama berjalan dengan melewati papan titian tanpa kaki keluar dari lebarnya papan titian.
   d) Anak pertama menyelesaikan tantangan, kemudian memberikan bola kepada anak kedua. Anak kedua yang menerima bola segera melanjutkan dengan melewati rintangan zig-zag.

e) Anak kedua menyelesaikan tantangan, kemudian memberikan bola kepada anak ketiga.
f) Anak ketiga telah berada di garis *finish* dan segera membunyikan kerincing.

Pada pelaksanaan *treatment* 1 banyak anak-anak kurang terampil melakukan kegiatan, disebabkan karena dalam kegiatan anak-anak ada sebagian yang serius saat melakukan kegiatan dan ada anak yang mengganggu ketika temannya melakukan kegiatan. Hal ini disebabkan karena anak kurang mendengarkan aturan pada saat kegiatan berlangsung dan ada sebagian yang tidak mau melakukan kegiatan berjalan melewati papan titian sambil membawa bola warna-warni, berjalan zig-zag sambil membawabola warna-warni dan berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni di atas papan titian. Pada *treatment* ini, ada beberapa anak ketika melakukan kegiatan berjalan melewati papan titian sambil membawa bola warna-warni anak masih keluar dari batas papan titian tersebut. Beberapa anak ketika berjalan zig-zag sambil membawa bola warna-warni masih kurang terampil, dan ketika anak melakukakn kegiatan berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni melalui papan titian juga kurang terampil ini dikarenakan bagi anak berjalan terlalu lama dan bosan. Fenomena ini berkaitan dengan kegiatan yang dilakukan oleh anak setiap hari pada saat di sekolah. Hal ini berdampak besar pada anak sehingga mereka tidak mampu menggerakkan motoriknya secara sempurna. Ini menyebabkan motorik anak akan kaku dan jika anak tidak terampil dalam menggerakkan otot-otot besarnya itu akan berdampak buruk bagi anak seperti anak tidak suka olahraga, tidak suka terlalu jauh berjalan dan anak akan cendrung manja.

3) Evaluasi

Pada kegiatan penutup peneliti melakukan pengisian pedoman penilaian *treatmet* I yang berguna untuk mengukur sejauh mana peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak, sudah ada yang dapat melakukan kegiatan lari estafet, akantetapi masih ada anak yang kurang terampil dan tidak terampil saat melakukan kegiatan lari estafet. Hal ini dilihat ketika diberi perlakuan, masih ada anak yang memiliki keterampilan gerak lokomotor yang rendah.

Berdasarkan hasil penelitian, dalam kegiatan awal sampai penutup, peneliti memperhatikan anak dan mengamati apakah mereka dapat melakukan kegiatan lari estafet berjalan melewati papan titian sambil membawa bola warna-warni, berjalan zig-zag sambil membawa bola warna-warni tanpa diberi bantuan dan berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni. Pada *treatment* yang pertama masih terdapat banyak anak, yang pada saat melakukan kegiatan tidak bisa melakukan kegiatan lari estafet sendiri. Mereka masih harus diberi bantuan. Ada beberapa anak yang masih memiliki keterampilan gerak lokomotor yang kurang terampil dalam melakukan kegiatan Lari estafet, maka peneliti melakukan *treatment* selanjutnya.

Pada *treatment* I peningkatan yang ingin dilihat yaitu dari indikatoryang mana anak mempunyai keterampilan untuk menghasilkan gerak lokomotor seperti berjalan, melompat meloncat dan berlari.Dapat dilihat pada tabel di atas bahwasanya anak di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan masih dalam kategori kurang terampil dalam peningkatan keterampilan gerak lokomotor, untuk itu perlu dilanjutkan dengan *treatment* kedua.

b. Deskripsi *Treatment* 2

1) Persiapan

Treatment kedua dilaksanakan pada tanggal 18 Juli 2019 bertepatan pada hari kamis di kelompok B1 PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan, pada pukul 08.00-11.00 WIB dengan jumlah anak 12 orang. Peneliti bekerjasama dengan guru kelompok B1 dalam memberikan *treatment* mengenai peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafet. Pada *treatment* kedua, perlunya dilakukan perlakuan selanjutnya karena masih banyaknya anak-anak yang belum mengalami peningkatan pada indikator tertentu. Untuk itu perlu dilakukan *treatment* kedua pada keterampilan gerak lokomotor anak, peningkatan yang ingin dicapai berdasarkan indikator jalan pada *treatment* I di atas. Selain itu, pada *treatment* kedua ini peningkatan yang ingin dilihat berdasarkan indikator melompat dimana badan terdorong dari permukaan tanah bersama satu kaki atau dua kaki dari tanah setinggi dua kaki, seperti anak mampu melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni dan anak mampu melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni. Adapun bentuk persiapan yang dilakukan adalah:

a) Dalam pelaksanaan *treatment* kedua mengenai peningkatan keterampilan gerak lokomotor terutama peneliti menyediakan papan titian, kerincing dan bendera warna-warni.
b) Menetapkan tujuan dan tema yang dipilih. Dalam *treatment* yang dilakukan peneliti tujuannya adalah untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafet dan tema yang dipilih peneliti dalam penelitian ini yaitunya mengenai diri sendiri (menyesuaikan dengan tema sekolah)**,** sub tema identitas diri.

c) Menyiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan seperti: papan titan, kerincing dan benderawarna-warni.
d) Menyiapkan RPPH untuk menunjang kegiatan yang akan dilakukan.

2) Pelaksanaan

Setelah peneliti merumuskan perencanaan *treatment* tentang kegiatan peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegitan lari estafe, kemudian peneliti melaksanakan kegiatan *treatment* II pada tanggal 18 Juli 2019 yang bertempat di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan. Sebelum memasuki kelas, anak-anak berbaris di halaman dan melakukan senam ringan, dan ketika di dalam kelas sebelum pelajaran dimulai guru terlebih dahulu mengecek kehadiran anak dengan mengambil absen. Setelah itu guru memperkenalkan tema yang akan dipahami anak, dan guru juga menceritakan sub tema yang akan diberikan kepada anak, yaitu mengenai diri sendiri, dilanjutkan oleh peneliti.

Setelah itu, peneliti menjelaskan kegiatan selanjutnya tentang tujuan kegiatan. Pada proses kegiatan peneliti mengajak anak untuk melihat alat yang sudah disediakan di halaman sekolah. Pada pengantaran ini guru menjelaskan tentang kegiatan lari estafet melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni dan melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni. Bagaimana pelaksanaannya, dan apa tujuan kegiatan ini, peneliti menjelaskan alat yang dipakai yaitunya papan titian, kerincing, pluit dan bendera warna-warni. Peneliti menjelaskancara kegiatan lari estafet, setelah itu peneliti memberitahukan kepada anak langkah-langkah kegitan lari estafet sambil memperagakan cara kegiatan lari estafet melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni dan melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa

bendera warna-warni kepada anak. Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

1) Melaksanakan lari estafet meliputi:
   a) Guru menunjukkan alat kegiatan yang digunakan kepada anak yaitu (papan titian, kerincing, pluit dan bendera warna-warni).
   b) Guru mengatur jarak dari *start* dengan halang rintang yang telah disiapkan sebelumnya.
   c) Guru mengatur anak menjadi 3 kelompok dan masing-masing kelompok terdiri dari 3 kelompok.
2) Pelaksanaan kegiatan lari estafet
   a) Guru membagi bola dan bendera, setiap kelompok mendapat satu bola dan satu bendera yang diberikan kepada anak pertama.
   b) Ketika anak pertama telah bersiap, guru meniup pluit mendandakan mulainya kegiatan.
   c) Pelari pertama melompat 5 kali dengan kedua kaki melewati papan titian sambil membawa bendera warna-warni tanpa kaki keluar dari lebarnya papan titian.
   d) Anak pertama menyelesaikan tantangan, kemudian memberikan bendera kepada anak kedua. Anak kedua yang menerima bendera segera melanjutkan dengan melewati rintangan papan titian.
   e) Anak kedua menyelesaikan tantangan, kemudian memberikan bendera kepada anak ketiga.
   f) Anak ketiga telah berada di garis *finish* dan segera membunyikan kerincing.

Treatment ke 2, anak-anak sudah mulai mau melakukan kegiatan lari estafet dengan melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni dan melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan

membawa bendera warna-warni. Walaupun pada awalnya anak-anak masih sering terjatuh pada saat melakukan kegiatan lari estafet melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni yang pada akhirnya anak takut melakukan kegitan lari estafet. Saat melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni banyak anak yang keluar dari batas lebarnya papan titian. Pada *treatment* ini, anak sudah tidak takut jatuh pada saat melakukan kegiatan walaupun masih ada diantaranya yang tidak mau menyelesaikan kegiatan lari estafet bendera warna-warni, ketika AO dan AG melihat temannya yanglain telah selesai melakukan kegiatan. AO dan AG pun termotivasi untuk menyelesaikannya, yang terkadang AO dan AG ingin menyerah, tidak mau menyelesaikan, minta bantuan guru, pada akhirnya AO dan AG mau menyelesaikan kegiatan yang terkadang dibantu oleh guru atau meminta bantuan teman lain.

