

**PENGARUH PERMAINAN SIRKUIT TRADISIONAL
TERHADAP KETANGKASAN DAN KEPERCAYAAN
DIRI ANAK USIA 5-6 TAHUN
DI TK MARDI UTAMI**

TESIS

Oleh

**ELFI ASMITA BANNA
NPM. 181804104**



**PASCASARJANA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2022**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

Document Accepted 2/1/23

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Access From (repository.uma.ac.id)2/1/23

**PENGARUH PERMAINAN SIRKUIT TRADISIONAL
TERHADAP KETANGKASAN DAN KEPERCAYAAN
DIRI ANAK USIA 5-6 TAHUN
DI TK MARDI UTAMI**

TESIS

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Psikologi
pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area

Oleh

**ELFI ASMITA BANNA
NPM. 181804104**

**PASCASARJANA PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MEDAN AREA
MEDAN
2022**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 2/1/23

Access From (repository.uma.ac.id)2/1/23

**UNIVERSITAS MEDAN AREA
PROGRAM PASCASARJANA
MAGISTER PSIKOLOGI**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Pengaruh Permainan Sirkuit Tradisional Terhadap Ketangkasan dan Kepercayaan Diri Anak Usia 5-6 tahun di TK Mardi Utami

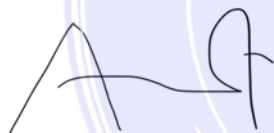
Nama : ELFI ASMITA BANNA

NPM : 181804104

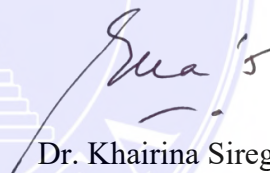
Menyetujui:

Pembimbing I

Pembimbing II



Dr. Siti Aisyah, M.Psi.Psikolog



Dr. Khairina Siregar, M.Psi

Ketua Program Studi Magister Psikologi

Dipilih



Dr. Rahmi Lubis, M.Psi.Psikolog



Prof. Dr. Ir. Ketna Astuti K.; MS

di Uji Pada Tanggal 16 September 2022

Nama : **ELFI ASMITA BANNA**

NPM : **181804104**

Panitia Penguji Tesis:

Ketua : **Dr. Suryani Hardjo, MA, Psikolog**

Sekretaris : **Yudistira Fauzy Indrawan, MA, Ph.D**

Pembimbing I : **Dr. Risyidah Fadillah, M.Psi. Psikolog**

Pembimbing II : **Dr. Khairina Siregar, M.Psi**


Penguji Tamu : **Dr. Amanah Surbakti, M.Psi. Psikolog**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Medan, 16 September 2022




ELFI ASMITA BANNA
NPM. 181804104

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Elfi Asmita Banna
NPM : 181804104
Program Studi : Magister Psikologi
Fakultas : Pascasarjana
Jenis karya : Tesis

demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

**PENGARUH PERMAINAN SIRKUIT TRADISIONAL
TERHADAP KETANGKASAN DAN KEPERCAYAAN DIRI
ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK MARDI UTAMI**

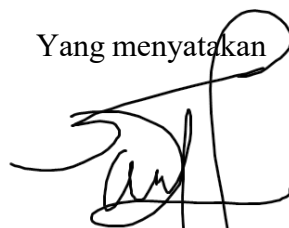
beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Medan

Pada tanggal : 16 September 2022

Yang menyatakan



Elfi Asmita Banna

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan tesis ini tepat pada waktunya. Tesis ini berjudul “Pengaruh Permainan Sirkuit Tradisional Terhadap Ketangkasan Dan Kepercayaan Diri Anak Usia 5-6 Tahun di TK Mardi Utami”. Tesis ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Magister Psikologi pada Program Pascasarjana Universitas Medan Area.