3) Evaluasi

Pada kegiatan penutup peneliti melakukan pengisian pedoman penilaian dengan melihat seberapa besar pengaruh pertemuan yang diberikan.Berdasarkan hasil penelitian, dalam kegiatan awal sampai penutup, peneliti sudah melihat kemajuan dan keinginan anak untuk melakukan kegiatan lari estafet bendera warna-warni dengan melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni dan melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni tanpa dibantu oleh guru dan teman. Keterampilan gerak lokomotor anak sudah mulai mengalami peningkatan, yang mana sudah banyak anak yang berada dalam kategori terampil. Dan hal ini merupakan suatu kemajuan jika dilihat dari sebelumnya, tetapi masih terdapat anak yang belum

mengalami peningkatan, sehingga dibutuhkah *treatment* selanjutnya.

Hal ini sudah terlihat dari indikator melompat merupakan keterampilan dasar yang paling banyak digunakan oleh anak dalam melakukan gerakan lokomotor dalam kegiatan dari estafet dengan menggunakan papan titian, pluit dan bendera warna-warni.Selain itu, pada indikator meloncat keterampilan gerak lokomotor anak masih pada ketegori kurang terampil, sehingga harus dilanjutkan dengan *treatment* ketiga.

c. Deskripsi *Treatment* 3

1) Persiapan

Sebagai seorang peneliti sebelum melakukan penelitian di lapangan,terlebih dahulu membuat rancangan apa yang dilaksanakan di lapangan, sehingga pelaksanaan *treatment* berjalan lancar dan mencapai hasil yang sesuai dengan apa yang diinginkan. *Treatment* ketiga dilaksanakan pada tanggal 19 Juli 2019 bertepatan pada hari Jum'at di kelompok B1 PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan, pada pukul 08.00-11.00 WIB dengan jumlah anak 12 orang. Peneliti bekerjasama dengan guru kelompok B1 dalam memberikan *treatment* mengenai peningkatan keterampilan gerak lokomotor melalui kegiatan lari estafet bendera warna-warni. Pada *treatment* ketiga, perlunya dilakukan perlakuan selanjutnya karena masih banyaknya anak-anak yang belum mengalami peningkatan pada indicator tertentu. Untuk itu perlunya dilakukan *treatment* ketiga untuk melihat keterampilan gerak lokomotor anak pada indikator ketiga meloncat yang merupakan kemampuan anak untuk mencapai suatu ketinggian atau jarak, yang mana anak mampu melakukan keterampilan gerak lokomotor melalu kegiatan lari estafet sesuai dengan keterampilan yang dimilikinya tanpa meminta bantu guru dan teman.

Adapun bentuk persiapan yang dilakukan adalah:

a) Dalam pelaksanaan *treatment* ketiga mengenai peningkatan keterampilan gerak lokomotor terutama peneliti menyediakan papan titian, kerincing, pluit dan bendera warna-warni.
b) Menetapkan tujuan dan tema yang dipilih. Dalam *treatment* yang dilakukan peneliti tujuannya adalah untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafet dan tema yang dipilih peneliti dalam penelitian ini yaitunya mengenai diri sendiri (menyesuaikan dengan tema sekolah)**,** sub tema tubuhku.
c) Menyiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan seperti: papan titian, kerincing, pluit dan bendera warna-warni.
d) Menyiapkan RPPH untuk menunjang kegiatan yang akan dilakukan

2) Pelaksanaan

Treatment ketiga pada tanggal 19 Juli 2019 yang bertempat di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan. Sebelum memasuki kelas, anak-anak berbaris di halaman dan melakukan senam ringan, dan ketika di dalam kelas sebelum pelajaran dimulai guru terlebih dahulu mengecek kehadiran anak dengan mengambil absen. Setelah itu guru memperkenalkan tema yang akan dipahami anak, dan guru juga menceritakan sub tema yang akan diberikan kepada anak, yaitu mengenai diri sendiri, dilanjutkan oleh peneliti.

Setelah itu, peneliti menjelaskan kegiatan selanjutnya tentang tujuan kegiatan. Pada proses kegiatan peneliti mengajak anak untuk melihat alat yang sudah disediakan. Pada pengantaran ini guru menjelaskan tentang kegiatan lari estafet yang akan dilakukan, bagaimana pelaksanaannya, dan apa tujuan kegiatan ini, peneliti menjelaskan alat yang dipakai yaitunya papan titian, kerincing, pluit dan bendera warna-warni. setelah itu peneliti memberitahukan kepada anak langkah-langkah kegiatan lari estafet, sambil

mempraktekkan cara kegiatan lari estafet dengan menggunakan papan titian dan bendera warna-warni.

Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

1) Melaksanakan kegiatan lari estafet meliputi:
   a) Guru menunjukkan alat kegiatan yang digunakan kepada anak yaitu (papan titian, kerincing, pluit dan bendera warna-warni).
   b) Guru mengatur jarak dari *start* dengan halang rintang yang telah disiapkan sebelumnya.
   c) Guru mengatur anak menjadi 3 kelompok dan masing-masing kelompok terdiri dari 3 kelompok.
2) Pelaksanaan kegiatan lari estafet
   a) Guru membagi bendera warna-warni, setiap kelompok mendapat satu bendera warna-warni yang diberikan kepada anak pertama.
   b) Ketika anak pertama telah bersiap, guru meniup peluit mendandakan mulainya kegiatan.
   c) anak pertama meloncat kedepan dengan melewati papan titian tanpa kaki keluar dari lebarnya papan titian.
   d) Anak pertama menyelesaikan tantangan, kemudian memberikan bendera kepada anak kedua. Anak kedua yang menerima bendera segera melanjutkan dengan melewati papan titian.
   e) Anak kedua menyelesaikan tantangan, kemudian memberikan bendera kepada anak ketiga.
   f) Anak ketiga telah berada di garis *finish* dan segera membunyikan kerincing.

Setelah selesai melakukan kegitan lari estafet meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni, anak melakukan kegiatan selanjutnya meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan

titian dengan membawa bendera warna-warni. Pada saat melakukan kegiatan meloncat di atas papan titian anak memegang bendera warna-warni. Selanjutnyadalam kegiatan lari estafet meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warnidan meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni, anak-anak sudah mulai tidak diberi bantuan lagi. Anak-anak mulai bisa melakukan sendiri.

Pada *treatment* ke 3 ini, sebagian besar anak sudah mau melakukan kegiatan lari estafet sampai selesai, walaupun masih ada anak yang takut jatuh saat melakukan kegiatan. Beberapa anak yang tidak mau menyelesaikan kegiatan lari estafet bendera warna-warni yaitu: NA, MA, KS, MZ,dan GV, karena anak takut jatuh pada saat meloncat, anak mengeluh pada saat meloncat kaki nya bisa patah. Sehingga pada *treatment* ini masih banyak anak yang tidak selesai melakukan kegiatan dan ada yang menyelesaikan kegiatan dengan bantuan guru.

3) Evaluasi

Pada kegiatan penutup peneliti melakukan pengisian pedoman penilaian dengan melihat seberapa besar pengaruh pertemuan yang diberikan. Berdasarkan hasil penelitian, dalam kegiatan awal sampai penutup, sudah terlihat sedikit kemajuan dan keinginan anak untuk menyelesaikan kegiatan tanpa dibantu oleh guru dan teman. Anak sudah mampu meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni dan meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni, dapat dilihat ketika anak melakukan kegiatan meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dan meloncat dengan satu kaki di atas papan titian tersebut.

Selain itu, juga terlihat saat anak melakukan kegiatan meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian sambil membawa bendera warna-warni dan meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian sambil membawa bendera warna-warni sebagian anak sudah bisa melakukan dengan sendiri. Sebagian anak ada yang pada saat meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian sambil membawa bendera warna-warni masih banyak yang melewati batas papan titian. Dan hasil yang peneliti dapatkan adalah bahwa anak sudah mampu melakukan keterampilan gerak lokomotor dengan kegiatan lari estafet bendera warna-warni tanpa bantuan guru dan teman, anak melakukan kegiatan tanpa minder melihat teman yang sudah terampil dalam melaksanakan kegiatan lari estafet bendera warna-warni.

Masih sedikit peningkatan yang terjadi pada *treatment* ini Sehingga harus dilanjutkan dengan *treatment* keempat.

d. Deskripsi *Treatment*4

1) Persiapan

Treatment empat dilaksanakan pada tanggal 20 Juli bertepatan pada hari sabtu di kelompok B1 PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan, pada pukul 08.00-11.00 WIB dengan jumlah anak 12 orang.Peneliti bekerjasama dengan guru kelompok B1 dalam memberikan *treatment* mengenai peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafet. Pada *treatment* keempat, perlunya dilakukan perlakuan selanjutnya karena masih ada anak-anak yang belum mengalami peningkatan pada indikator tertentu.Untuk itu perlunya dilakukan *treatment* keempat pada keterampilan gerak lokomotor anak.Selain itu, pada *treatment* keempat ini peningkatan yang ingin dilihat berdasarkan indikator dimana anak mampu melakukan keterampilan gerak lokomotor melalui kegiatan lari estafet gembira.

Adapun bentuk persiapan yang dilakukan adalah:

a) Dalam pelaksanaan *treatment* keempat mengenai peningkatan keterampilan gerak lokomotor terutama peneliti menyediakan papan titian, rintangan zig-zag, kerincing, bola dan pluit.
b) Menetapkan tujuan dan tema yang dipilih. Dalam *treatment* yang dilakukan peneliti tujuannya adalah untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafet gembira dan tema yang dipilih peneliti dalam penelitian ini yaitunya mengenai diri sendiri (menyesuaikan dengan tema sekolah)**,** sub tema panca indra.
c) Menyiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan seperti: papan titian, rintangan zig-zag, kerincing, bola dan pluit.
d) Menyiapkan RPPH untuk menunjang kegiatan yang akan dilakukan.

2) Pelaksanaan

Setelah peneliti merumuskan perencanaan *treatment* tentang kegiatan peningkatan keterampilan gerak lokomtor anak melalui kegiatan lari estafet gembira, kemudian peneliti melaksanakan kegiatan *treatmen*t 4 pada tanggal 20 Juli 2019 yang bertempat di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan. Sebelum memasuki kelas, anak-anak berbaris di halaman dan melakukan senam ringan, dan ketika di dalam kelas sebelum pelajaran dimulai guru terlebih dahulu mengecekkehadiran anak dengan mengambil absen. Setelah itu guru memperkenalkan tema yang akan dipahami anak, dan guru juga menceritakan sub tema yang akan diberikan kepada anak, yaitu mengenai diri sendiri, dilanjutkan oleh peneliti.

Setelah itu, peneliti menjelaskan kegiatan selanjutnya tentang tujuan kegiatan yang akan dilakukan. Pada proses kegiatan peneliti mengajak anak untuk melihat alat yang sudah disediakan. Pada pengantaran ini guru menjelaskan tentang keterampilan gerak lokomotor dengan kegiatan lari estafet gembira yang dilakukan,

bagaimana pelaksanaannya, dan apa tujuan kegiatan ini, peneliti menjelaskan alat yang dipakai yaitunyapapan titian, rintangan zig-zag, kerincing, bola dan pluit. Peneliti menjelaskan cara melakukan kegiatan lari estafet gembira. Berlari dengan seimbang melalui papan titiandan berlari melewati rintangan zig-zag. Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut:

1) Melaksanakan persiapan lari estafet meliputi:
   a) Gurumenunjukkan alat kegiatan yang digunakan kepada anak yaitu (papan titian, rintangan zig-zag, kerincing dan pluit).
   b) Guru mengatur jarak dari *start* dengan halang rintang yang telah disiapkan sebelumnya.
   c) Guru mengatur anak menjadi 3 kelompok dan masing-masing kelompok terdiri dari 3 kelompok.
2) Pelaksanaan kegiatan lari estafet
   a) Guru membagi bola, setiap kelompok mendapat satu bola yang diberikan kepada anak pertama.
   b) Ketika anak pertama telah bersiap, guru meniup peluit menandakan mulainya kegiatan.
   c) anak pertama berlari dengan melewati papan titian tanpa kaki keluar dari lebarnya papan titian.
   d) Anak pertama menyelesaikan tantangan, kemudian memberikan bola kepada anak kedua. Anak kedua yang menerima bola segera melanjutkan dengan melewati rintangan zig-zag.
   e) Anak kedua menyelesaikan tantangan, kemudian memberikan bola kepada anak ketiga.
   f) Anak ketiga telah berada di garis *finish* dan segera membunyikan kerincing

Treatment ke 4, anak-anak sudah banyak yang mau melakukan kegiatan lari estafet gembira. Pada *treatmen* ini, anak

sudah sangat terampil melakukan kegiatan seperti AO dan RHT pada saat melakukan kegiatan sudah tidak takut jatuh lagi dan tidak lagi dibantu oleh guru, ada anak yang terampil dalam melakukan kegiatan tanpa meminta bantuan teman.

3) Evaluasi

Pada kegiatan penutup peneliti melakukan pengisian pedoman penilaian dengan melihat seberapa besar pengaruh pertemuan yang diberikan. Berdasarkan hasil penelitian, dalam kegiatan awal sampai penutup, sudah terlihat banyak kemajuan dan keinginan anak untuk menyelesaikan kegiatan tanpa dibantu oleh guru dan teman.Anak sudah mampu berlari dengan seimbang melalui papan titian dan anak mampu berlari melalui rintangan zig-zag, dapat dilihat ketika anak melakukan kegiatan lari estafet gembira anak sudah tidak malu-malu lagi dan sudah banyak yang faham dengan kegitan lari estafet gembira. Selain itu, anak sudah bisa melakukan kegiata tersebut dengan sendiri. Sebagian anak ada yang pada saat berlari melewati papan titian keluar dari batas papan titan dan sedikit anak yang terjatuh pada saat berlari melewati rintangan zig-zag. Hasil yang peneliti dapatkan adalah bahwa anak sudah mampu melakukan keterampilan gerak lokomotor dengan kegiatan lari estafet gembira tanpa bantuan guru dan teman, anak melakukan kegiatan tanpa minder melihat teman yang sudah terampil dalam melaksanakan kegiatan lari estafet. Berikut ini adalah hasil peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak pada saat diberikan *treatment* 4.

Hal ini sudah terlihat dari indikator yang mengalami peningkatan yaitu pada indikator berlari anak sudah anak mampu berlari dengan seimbang melalui papan titian dan anak mampu berlari melalui rintangan zig-zag. Pada indikator berlari sudah terlihat peningkatan yang mana anak sudah mampu berlari dengan

seimbang melalui papan titiandan berlari melalui rintangan zig-zag dengan sendiri tanpa bantuan guru dan teman.

3. Deskripsi Data *Post-test*

Setelah semua kegiatan dilaksanakan, anak dievaluasi kembali untuk melihat peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak setelah diberikan perlakuan melalui kegiatan lari estafet berjalan, melompat, meloncat dan berlari. Data tersebut dijadikan pembanding setelah diberikan kegiatan lari estafet. Membandingkan nilai rata-rata peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak sebelum dan setelah diberikan kegiatan lari estafet dengan analisis statistik beda (t-test). Uji beda ini dilakukan untuk melihat signifikan peningkatan keterampilan gerak lokomotor pada anak adalah hasil *pre-test* dan *post-test*. Berikut hasil data *post-test*.

Tabel 4. 3
Hasil *Post-test* Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan

No	Kode Anak	Indikator									Skor	Ket
		1	2	3	4	5	6	7	8	9		
1	AEF	4	4	4	2	2	3	3	3	3	28	T
2	AG	4	4	4	3	2	3	3	4	3	30	ST
3	AO	4	4	3	2	2	3	4	3	2	27	T
4	AR	4	4	3	3	4	4	2	2	2	28	ST
5	KS	4	4	2	2	3	3	2	2	2	24	T
6	NA	4	2	2	4	2	2	1	1	1	19	KT
7	MA	3	2	2	3	2	1	2	2	1	18	KT
8	MZ	4	4	4	3	3	2	2	1	2	25	T
9	VD	4	2	2	4	3	2	2	2	4	24	T
10	RHT	4	4	3	3	4	4	3	2	3	30	ST
11	RB	4	4	4	3	2	4	3	4	4	31	ST
12	GV	3	2	2	2	3	2	2	2	1	19	KT
Jumlah											303	
Rata-rata											25,25	

Berdasarkan tabel *post-test* di atas diperoleh skor tertinggi adalah 31 dan skor terendah adalah 18. Adapun anak yang memiliki keterampilan gerak lokomotor yangtidak terampil sudah tidak ada, nilai sangat terampil ada 4 orang anak yaitu: AG dengan perolehan skor 30, AR dengan skor 28, RHT dengan skor 3 dan RB dengan skor 31. Kategori skor terampil ada 5 orang anak yaitu: AEF dengan perolehan skor 18, AO dengan skor 27, KS dengan skor 24, MZ dengan skor 25 dan VD dengan skor 24. Sedangkan kategori kurang terampil sebanyak 3 orang yaitu: NA dengan perolehan skor 19, MA dengan skor 18 dan GV dengan skor 19.Dari data di atas dapat dilihat bahwa peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan setelah diberi *post-test*dapat dikatakan berkembang dengan baik.