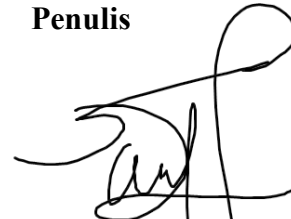
Dalam penyusunan Tesis ini penulis telah banyak mendapatkan dukungan bantuan moril dan membimbing (penulisan) dari berbagai pihak. Untuk itu penghargaan dan ucapan terima kasih disampaikan kepada:

1. Rektor Universitas Medan Area, Prof. Dr. Dadan Ramdan., M. Eng., M.Sc.
2. Direktur Pascasarjana Universitas Medan Area, Prof. Dr. Ir. Hj. Retno Astuti Kuswardani., MS. Ketua Program Studi Magister Psikologi, Dr. Rahmi Lubis, M.Psi. Psikolog
3. Ibu Dr. Risydah Fadillah, M.Psi, Psikolog dan Dr.Khairina Siregar, M.Psi. sebagai Pembimbing I dan Pembimbing II yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan dan arahan kepada penulis selama penulisan tesis ini.
4. Orang tua dan keluarga tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan dan motivasi yang tidak terhingga hingga akhir.
5. Suami dan ananda tercinta yang tidak henti-henti berdo'a, memberikan dukungan dan motivasi hingga studi ini selesai.

6. Bapak dan Ibu dosen pengampu mata kuliah pada Prodi Magister Psikologi yang telah memberi ilmu dan arahan sehingga sangat bermanfaat dan membantu penulis dalam penyusunan tesis ini.
7. Seluruh Responden TK Mardi Utami Labuhan Deli, Kabupaten Deli Serdang. Semua rekan sejawat Mahasiswa Prodi Magister Psikologi yang banyak memberikan dorongan, semangat, saran dan bantuan kepada penulis.
8. Teman-teman seperjuangan ibu Sri Fatmaningsih, Edna Ulina Barus, Sri Ningsih. T, Naimah yang selalu memberi semangat dari awal hingga studi ini selesai.

Penulis menyadari bahwa Tesis ini masih banyak kekurangan, oleh karena penulis mengharapkan saran dan kritik dari pembaca yang bersifat membangun demi kesempurnaan tesis ini. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih dan semoga tesis ini bermanfaat bagi para pembaca terutama dalam dunia pendidikan pada umumnya dan khususnya dalam bidang Program Studi Psikologi dan apabila dalam penulisan ini terdapat kata-kata yang kurang berkenan maka penulis mohon maaf yang sebesar-besarnya, semoga kebaikan yang diberikan mendapat imbalan dari Allah SWT, Amin.

Medan, Juli 2022
Penulis



ELFI ASMITA BANNA
NPM. 181804104

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rasa syukur ku yang tiada tara ku ucapkan kepada Allah SWT, yg telah memberikan diri ku kesehatan, rezeki, serta nikmat yang tak terhingga sehingga terselesaikan nya S2 Ku yg tak pernah ku mimpikan.

Terimakasih ku ucapkan kepada almarhum kedua orang tua ku yg telah membesarkan dan mendidik diriku. Terimakasih ku, buat suami ku tercinta yang telah memberikan dukungan serta waktu nya sehingga bisa terselesaikan S2 ku ini.

Terimakasih ku, buat ketiga buah hati ku, Muhammad Ghalib Humam, Muhammad Aznan Yazim, Muhammad Shadiq Al fawwaz, S2 bunda ini bunda persembahkan agar kalian lebih bersemangat belajarnya dan termotivasi untuk sekolah setinggi-tingginya.

Dan tak lupa ku ucapkan terima kasihku pada teman - teman seperjuangan ku Sri Fatma Ningsih, S.Pd.I, M.Psi, Edna Ulina br Barus, S.Pd.AUD, M.Psi, Sri Ningsih, S.Pd, M.Psi, Na'imah, S.Pd, M.Psi Yang telah banyak mensupport diriku. Semoga persahabatan kita terus terjalin selamanya Sampai kita tua.