Selanjutnya rangkumandistribusifrekuensidan*post-test* peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafet dalamtabelsebagaiberikut:

Tabel 4. 4
Klasifikasi Skor Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan
(Post-test)

NO	**Interval**	**Kategori**	***Post-test***	
			F	**%**
1	30-36	ST	4	33,33%
2	23-29	T	5	41,66%
3	16-22	KT	3	25%
4	9-15	TT	0	0%
Jumlah			**12**	**100%**

Berdasarkan tabel di atas dapat dipahami bahwa pada post-test terdapat 12 orang anak dengan kategori kurang terampil ada 3 orang anak yaitu: NA dengan perolehan skor 19, MA dengan skor 18 dan GV dengan skor 19 dengan persentasenya 25%, sedangkan terampil5 orang anak yaitu: AEF dengan perolehan skor 28, AO dengan skor 27, KS dengan skor 24,

MZ dengan skor 25 dan VD dengan skor 24dengan persentase 41,66 %. Untuk kategori sangat terampil ada 4 orang anakyaitu: AG dengan perolehan skor 30, AR dengan skor 28, MZ dengan skor 23, RHT dengan skor 30 dan RB dengan skor 31 dengan presentase 33,33%.Setelah hasi post-test didapatkan, maka langkah selanjutnya adalah menganalisis data hasil post-test tersebut.Caranya dengan melakukan uji statistic (uji-t) untuk melihat apakah kegiatan lari estafet dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak 4-5 tahun di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan.

B. Pengujian persyaratan analisis

1. Deskripsi data pretest-treatment-posttest

Setelah kegiatan dilaksanakan, anak dievaluasi kembali untuk melihat peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak setelah diberikan kegiatan lari estafet, data tersebut dijadikan pembanding setelah diberikan metode kegiatan. Membandingkan nilai rata-rata peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak sebelum dan setelah diberikan kegiatan lari estafet dengan analisis statistic beda (*t-test*). Uji beda ini dilakukan untuk melihat signifikan peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak. Berikut hasi*pre-test, treatment* dan hasil data *post-test:*

Tabel 4. 5
Hasil Perolehan Nilai *Pre-test-Treatment-Pos-test*

No	**Nama Anak**	***Pretest***	**T1**	**T2**	**T3**	**T4**	***Posttest***
1	AEF	12	17	22	24	27	28
2	AG	17	14	23	25	25	30
3	AO	24	25	22	26	30	27
4	AR	24	26	20	25	25	28
5	KS	17	16	21	19	24	24
6	NA	11	13	15	15	18	19
7	MA	16	14	14	14	15	18
8	MZ	23	17	22	22	27	25

9	VD	12	24	23	24	24	24
10	RHT	23	25	24	23	31	30
11	RB	16	16	23	26	26	31
12	GV	17	17	17	18	18	19
Jumlah		212	224	246	261	290	303
Rata-rata		17,66	18,66	20,5	21,75	24,16	25,25

Dari tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafet pada tabel *Pre-test, Treatment* 1,2,3,4 dan Post-*test* mengalami peningkatan di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan.

C. Persyaratan Analisis Data

1. Data Berdistribusi Normal

Peneliti dalam penelitian ini menggunakan data berdistribusi normal.Uji normalitas digunakan untuk mengetahui data dari masing-masing variabel berdistribusi normal atau tidak. Rumus yang digunakan adalah rumus *Kolmogorov Smirnov*.Untuk mengetahui apakah distribusi frekuensi masing-masing variabel normal atau tidak dapat dilihat dari nilai *Asymp*. Sig. Jika nilai *Asymp.* Sig (2 *tailed)*<0,05 maka data tersebut tidak berdistribusi normal, sebaliknya jika nilai *Asymp*. Sig (2 *tailed*) >0,05 maka dapat berdistribusi normal. Dengan bantuan perangkat lunak komputer pengolahan data statistik SPSS *versi* 20 *for windows* hasil uji normalitas ditunjukkan dalam tabel berikut:

Tabel 4. 6
Grafik Uji Normalitas
Tests of Normality

	Y	Kolmogorov-Smirnov[a]			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
X	1,00	,222	12	,105	,878	12	,082
	2,00	,164	12	,200*	,903	12	,174

Berdasarkan *out put one sample Kolmogrov-Smirnov,* data yang diperoleh adalah 0,200 > 0,05. Artinya 0,200 lebih dari 0,05 maka data tersebut berdistribusi normal. Pada *Shapiro-Wilk* data yang diperoleh adalah 0,174>0,05. Artinya 0,174 lebih dari 0,05 maka data tersebut normal.

2. Uji Homogenitas

Untuk mencari data yang berdistribusi homogen. Peneliti menggunakan SPSS 20. Hal ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini tentang uji homogenitas:

Tabel 4. 7
Uji Homogenitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,019	1	22	,891

Tabel 4. 8
Anova
ANOVA

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	345,042	1	345,042	15,719	,001
Within Groups	482,917	22	21,951		
Total	827,958	23			

Berdasarkan *out put Of Homogeneity of Variences,* diperoleh nilai sig (signifikan) 0,891 lebih besar dari 0,05 (0,891>0,05) maka hipotesis alternatif diterima dan dengan demikian variasi setiap sampel sama (homogen).

3. Data Interval

Berdasarkan data interval ada perbandingan antara *pre-tes* dan *post-test* yang terlihat pada tabel dibawah ini dimana dengan kegiatan lari estafet keterampilan gerak lokomotor pada anak meningkat.

Tabel 4. 9
Perbandingan Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Antara *Pre-test* dan *Post-test*

No	Interval	Kategori	*Pre-test*		*Post-test*	
			F	**%**	**F**	**%**
1	30-36	ST	0	0%	4	33,33%
2	23-29	T	4	33,33%	5	41,66%
3	16-22	KT	5	41,66%	3	25%
4	9-15	TT	3	25%	0	0%
			12	**100%**	**12**	**100%**

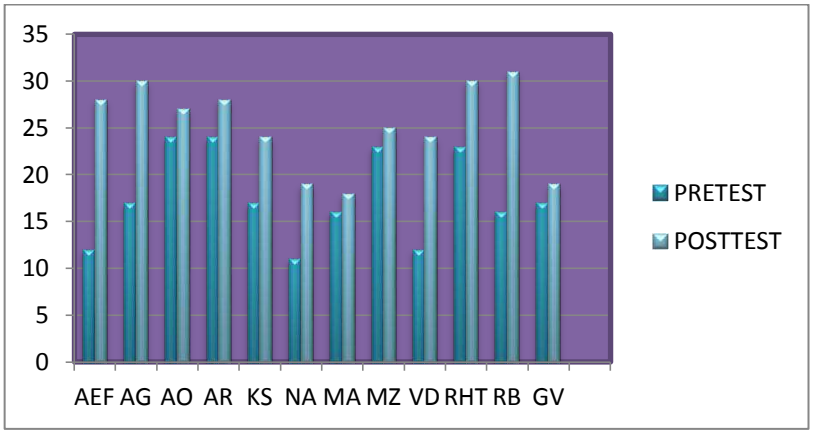
Menurut tabel di atas, terdapat perbandingan antara peningkatan keterampilan gerak lokomotor pada anak melalui kegiatan lari estafet sebelum dan setelah dilaksanakannya *treatment*, dengan hasil *pre-test* sebanyak 12 orang anak. Setelah itu dilakukan *post-test* dengan hasil dengan kategori kurang terampil ada 3 orang anak yaitu: NA dengan perolehan skor 19, MA dengan skor 18 dan GV dengan skor 19 dengan persentasenya 25%, sedangkan terampil 5 orang anak yaitu: AEF dengan perolehan skor 28, AO dengan skor 27, KS dengan skor 24, MZ dengan skor 25 dan VD dengan skor 24 dengan persentase 41,66 %. Untuk kategori sangat terampil ada 4 orang anakyaitu: AG dengan perolehan skor 30, AR dengan skor 28, MZ dengan skor 23, RHT dengan skor 30 dan RB dengan skor 31 dengan presentase 33,33%.

D. Pengujian Hipotesis

Dalam rangka menjawab rumusan masalah penelitian yang telah dikemukakan pada bab1 maka dilakukan uji hipotesis.

Tabel 4. 10
Perbandingan Data Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak antara *Pre-test* dan *Post-test* secara keseluruhan

NO	Kode Siswa	*Pretest*		*Posttest*		Selisih
		Skor	Klasifikasi	Skor	Klasifikasi	
1	AEF	12	TT	28	T	Meningkat 12
2	AG	17	KT	30	ST	Meningkat 13
3	AO	24	T	27	T	Meningkat 3
4	AR	24	T	28	ST	Meningkat 4
5	KS	17	KT	24	T	Meningkat 7
6	NA	11	TT	19	KT	Meningkat 8
7	MA	16	KT	18	KT	Meningkat 2
8	MZ	23	T	25	KT	Meningkat 2
9	VD	12	TT	24	T	Meningkat 12
10	RHT	23	T	30	ST	Meningkat 7
11	RB	16	KT	31	ST	Meningkat 15
12	GV	17	KT	19	KT	Meningkat 2
Jumlah		212		303		**77**
Rata-Rata		17,66		25,25		**6,4**



Gambar 4. 1
Grafik Skor Hasil *Pretest* dan *Posttest*

Berdasarkan tabel dan diagram di atas terlihat jelas bahwa peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak mengalami peningkatan. Sebelumnya *pre-test* skor rata-ratanya 17,66 setelah diberikan *post-test* skor meningkat menjadi 25,25. Tabel di atas menggambarkan bahwa semua anak mengalami kenaikan skor dalam peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak.ketika diketahui hasil *pre-test* dan *post-test* untuk kelompok *eksperimen*. Maka untuk melihat signifikan atau tidaknya peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafet dilakukan dengan analisis statistik uji beda (uji-t).

Berdasarkan pada rumusan masalah, maka uji hipotesis yang dilakukan menggunakan uji “t” sebelum dilakukan uji “t” maka terlebih dahulu dibuat tabel perhitungan untuk memperoleh nilai “t” sebagai berikut:

Tabel 4. 11
Menguji Kebenaran Hipotesis Alternatif Nilai t (H_α)

No	Kode Siswa	Pretest	Posttest	D	D^2
		Skor	Skor		
1	AEF	12	28	16	256
2	AG	17	30	13	169
3	AO	24	27	3	9
4	AR	24	28	4	16
5	KS	17	24	7	49
6	NA	11	19	8	64
7	MA	16	18	2	4
8	MZ	23	25	2	4
9	VD	12	24	12	144
10	RHT	23	30	7	49
11	RB	16	31	15	225
12	GV	17	19	2	4
JUMLAH		**185**	**303**	**91**	**993**
RATA-RATA		**11,56**	**25.25**	**7,58**	**82,75**

a. Mencari *mean* dari *difference*

$$M_D = \frac{\Sigma D}{N} = \frac{91}{12} = 7{,}58$$

b. Mencari *deviasi standar* dari *difference*

$$SD_D = \sqrt{\frac{\Sigma D^2}{N} - \left(\frac{\Sigma D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{993}{12} - \frac{(91)^2}{(12)}}$$

$$SD_D = \sqrt{82{,}75 - (7{,}58)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{82{,}75 - 57{,}45}$$

$$SD_D = \sqrt{25{,}3} \quad = 5{,}02$$

c. Mencari *Standar Error* Dari *Mean Of Difference*

$$SE_{MD}=\frac{5,02}{12-1}=\frac{5,02}{\sqrt{11}}=\frac{5,02}{3,31}=1,51$$

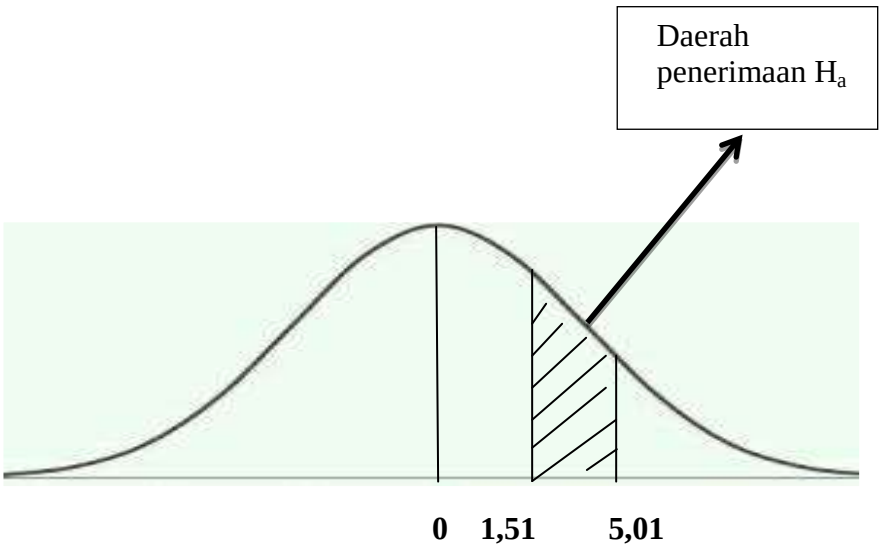
d. Mencari harga t_0 dengan rumus:

$$t_0=\frac{MD}{SDMD}=\frac{7,58}{1,51}=5,01$$

e. Df=N-1

12-1= 11

Langkah berikutnya adalah memberikan interpretasi terhadap t_o, dimana dengan terlebih dahulu diperhitungkan df atau dbnya, df = N-1 = 12-1 = 11, membandingkan besarnya "t" yang diperoleh dengan perhitungan t_0 = 5,01 dan besar "t" yang tercantum pada taraf signifikan 5% yaitu tt 5% = 1,79, maka dapat diketahui bahwa t_0 adalah lebih besar dari tt yaitu 5,01>1,79. Maka hipotesis nihil yang diajukan ditolak, ini berarti bahwa ada perbedaan skor keterampilan gerak lokomotor anak sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan lari estafet. Dengan demikian, terdapat perbedaan yang signifikan antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok sampel.Maka hipotesis alternatif (ha) diterima dan hipotesis (ho) ditolak.Jadi dapat disimpulkan bahwa kegiatan lari estafet dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak.



Kurva 4.1 (hasiluji-t)

Dengan demikian dalam kurva di atas terlihat harga t hitung berada pada daerah penerimaan (h_a), dapat disimpulkan hipotesis nihil (h_0) menyatakan bahwa kegiatan lari estafet tidak dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak. Hipotesis alternatif (h_a) menyatakan kegiatan lari estafet dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan. Artinya kegiatan lari estafet meningkat signifikan 5%.Hasil antara *pre-test* dan *post-test* terdapat perbedaan yang signifikan, maka hipotesis alternatif diterima dan hipotesis nol (h_0) ditolak.Sehingga *treatment* yang diberikan pada anak tentang kegiatan lari estafet terdapat pengaruh yang signifikan.

E. Uji N-Gain Ternormalisasi

Untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian ini, skor hasil peningkatan keterampilan gerak lokomotor pada anak diklasifikasikan dengan cara menghitung N-Gain ternormalisasi, berikut ini adalah penjelasannya:

Tabel 4. 12
Hasil Nilai N-Gain

No	*Pretest*	*Post-test*	Rumus N-Gain
1	12	28	$\frac{28-12}{36-12} = 0{,}67$
2	17	30	$\frac{30-17}{36-17} = 1{,}21$
3	24	27	$\frac{27-24}{36-24} = 0{,}23$
4	24	28	$\frac{28-24}{36-24} = 0{,}33$
5	17	24	$\frac{24-17}{36-17} = 0{,}36$
6	11	19	$\frac{19-11}{36-11} = 0{,}32$
7	16	18	$\frac{18-16}{36-16} = 0{,}1$
8	23	25	$\frac{25-23}{36-23} = 0{,}15$
9	12	24	$\frac{24-12}{36-12} = 0{,}5$
10	23	30	$\frac{30-23}{36-23} = 0{,}53$
11	16	31	$\frac{31-16}{36-16} = 0{,}75$
12	17	19	$\frac{19-19}{36-19} = 0{,}10$
Rata-rata			Jumlah = 5,25÷12
N-Gain			0,43

Catatan: skor ideal adalah 36

Dari tabel di atas terlihat bahwapeningkatan skor rata-rata hasil peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak dari hasil *pre-test* dan *post-test*. Dapat dilakukan dengan uji N-Gain yaiu dengan rumus:

$$\textbf{N-}\boldsymbol{Gain}\textbf{=}\ \frac{skor\ posttest - skor\ pretest}{skor\ maksimal\ ideal - skor\ pretest}$$

Sesuai dengan tabele di atas terdapat jumlah dari hasil N-Gain dari 12 orang anak yaitu 0,43 dan untuk mengetahui nilai N-Gainnya maka jumlah dibagi dengan banyak anak dengan rumus:

$$\frac{Jumlah}{Banyak\ anak}\ yaitu\ \frac{5{,}25}{12} = 0{,}43$$

Tabel 4. 13
Klasifikasi Skor N-Gain Ternormalisasi

Kategori	**Kriteria**
Rendah	$g \leq 0{,}3$
Sedang	$0{,}3 < g \leq 0{,}7$
Tinggi	$0{,}70 < g \leq 1{,}00$

(sumber: Ahmad dalam Rahmawati, (2016: 2)

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa N-Gain ternormalisai berada pada kategori tinggi karena N-Gain yang diperoleh adalah berjumlah 0,43, hal ini menunjukkan bahwa kegiatan lari estafet yang di lakukan untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak usia 4-5 tahun mengalami peningkatan.

F. Pembahasan

Pembahasan dalam penelitian berpedoman pada deskripsi dan analisis yang telah dilakukan, pelaksaaan *pre-test* dan *post-test* yang kemudian dibandingkan dengan teori yang ada. Berdasarkan penelitian yang penulis lakukan, maka hasilnya adalah hipotesis alternative (Ha) diterima. Dapat dilihat dengan membandingkan besar t yang penulis peroleh (to = 3,74) dan besar t yang tercantum pada tabel *tt* yaitu 1,79. Ini berarti bahwa kegiatan lari estafet dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan pada taraf signifikan 5%.

Berdasarkan out put one sample Kolmogrov-Smirnov, data yang diperoleh adalah 0,200> 0,05. Artinya 0,200lebih dari 0,05 maka data tersebut berdistribusi normal. Pada Shapiro-Wilkdata yang diperoleh adalah 0,174>0,05. Artinya 0,174lebih dari 0,05 maka data tersebut normal. Sedangkan out put Of Homogeneity of Variences, diperoleh nilai sig (signifikan) 0,891 dan lebih besar dari 0,05 (0,891>0,05) maka hipotesis alternatif diterima dan dengan demikian variasi setiap sampel sama (homogen).