Salam Cinta Ku
Elfi Asmita Banna, S.Ag, M.Psi

ABSTRAK

ELFI ASMITA BANNA. 181804104. Pengaruh Permainan Sirkuit Tradisional Terhadap Ketangkasan dan Kepercayaan Diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami. Magister Psikologi. Universitas Medan Area. 2022

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri anak usia 5 - 6 tahun di TK Mardi Utami. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan quasi eksperimen dan menggunakan model *design time series*, yaitu untuk pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri anak. Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan, diperoleh hasil penelitian sebagai berikut a) ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dengan nilai *pre-test* sebesar 20,48 dan nilai *pos test* sebesar 49,41 b) ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri anak dengan nilai *pre-test* sebesar 25,2 dan nilai *post-test* sebesar 47,93, c) ada pengaruh pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri anak. Data penelitian menunjukkan bahwa hasil pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri anak di TK Mardi Utami. Terdapat pengaruh yang signifikan pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri anak usia 5-6 tahun di TK Mardi Utami, dimana nilai yang dihasilkan dari hipotesis menunjukkan taraf signifikansi Sig(2-tailed) <0.05 yaitu sebesar 0.005 yang artinya ada pengaruh pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri anak usia 5 tahun di TK Mardi Utami.

Kata Kunci:Sirkuit tradisional, ketangkasan, kepercayaan diri

ABSTRACT

ELFI ASMITA BANNA. 181804104. The Effect of Traditional Circuit Games on the Agility and Confidence of Children 5 - 6 Years Old at Mardi Utami Kindergarten. Master in Psychology. Medan Area University. 2022

This study aims to determine the effect of traditional circuit games on the dexterity and confidence of children aged 5-6 years in Mardi Utami Kindergarten. This research is a quantitative study with a quasi-experimental design and uses a time series design model, namely for the effect of traditional circuit games on children's dexterity and confidence. Based on the results of the analysis carried out, the results obtained where as follows: a) there was an effect of traditional circuit games on dexterity with a pre test value of 20,48 and a post test value of 49,41 b) there was an effect of traditional circuit games on children's confidence with a pre test value of 25,5 and the post-test score of 47,49, c) there was an effect of traditional circuit games on children's dexterity and confidence. The research data shows that the results of the traditional circuit game influence the dexterity and confidence of children in Mardi Utami Kindergarten. There was a significant effect of traditional circuit games on the dexterity and confidence of children aged 5-6 years at Mardi Utami Kindergarten, where the value generated from the hypothesis shows a significance level of Sig(2-tailed) <0.05, which was equal to 0.005 which means there is an influence the effect of traditional circuit games on the dexterity and self-confidence of 5-year-old children in Mardi Utami Kindergarten.