Jadi, dapat dilihat bahwa kegiatan lari estafet dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor karena di dalam kegiatan lari estafet terdapat kegiatan-kegiatan yang akan mendukung perkembangan motorik kasar anak terutama keterampilan gerak lokomotor pada anak seperti berjalan, melompat, meloncat dan berlari.

Hal ini dapat dilihat pada setiap indikator yang ada. Dalam indikator pertama,anak mampu berjalan di atas papan titian sambil membawa bola warna-warni, anak mampu berjalan zig-zag sambil membawa bola warna-warni dan Anak mampu berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni melalui papan titian. Terlihat dari ide yang dikeluarkan anak dalam tanya jawab yang dilakukan sebelum memulai kegiatan di luar kelas, anak mulai mengungkapkan apa yang akan dilakukan, contohnya: pada tema yang ditentukan (berjalan diatas papan titian, berjalan melewati rintangan zig-zag dan berjalan melewati papan titian sambil membawa bola warna-warni).

Kemudian jika dilihat dari indikator kedua, yang mana anak mampu melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warnidan anak mampu melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni.Dalam menciptakan keterampilan gerak anak dapat melakukan kegiatan lari estafet melompat dengan satu kaki melewati papan titian dan melompat melalui papan titian, anak dapat melompat melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni.

Dilihat dari peningkatan indikator ketiga yaitu anak meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warnidan anak mampu meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni. Kemampuan anak menghasilkan keterampilan gerak lokomotor sangat terampil, tanpa meminta bantuan guru dan temanketerampilan gerak lokomotor anak meningkat dari yang bisa dicontohkan guru.Dengankegitan lari estafetanak mampu untuk menciptakan keterampilan gerak lokomotor dengan sendirinya tanpa bantuan guru dan teman.Seperti saat melakukakan kegiatan meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni dan meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni.

Dilihat dari indikator keempat anak mampu berlari dengan seimbang melalui papan titian dan berlari melewati rintangan zig-zag. Pada saat anak melakukan gerak lokomotor anak sudah tidak dibantu oleh guru seperti berlari dengan seimbang melalui papan titian dan berlari melewati rintangan zig-zag. Dengan begitu keterampilan gerak lokomotor anak berkembang dengan baik.

Dengan peningkatan yang terjadi setiap indikator, yang menjelaskan bahwa kegiatan lari estafet ini sangat tepat dilaksanakan untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak.Karena kegiatan lari estafet yang dilakukan merupakan kegiatan menggunakan otot-otot besar pada anak dan juga anak bisa terampil dalam menciptakan gerak. Menurut Gutheri (dalam Wardani 2018: 21) menyatakan bahwa: “lari sambungatau lari estafet adalah salah satu nomor lomba lari pada perlombaan atletik yang dilakukan secara bergantian atau berantai. Lari yang dilakukan bersambung dan bergantian membawa tongkat (bola) dari garis start ke garis finish. Jadi kegitan lari estafet yang dimaksudkan adalah suatu kegiatan yang dilakukan secara bergantian atau berantai dengan membawa bola.

Menurut Sujiono dan Sumarjilah (dalam Rahma 2018:3) menyebutkan bahwa kegiatan lari estafet juga memiliki tujuan untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor yakni:

1) Melatih ketangkasan
2) Melatih meningkatkan koordinasi
3) Melatih kecepatan
4) Melatih kerjasama
5) Melatih kelincahan

Dalam hal ini, maka penulis dapat menyimpulkan bahwasanya kegiatan lari estafet dapat dilakukan untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak. Dengan menggunakan kegiatan lari estafet, akan sangat menarik bagi anak karena kegiatan lari estafet akan sangat menarik bagi anak. Kegiatan lari estafet merupakan salah satu metode dalam kegiatan yang dapat memberikan dampak positif untuk peningkatan keterampilan gerak lokomotor anak. Dengan demikian penelitian ini yang menggunakan kegiatan lari estafet untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak. Kegiatan lari estafet ini dapat dikatakan berhasil serta mampu meningkatkan keterampilan gerak lokomotor anak melalui kegiatan lari estafetdi PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan.

BAB V
PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan dan pembahasan menujukkan bahwa hipotesis nolH_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini berarti bahwa lari estafet dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan. Jadi, dapat dilihat dengan membandingkan besarnya "t" yang peneliti peroleh (t_0= 5,01) dan besarnya "t" yang tercantum pada tabel (t_t)yaitu 1,79 (5,01>1,79). Ini berarti bahwa kegiatan lari estafet dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak dengan taraf signifikansi 5%.

B. Implikai

Penelitian berimplikasi pada perkembangan teori/keilmuan pendidikan anak usia dini khususnya dalam pengembangan fisik motorik. Hasil analisa data menunjukkan bahwa melalui kegiatan lari estafet dapat meningkatkan keterampilan gerak lokomotor.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan, dapat diajukan beberapa saran yang dapat bermanfaat bagi peningkatan keterampilan gerak lokomotor dengan lari estafet, sebagai berikut:

1. Bagi guru, dengan adanya kegiatan lari estafet guru bisa menerapkan pada anak untuk meningkatkan keterampilan gerak lokomotor pada anak.
2. Bagi peneliti selanjutnya agar dapat melengkapi alat-alat dan membuat media pendukung lebih menarik agar dapat digunakan untuk kegiatan lari estafet yang selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Amalina, R. 2016. Upaya Meningkatkan Gerak Lokomotor Anak Melalui Permainan Engklek Untuk Kelompok A TK Kuncup Sari Semarang. *Jurnal pendidikan anak usia dini*7(1):65

Ardiyansyah, W. 2016. Modifikasi Permainan Lari Estafet Untuk Meningkatkan Gerak Dasar Manipulatif Anak Tuna Grahita Ringan. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan* 1(4): 181.

Aryani, STS. 2018. Survei Pola Asuh Orang Tua dan Perkembangan Gerak Lokomotor Anak TK A Di Surabaya Pusat. *jurnal Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya*18(4): 3-6.

Azhar, AM. 2013. Model Pembelajaran Atletik Melalui Modifikasi Permainan Lari estafet Pada Siswa Kelas I Madrasah Ibtidaiyah Negeri Temanggung. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Semarang. Semarang.

Azizah, N. 2015. Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Permainan Bola Estafet Pada Kelompok Bermain Di PAUD Mentari Desa Sambidoplang Kecamatan Sumbergempol Kabupaten Tulungagung. *Skripsi*. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan. Universitas Nusantara PGRI Kediri. Kediri.

Bungin, B. 2011. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi danKebijakan Publik serta Ilmu-ilmu Sosial lainnya*. Jakarta: Prenada Media. Gusril. 2009. *Perkembangan Motorik Pada Anak-Anak*. Padang: UNP Press.

Hadi, H. *2017*. Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini Pada Taman Kanak-Kanak (TK) Di Kota Surakarta. *Jurnal Ilmiah Penjas* 3(2): 66.

Hanif, YN. 2015. Membentuk Gerak Dasar Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Permainan Tradisional. *Jurnal Sportif* 1(1): 62.

Lumintuarso, RIG. 2014. Peningkatan Hasil Pembelajaran Lari Sprint 60 Meter Melalui Metode Permainan SDN 009 Teluk Pelalawan. *Jurnal Keolahragaan* 2(2): 161.

Narbuko. 2009. *Sistem Teknologi Informasi*. Yogyakarta: Andi Offset

Nuryanto, H. 2018. Permainan Balistik Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Manipulatif Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Dikdaktika Pendidikan Dasar* 2(1): 133-134.

Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No 137 Tahun 2014 tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini.

Persatuan Atletik Seluruh Indonesia. 2015. *Dasar-Dasar Atletik.* Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Rahajeng, OW. 2016. Kesesuaian Gerak Lokomotor Dan Gerak Manipulatif Pada Anak Usia 4-5 Tahun Segugus II kecamatan Galur. *Jurnal pendidikan jasmani dan kesehatan* 19(8): 9-12

Rahma, A. 2018. Peningkatan Perkembangan Motorik Kasaranak Usia 4-5 Tahun Melalui Permainan Lari Estafet di TK Para bintang Kota Jambi. *Pendidikan anak usia dini* 6(1): 3-5.

Roni, SY. 2015. Upaya Meningkatkan Gerak Lokomotor Melalui Permainan Atraktif Dan Kompetitif Pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal pendidikan usia dini* 2(3): 2.

Samsudin. 2008. *Pembelajaran Motorik Di Taman Kanak-Kanak.* Jakarta: Liitera Pranada Media Grup

Santoso, THB. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Perpustakaan Nasional: Katalog Dalam Terbitan (KDT)

Shaum, PF. 2014. Pengaruh Permainan Tradisonal Sonda Terhadap Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Tuna Grahita Ringandi SLB Muhammadiyah Karangpawitan Garut.*Jurnal pendidikan luar biasa* 18(1):9-10

Sudijono, A. 2005. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta:PT Raja GravindoPersada.

Sugiyono. 2018. *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif).* Bandung: Alfabeta.

Suharsimi, A. 2006. *Metode-Metode Penelitian Masyarakat*. Jakarta : Rhineka

Suharsimi, A. 2010. *Manajemen Penelitian.* Jakarta : PT. Rineka Cipta.

Sujiono, B. 2015. *Metode Pengembangan Fisik.* Jakarta: Universitas Terbuka(UT)

Sutjana, N. dan Ibrahim. 2001. *Penelitian dan Penilaian Pendidikan.* Bandung : Sinar Baru Algesindo

Wardani, NI. 2018. Pengaruh Permainan Modifikasi Lari Estafet Terhadap Perkembangan Motorik Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal pendidikan anak usia dini* 1(1): 21

Wulan, DSA. 2015. Peningkatan Kemampuan Gerak Lokomotor Melalui Permainan Lari Estafet Modifikasi. *Jurnal Pendidikan Usia Dini* 9 (1): 168.

LAMPIRAN I
Surat Keterangan

Validasi Instrumen

Batusangkar, 8 Juli 2019

No : Istimewa
Lamp : 1 (satu) rangkap
Hal : **Mohon Validasi Instrumen Penelitian**

Kepada Yth,

Di

Tempat

Assalamu'alaikum, Wr.Wb.

Doa dan harapan semoga ibuk/bapak selalu dalam keadaan sehat dan sukses dalam menjalankan aktifitas sehari-hari. Amin

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ega Belina

Nim : 14 109 021

Jurusan : PIAUD

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Dengan ini memohon kepada ibuk untuk dapat kiranya menjadi validator dari kisi-kisi instrumen kemampuanmembacaanakuntuk penyelesaian penulisan skripsi dengan judul skripsi **"Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan"** Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas bantuan dan kerja sama ibuk saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.

Saya yang memohon

Ega Belina
NIM. 14 109 021

SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Meliana Sari, M.Pd

Telah meneliti dan memeriksa validitas instrumen penelitian yang berjudul, **"Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan"**

Yang dibuat oleh

Nama : Ega Belina

Nim : 14 109 021

Jurusan : PIAUD (Pendidikan Islam Anak Usia Dini)

Tahun Angkatan : 2014

Berdasarkan hasil pemeriksaan validitas ini, menyatakan bahwa instrumen tersebut valid. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Batusangkar, 5 Juli 2019

Dosen Ahli

Meliana Sari, M.Pd

PENILAIAN AHLI

(EXPERT JUDGMENT)

Judul skripsi: **"Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan"**

Oleh : **Ega Belina**

No	Aspek	Nilai			
		TP	KT	CT	T
1	Petunjuk pengisian instrumen			✓	
2	Penggunaan bahasa sesuai dengan Ejaan Yang Disempurnakan (EYD)			✓	
3	Kesesuaian instrument dengan materi			✓	
4	Kesesuaian instrumen dengan indikator			✓	

Keterangan:

T = Tepat

CT = Cukup tepat

KT = Kurang tepat

TP = Tidak tepat

CATATAN/SARAN:

.....

KESIMPULAN: Instrumen ini dapat/~~tidak~~ dapat digunakan

Batusangkar, 5 Juli 2019
Dosen Ahli

Meliana Sari, M.Pd

	b. Kesederhanaan struktur bahasa					

Penilaian Secara Umum

No	Aspek Penilaian	Skor Penilaian				Ket
		SS	S	TS	STS	
1.	Penilaian secara umum terhadap RPPH		✓			

Catatan/saran:

Instrumen dapat digunakan untuk penelitian

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Batusangkar, 10 Juli 2019

Dosen Ahli

.....

LEMBAR VALIDASI
RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN HARIAN

Petunjuk:

1. Untuk memberikan penilaian terhadap rencana pembelajaran harian (RPPH), ibu cukup memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang disediakan.
2. Angka-angka yang terdapat pada kolom yang dimaksud seperti:
   1 = Kurang valid
   2 = Cukup valid
   3 = Valid
   4 = Sangat valid
3. Huruf-huruf yang terdapat pada kolom yang dimaksud seperti:
   SS = Sangat Setuju
   S = Setuju
   TS = Tidak setuju
   STS =Sangat tidak setuju

No	Aspek penilaian	Skor penilaian				Ket
		1	2	3	4	
1.	Format RPPH a. Memenuhi tahap-tahap pembelajaran b. Memenuhi bentuk baku RPPH c. Kelengkapan identitas (judul, waktu, kelompok, usia, tema/sub tema)			✓ ✓ ✓		
2.	Isi RPPH a. Kesesuaian dengan kompetensi dasar b. Kebenaran isi materi c. Indikator mengacu pada kompetensi dasar d. Kesesuaian urutan materi e. Indikator mudah diukur f. Indikator mengandung kata-kata operasional g. Kegiatan guru dan anak dirumuskan dengan jelas			✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓ ✓		
3.	Bahasa yang digunakan a. Kebenaran tata bahasa			✓		

Batusangkar, 4 Juli 2019

No : Istimewa
Lamp : 1 (satu) rangkap
Hal : **Mohon Validasi Instrumen Penelitian**

Kepada Yth,
Yola Novriana
Di
Tempat

Assalamu'alaikum, Wr.Wb.

Doa dan harapan semoga ibuk/bapak selalu dalam keadaan sehat dan sukses dalam menjalankan aktifitas sehari-hari. Amin

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ega Belina

Nim : 14 109 021

Jurusan : PIAUD

Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Dengan ini memohon kepada ibuk untuk dapat kiranya menjadi validator dari kisi-kisi instrumen kemampuanmembacaanakuntuk penyelesaian penulisan skripsi dengan judul skripsi **"Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan"** Demikian permohonan ini saya sampaikan, atas bantuan dan kerja sama ibuk saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum, Wr. Wb.

Saya yang memohon

Ega Belina
NIM. 14 109 021

SURAT KETERANGAN VALIDASI INSTRUMEN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yola Novriana

Telah meneliti dan memeriksa validitas instrumen penelitian yang berjudul, **"Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan"**

Yang dibuat oleh

Nama : Ega Belina

Nim : 14 109 021

Jurusan : PIAUD (Pendidikan Islam Anak Usia Dini)

Tahun Angkatan : 2014

Berdasarkan hasil pemeriksaan validitas ini, menyatakan bahwa instrumen tersebut valid. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Batusangkar, 5 Juli 2019
Dosen Ahli

Yola Novriana

LEMBAR VALIDASI
RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN HARIAN

Petunjuk:

1. Untuk memberikan penilaian terhadap rencana pembelajaran harian (RPPH), ibu cukup memberikan tanda ceklis (√) pada kolom yang disediakan.
2. Angka-angka yang terdapat pada kolom yang dimaksud seperti:
   1 = Kurang valid
   2 = Cukup valid
   3 = Valid
   4 = Sangat valid
3. Huruf-huruf yang terdapat pada kolom yang dimaksud seperti:
   SS = Sangat Setuju
   S = Setuju
   TS = Tidak setuju
   STS = Sangat tidak setuju

No	Aspek penilaian	Skor penilaian				Ket
		1	2	3	4	
1.	Format RPPH a. Memenuhi tahap-tahap pembelajaran b. Memenuhi bentuk baku RPPH c. Kelengkapan identitas (judul, waktu, kelompok, usia, tema/sub tema)			√ √	 √ 	
2.	Isi RPPH a. Kesesuaian dengan kompetensi dasar b. Kebenaran isi materi c. Indikator mengacu pada kompetensi dasar d. Kesesuaian urutan materi e. Indikator mudah diukur f. Indikator mengandung kata-kata operasional g. Kegiatan guru dan anak dirumuskan dengan jelas			√ √ √ √ √	 √ √	
3.	Bahasa yang digunakan a. Kebenaran tata bahasa b. Kesederhanaan struktur bahasa			√	 √	

Penilaian Secara Umum

No	Aspek Penilaian	Skor Penilaian				Ket
		SS	S	TS	STS	
1.	Penilaian secara umum terhadap RPPH		✓			

Catatan/saran:

Instrumen dapat digunakan sesuai untuk penelitian.

Batusangkar, 5 Juli 2019

Kepala Sekolah

Yola Novriana

PENILAIAN AHLI

(EXPERT JUDGMENT)

Judul skripsi: **"Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan"**

Oleh : **Ega Belina**

No	Aspek	Nilai			
		TP	KT	CT	T
1	Petunjuk pengisian instrumen			✓	
2	Penggunaan bahasa sesuai dengan Ejaan Yang Disempurnakan (EYD)			✓	
3	Kesesuaian instrument dengan materi			✓	
4	Kesesuaian instrumen dengan indikator				✓

Keterangan:

T = Tepat

CT = Cukup tepat

KT = Kurang tepat

TP = Tidak tepat

CATATAN/SARAN:

.....