Keywords: Traditional circuit, agility, confidence

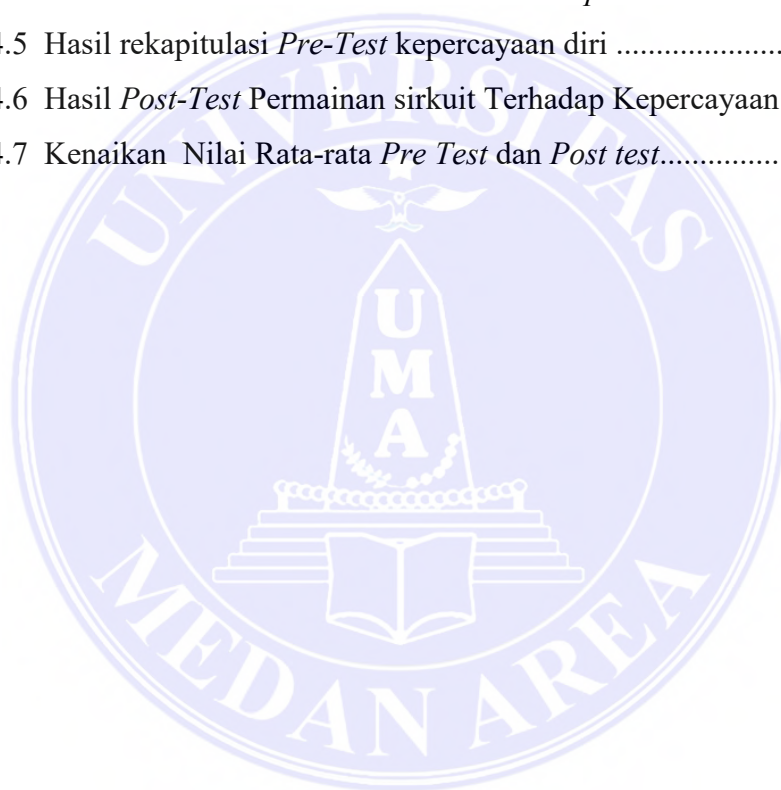
DAFTAR ISI

Kata Pengantar	i
Daftar Isi.....	ii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Identifikasi Masalah	9
1.3. Batasan Masalah.....	9
1.4. Rumusan Masalah.....	10
1.5. Tujuan Penelitian.....	10
1.6. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II. KAJIAN TEORI.....	13
2.1. Kerangka Teori.....	13
2.1.1. Ketangkasan	13
A. Pengertian Ketangkasan.....	13
B. Komponen Ketangkasan.....	16
C. Faktor yang Mempengaruhi Ketangkasan.....	18
D. Aspek-aspek Ketangkasan.....	20
2.1.2. Kepercayaan Diri Anak Usia Dini.....	24
1. Pengertian Kepercayaan Diri	24
2. Ciri – Ciri Kepercayaan Diri.....	28
3. Aspek-aspek Kepercayaan Diri.....	32
4. Manfaat Percaya Diri.....	35
5. Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	37
2.1.3. Permainan Sirkuit Tradisional.....	38
A. Pengertian Permainan Tradisional.....	38
B. Pengertian Permainan Sirkuit Tradisional.....	40
C. Macam-macam Permainan Sirkuit.....	43
1.. Permainan Lompat Tali.....	43
2.. Permainan Engklek.....	45
3.. Permainan Pecah Piring.....	49
4.. Permainan Lari Goni.....	51
2.1.4 Modul Permainan Sirkuit Tradisional.....	53
2.2 Penelitian Relevan.....	53
2.3. Rancangan Penelitian	55
2.4. Hipotesis.....	56
BAB III. METODE PENELITIAN.....	57
3.1. Jenis Penelitian.....	57

3.2. Tempat dan waktu penelitian.....	62
3.3. Identitas Variabel.....	62
3.4. Definisi Operasional.....	62
3.5. Subjek Penelitian.....	63
3.6. Metode Analisis Data.....	65
3.7. Prosedur Penelitian.....	67
3.8 Teknik Analisis Data.....	68
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	70
4.1. Orientasi kanchah penelitian.....	70
4.1.1. Sejarah TK Mardi Utami.....	70
4.1.2. Dasar Penyusunan KTSP PAUD.....	71
4.1.3. Visi dan Misi TK Mardi Utami.....	71
4.1.4. Struktur Kepengurusan.....	73
4.2. Persiapan Penelitian	74
4.2.1. Proses Perizinan.....	74
4.2.2. Proses Instrumen Penilaian Observasi.....	75
4.2.3. Pelaksanaan Penelitian.....	75
4.2.4. Hasil Kegiatan Penelitian.....	80
4.3. Analisis Penelitian.....	83
4.3.1. Uji Hipotesis 1 Pengaruh Permainan Sirkuit Tradisional (X) terhadap Kemampuan Ketangkasan Anak (Y1).....	84
4.3.2. Uji Hipotesis 2 Pengaruh Permainan Sirkuit Tradisional (X) terhadap Kemampuan Ketangkasan Anak (Y2).....	89
4.3.3. Pengaruh Permainan Sirkuit Tradisional terhadap Ketangkasan dan Kepercayaan Diri	94
4.4. Pembahasan.....	98
4.4.1. Pengaruh Permainan Sirkuit Tradisional Terhadap Ketangkasan Anak	98
4.4.2. Pengaruh Permainan Sirkuit Tradisional terhadap Kepercayaan Diri Anak	102
4.4.3. Pengaruh Permainan Sirkuit Tradisional terhadap Ketangkasan dan Kepercayaan Diri Anak	104
BAB V. SIMPULAN DAN SARAN.....	107
5.1. Simpulan.....	107
5.2. Saran	108
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Instrument Ketangkasan.....	65
Tabel 3.2 Kisi-kisi Instrumen Kepercayaan Diri	66
Tabel 4.1 Jadwal Pelaksanaan kegiatan.....	77
Tabel 4.2 Hasil <i>Pre-Test</i> Permainan Sirkuit Terhadap ketangkasan	84
Tabel 4.3 Hasil <i>Post-Test</i> permainan Sirkuit Terhadap Ketangkasan.....	85
Tabel 4.4 Kenaikan nilai rata-rata hasil <i>Pre-test</i> dan <i>post test</i>	87
Tabel 4.5 Hasil rekapitulasi <i>Pre-Test</i> kepercayaan diri	89
Tabel 4.6 Hasil <i>Post-Test</i> Permainan sirkuit Terhadap Kepercayaan Diri....	90
Tabel 4.7 Kenaikan Nilai Rata-rata <i>Pre Test</i> dan <i>Post test</i>	92