KESIMPULAN: Instrumen ini dapat/tidak dapat digunakan

Batusangkar, 5 Juli 2019
Kepala Sekolah

Yola Novriana

LAMPIRAN II
KISI-KISI INSTRUMEN

Kisi-Kisi Instrument Penelitian Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun

No	Variabel	Indikator	Sub Indikator	Penilaian			
				4		2	1
				SM		K	T
1	Keterampilan gerak lokomotor	Berjalan	1.Anak mampu berjalan melewati papan titian sambil				
			2. Anak mampu berjalan zig- zag sambil				
			3. Anak mampu berjalan jinjit sambil membawa bola				
		Melompat	4. Anak mampu melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian				
			5. Anak mampu melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian				

		Meloncat	6. Anak mampu me				

LAMPIRAN III
LEMBAR OBSERVASI

Pedoman Penilaian
Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun
Di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan
(Pre-test)

Nama : AEF
Umur : ~~Laki-laki~~ 4 Tahun
Jenis Kelamin : Laki-Laki

Berikan tanda ceklis (√) pada kolom yang disediakan dengan kriteria:

TT : Tidak Terampil T : Terampil
KT : Kurang Terampil ST : Sangat

No	Item Indikator	Penilaian			
		SM	M	KM	TM
		4	3	2	1
1	Anak mampu berjalan melewati papan titian membawa bola warna-warni			√	
2	Anak mampu berjalan zig-zag sambil membawa bola warna-warni			√	
3	Anak mampu berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni melalui papan titian			√	
4	Anak mampu melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni				√
5	Anak mampu melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni				√
6	Anak mampu meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni				√
7	Anak mampu meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni				√
8	Anak mampu berlari dengan seimbang melalui papan titian				√
9	Anak mampu berlari melalui rintangan zig-zag				√

Pedoman Penilaian
Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun
Di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan
***(Treatmen* 1)**

Nama : AEF
Umur : 4 Tahun
Jenis Kelamin : Laki - Laki

Berikan tanda ceklis (√) pada kolom yang disediakan dengan kriteria:

TT : Tidak Terampil T : Terampil
KT : Kurang Terampil ST : Sangat

No	Item Indikator	Penilaian			
		SM	M	KM	TM
		4	3	2	1
1	Anak mampu berjalan melewati papan titian membawa bola warna-warni		√		
2	Anak mampu berjalan zig-zag sambil membawa bola warna-warni		√		
3	Anak mampu berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni melalui papan titian		√		
4	Anak mampu melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni		√		
5	Anak mampu melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni				√
6	Anak mampu meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni				√
7	Anak mampu meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni				√
8	Anak mampu berlari dengan seimbang melalui papan titian				√
9	Anak mampu berlari melalui rintangan zig-zag				√

Pedoman Penilaian
Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun
Di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan
(Treatment 2)

Nama : AEF
Umur : 4 Tahun
Jenis Kelamin : Laki -Laki

Berikan tanda ceklis (√) pada kolom yang disediakan dengan kriteria:

TT : Tidak Terampil T : Terampil
KT : Kurang Terampil ST : Sangat

No	Item Indikator	Penilaian			
		SM	M	KM	TM
		4	3	2	1
1	Anak mampu berjalan melewati papan titian membawa bola warna-warni		√		
2	Anak mampu berjalan zig-zag sambil membawa bola warna-warni		√		
3	Anak mampu berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni melalui papan titian		√		
4	Anak mampu melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni			√	
5	Anak mampu melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni			√	
6	Anak mampu meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni			√	
7	Anak mampu meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni			√	
8	Anak mampu berlari dengan seimbang melalui papan titian		√		
9	Anak mampu berlari melalui rintangan zig-zag			√	

Pedoman Penilaian
Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun
Di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan
(Treatment 3)

Nama : AEF
Umur : 4 Tahun
Jenis Kelamin : Laki - Laki

Berikan tanda ceklis (√) pada kolom yang disediakan dengan kriteria:

TT : Tidak Terampil T : Terampil
KT : Kurang Terampil ST : Sangat

No	Item Indikator	Penilaian			
		SM	M	KM	TM
		4	3	2	1
1	Anak mampu berjalan melewati papan titian membawa bola warna-warni	✓			
2	Anak mampu berjalan zig-zag sambil membawa bola warna-warni	✓			
3	Anak mampu berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni melalui papan titian		✓		
4	Anak mampu melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni		✓		
5	Anak mampu melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni			✓	
6	Anak mampu meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni			✓	
7	Anak mampu meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni			✓	
8	Anak mampu berlari dengan seimbang melalui papan titian			✓	
9	Anak mampu berlari melalui rintangan zig-zag			✓	

Pedoman Penilaian
Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun
Di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan
(Treatment 4)

Nama :AEF
Umur : 4 Tahun
Jenis Kelamin : Laki - Laki

Berikan tanda ceklis (√) pada kolom yang disediakan dengan kriteria:

TT : Tidak Terampil T : Terampil
KT : Kurang Terampil ST : Sangat

No	Item Indikator	Penilaian			
		SM	M	KM	TM
		4	3	2	1
1	Anak mampu berjalan melewati papan titian membawa bola warna-warni	√			
2	Anak mampu berjalan zig-zag sambil membawa bola warna-warni	√			
3	Anak mampu berjalan jinjit sambil membawa bola warna-warni melalui papan titian	√			
4	Anak mampu melompat 5 kali dengan dua kaki melalui papan titian sambil membawa bendera warna-warni		√		
5	Anak mampu melompat 5 kali dengan satu kaki melalui papan titian dengan membawa bendera warna-warni		√		
6	Anak mampu meloncat kedepan dengan dua kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni		√		
7	Anak mampu meloncat kedepan dengan satu kaki di atas papan titian dengan membawa bendera warna-warni			√	
8	Anak mampu berlari dengan seimbang melalui papan titian			√	
9	Anak mampu berlari melalui rintangan zig-zag			√	

LAMPIRAN V
SURAT MOHON IZIN PENELITIAN

KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI BATUSANGKAR
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT
Jl. Sudirman No.13 Kubu Gadang Limo Kaum Batusangkar 27213, Telp (0752) 71150, Ext 135, Fax (0752) 71879
Website: www.iainbatusangkar.ac.id e-mail: lppm@iainbatusangkar.ac.id

12 Juli 2019

Nomor : B- 650 /In.27/L I/TL.00/ 07 /2019
Sifat : Biasa
Lampiran : 1 Rangkap
Perihal : ***Mohon Izin Penelitian***

Yth. Kepala PAUD Cinta Sehat
Parambahan

Assalamu'alaikum Wr. Wb.
Dengan hormat,

Bersama ini disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa mahasiswa yang tersebut di bawah ini:

Nama/NIM	:	EGA BELINA / 14109021
Tempat/Tanggal Lahir	:	Batusangkar, 10 Desember 1994
NIK	:	KTP. 13045012940004
Fakultas	:	Tarbiyah dan Ilmu Keguruan
Jurusan	:	Pendidikan Islam Anak Usia Dini
Alamat	:	Jorong Tigo Niniak Nagari Parambahan Kecamatan Lima Kaum Kabupaten Tanah Datar

akan melakukan pengumpulan data untuk proses penulisan laporan hasil penelitiannya sebagai berikut:

Judul Penelitian	:	***Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan***
Lokasi	:	PAUD Cinta Sehat
Waktu	:	13 Juli 2019 s.d 13 September 2019
Dosen Pembimbing	1 :	Dr. Wahidah Fitriani, S.Psi., M.A.
	2 :	Elis Komalasari, M.Pd.

untuk itu, diharapkan kiranya Bapak/Ibu berkenan memberi izin dalam rangka pelaksanaan penelitian mahasiswa yang bersangkutan.

Demikian disampaikan, atas bantuan dan Kerjasamanya diucapkan terimakasih.

Ketua,

Yusrizal Efendi, S.Ag., M.Ag.

Tembusan:
1. Rektor IAIN Batusangkar (Sebagai Laporan).
2. Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Batusangkar (Sebagai Laporan).

PAUD CINTA SEHAT NAGARI PARAMBAHAN

Jorong Kubu Manganiang

SURAT KETERANGAN
No: 61 / PAUD/ IDM/ 2019

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah Paud Cinta Sehat Nagari Parambahan Kecamatan Lima Kaum Kabupaten Tanah Datar dengan ini menerangkan bahwa:

Nama	:	Ega Belina
NIM	:	14 109 021
Jurusan	:	Pendidikan Islam Anak Usia Dini (PIAUD)
Fakultas	:	Tarbiyah dan Ilmu Keguruan

Yang tersebut namanya di atas telah selesai melaksanakan penelitian dengan judul "*Peningkatan Keterampilan Gerak Lokomotor Anak Usia 4-5 Tahun Melalui Kegiatan Lari Estafet di PAUD Cinta Sehat Nagari Parambahan*".

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sesungguhnya, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Batusangkar, 24 Juli 2019

Kepala Sekolah

KELOMPOK BERMAIN "KB" CINTA SEHAT KEC LIMA KAUM NAGARI PARAMBAHAN

Yola Yovriana