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Rancangan penelitian.....	56
Gambar 3.1 Kerangka Perlakuan.....	67
Gambar 4.1 Grafik Nilai Rata-Rata <i>Pre-Test</i> dan <i>Post Test</i> permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan.....	86
Gambar 4.2 Grafik Kenaikan Nilai Rata-Rata permainan sirkuit Tradisional Terhadap Ketangkasan.....	87
Gambar 4.3 Grafik Kenaikan Nilai Rata-Rata permainan sirkuit Tradisional Terhadap ketangkasan anak	88
Gambar 4.4 Grafik Kenaikan Nilai <i>Pre-Test</i> dan <i>Post Test</i> Permaian Sirkuit Tradisional Terhadap Kepercayaan diri anak.....	91
Gambar 4.5 Grafik Kenaikan Nilai Rata-rata Permainan Sirkuit Tradisional Terhadap Kepercayaan Diri anak.....	92
Gambar 4.6 Kenaikan Nilai Rata-Rata Permaian Sirkuit Tradisional terhadap Kepercayaan Diri.....	93

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Penilaian.....	117
Lampiran 2. Modul Aktifitas Permainan.....	124
Lampiran 3. Rekapitulasi Instrumen Penilaian.....	129
Lampiran 4. <i>Hasil Uji Wilcoxon Sigmund Rank</i>	132
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian.....	135



BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan pendidikan yang paling fundamental karena perkembangan anak di masa selanjutnya akan sangat ditentukan oleh berbagai stimulasi bermakna sejak dini. Awal kehidupan anak merupakan masa yang paling tepat dalam memberikan dorongan atau upaya pengembangan agar anak dapat berkembang secara optimal (Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 146 Tahun 2014). Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memiliki kesamaan dengan bermain sambil belajar. Pendidikan anak usia dini merupakan pendidikan yang diselenggarakan untuk mengembangkan pribadi, pengetahuan, keterampilan yang merupakan pendidikan dasar serta mengembangkan diri secara utuh sesuai dengan asas pendidikan sedini mungkin dan sepanjang hayat. Aspek yang dikembangkan dalam pendidikan anak usia dini adalah aspek pengembangan pembiasaan meliputi sosial, emosi, kemandirian, moral, dan nilai-nilai agama, serta pengembangan kemampuan dasar yang meliputi pengembangan bahasa, kognitif, dan fisik motorik.

Anak usia dini merupakan generasi penerus bangsa dimasa yang akan datang. Anak dilahirkan dengan potensi dan kecerdasan masing-masing. Untuk mengoptimalkan potensi anak, orang dewasa dan lingkungan di sekitar anak harus memberikan stimulus yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan dan tahap perkembangan anak. Anak harus diberikan kesempatan untuk berkreasi dan

berimajinasi, agar anak dapat tumbuh dan berkembang dengan optimal. Stimulus dan dukungan yang diberikan orang tua maupun guru mampu mengembangkan semua aspek perkembangan anak. Anak usia dini perlu diberikan rangsangan yang mempengaruhi keseluruhan aspek kepribadiannya, Aspek perkembangan anak meliputi aspek perkembangan kognitif, bahasa, psikomotorik, emosional, sosial supaya anak dapat berkembang dengan optimal.

Aspek kemampuan dasar individu yang harus dikembangkan salah satunya adalah bahasa. Bahasa merupakan alat komunikasi yang dipakai untuk membentuk pikiran dan perasaan, keinginan dan/atau perbuatan-perbuatan, serta alat yang dipakai untuk mempengaruhi dan di pengaruhi (Samsuri, 1994). Sebagai alat bahasa digunakan manusia untuk berinteraksi, berkomunikasi antar individu satu dengan individu lain. Dalam berkomunikasi bahasa digunakan seseorang untuk mempengaruhi mitra tutur melakukan sesuatu. Dari pembicaraan seseorang kita dapat menangkap tidak hanya tujuannya berkomunikasi namun juga motif keinginannya, latar belakang pendidikannya, pergaulannya, adat istiadat dan lain sebagainya.

Selain pengembangan kemampuan berbicara dan berbahasa, aspek lain yang menjadi fokus pengembangan individu dari masa kanak-kanak adalah pengembangan kemampuan gerak anaka dalam melakukan suatu aktifitas fisik. Anak usia dini sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan, terutama pertumbuhan jasmani yang sangat pesat. Kegiatan fisik dan pelepasan energi dalam jumlah besar merupakan karakteristik aktivitas anak pada masa ini.

Oleh sebab itu anak memerlukan penyaluran aktifitas fisik, baik kegiatan fisik yang berkaitan dengan gerakan motorik kasar maupun gerakan motorik halus. Perkembangan motorik anak usia dini sama pentingnya dengan aspek perkembangan yang lain. Apabila anak tidak mampu melakukan gerakan fisik dengan baik akan menumbuhkan rasa tidak percaya diri dan konsep diri negatif dalam melakukan gerakan fisik. Perkembangan motorik merupakan suatu aktivitas yang tak kunjung habis dan sekaligus sebagai ciri masa pertumbuhan dan perkembangan anak secara normal dan faktor yang sangat penting dalam perkembangan individu secara keseluruhan. Gerak bagi anak usia dini juga merupakan bagian yang sangat penting dalam pertumbuhan yang bebas dari intervensi. Perkembangan Motorik terbagi menjadi dua yaitu motorik kasar dan motorik halus. Adapun kegiatan yang dapat membantu mengembangkan motorik kasar anak 5-6 tahun adalah melalui pemberian latihan kegiatan melempar, menangkap bola dan berdiri dengan satu kaki tanpa berpegangan karena pada usia tersebut mekanisme otot dan syaraf yang mengendalikan motorik anak sedang mengalami perkembangan.

Berdasarkan aspek-aspek tersebut yang telah dibahas di atas, aspek sosial juga tidak kalah penting dibutuhkan anak dalam berhubungan dengan orang lain. Agar anak mampu berhubungan dengan orang lain, anak perlu memiliki rasa percaya diri yang baik dan tinggi. Yoder dan Proctor (2013) menjelaskan anak yang memiliki rasa percaya diri yang baik dan tinggi adalah anak yang tidak mudah terpengaruh dengan orang lain, mudah bergaul, berfikir positif, penuh

tanggung jawab, energik dan tidak mudah putus asa dan dapat bekerja sama dengan siapapun.

Menumbuh kembangkan kepercayaan diri haruslah dimulai sejak masa-masa awal kehidupan seorang anak sejak lahir. Pada masa inilah kemampuan anak untuk percaya diri harus dikembangkan, karena kepercayaan diri terus-menerus tumbuh dan berkembang sejak masa bayi, masa kanak-kanak sampai masa dewasa. Erikson (dalam Apriyanti 2013) menjelaskan pada masa ini anak masuk tahap psikososial pertama yang dialami dalam kehidupannya, dan kepercayaan diri yang dimiliki melibatkan rasa nyaman secara fisik dan tidak ada rasa takut atau kecemasan akan masa depan. Anak sangat perlu memiliki kepercayaan diri karena dengan percaya diri anak tidak akan selalu bergantung kepada orang lain. Anak yang mempunyai kepercayaan diri akan bertindak dan berbuat dengan tanggung jawab.

Kepercayaan diri merupakan salah satu modal utama untuk dapat menjalani kehidupan ini dengan penuh optimisme. Kepercayaan diri juga merupakan salah satu faktor utama yang dapat mempengaruhi kesuksesan hidup seseorang, karena kepercayaan diri yang mantap akan menimbulkan motivasi dan semangat yang tinggi pada jiwa seseorang.

Anak yang tidak memiliki rasa percaya diri tentu akan menghambat berbagai aspek perkembangan diantaranya perkembangan prestasi intelektual, keterampilan maupun kemandirian anak. Anak menjadi tidak cakap dalam segala hal. Anak juga tidak mampu mengaktualisasikan kemampuan dirinya. Untuk itu, hendaknya setiap orang tua dapat menanamkan rasa percaya diri yang mantap

kepada anak-anaknya sejak dini. Tanpa adanya rasa percaya diri yang tertanam dengan kuat di dalam jiwa si anak, maka pesimisme dan rasa rendah rendah diri akan dapat menguasainya dengan mudah. Tanpa dibekali rasa percaya diri yang mantap sejak dini, maka anak akan tumbuh menjadi pribadi yang lemah.

Modal dasar dalam menanamkan rasa percaya diri pada anak diantaranya dengan pemberian kesempatan, motivasi, dan apresiasi. Pemberian kesempatan dan motivasi bagi anak untuk berkembang aktif sesuai dengan tingkat perkembangan dan karakteristiknya membuat anak memahami dan menghargai dirinya sendiri. Guru dan orang tua perlu melakukan kolaborasi dalam memberikan dukungan secara penuh atas hasil maupun keputusan anak. Memberikan dukungan penuh dan bebas bukan berarti menyetujui semua perilaku dan keputusan yang diambil anak termasuk hal-hal yang buruk dan menyimpang. Selain memberikan dukungan, menghormati dan mengakui perasaan anak juga termasuk dalam memelihara dan meningkatkan rasa percaya diri. Memberi kesempatan pada anak untuk mengekspresikan apa yang dirasakannya membuat anak merasa dihargai dan memiliki nilai yang sama dengan orang dewasa. Menyikapi tingkah laku anak yang tidak selamanya berjalan lancar tidak perlu langsung menilai dan memberikan label yang negatif atau bahkan sampai menggunakan kekerasan. Hal ini dapat menyebabkan anak merasa tertekan dan tidak mampu mengembangkan rasa percaya dirinya. Kehilangan rasa percaya diri pada anak dapat menyebabkan pula kehilangan rasa percaya pada orang lain dan berperilaku menyimpang seperti melawan, memberontak, bersikap kasar, menangis, dan sebagainya.

Penjabaran di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri anak perlu diperhatikan perkembangannya dengan memberikan banyak stimulus dengan memberikan banyak aktifitas yang dapat memberikan penghargaan bagi setiap aktifitas anak. Aktifitas itu salah satunya adalah pada jenjang pendidikan TK yang dapat menyusun program metode ajar dengan unsur pendidikan meningkatkan kepercayaan diri. Selama ini aktifitas siswa didominasi pada pembelajaran sebagai peningkatan kompetensi teoritis sehingga pengembangan karakter dan kemampuan fisik jarang diperhatikan. Padahal sebenarnya pengembangan kompetensi siswa PAUD hingga TK seharusnya lebih memperhatikan pertumbuhan fisik hingga didampingi pada perkembangan psikis atau kognitifnya. Sehingga ini mampu berkontribusi pada ketahanan diri, semangat belajar hingga motivasi belajarnya.

Berdasarkan itu, hasil obeservasi awal yang dilakukan peneliti di TK Mardi Utami ketangkasan dan kepercayaan diri anak masih rendah, Tingginya rasa bosan siswa dalam belajar, Sikap pemalu lebih mendominasi dalam aktifitas belajar, Semangat fisik untuk bergerak dan beraktifitas cenderung lemah, kurang berani tampil di depan siswa lainnya.

Anak-anak perlu melakukan kegiatan fisik untuk lebih mengenal dan memahami lingkungannya. Anak-anak juga membutuhkan kegiatan fisik bagi pengembangan koordinasi, stamina, kelincahan, kecepatan, ketangkasan dan konsentrasi (Del Rio, 1990; Ojeda, 2005; Pangrazi & Dauer, 2007). Salah satu kegiatan fisik yang mungkin dilakukan dalam ranah pendidikan setingkat PAUD dan TK adalah dengan bermain sambil belajar. Untuk bermain merupakan

tuntutan dan kebutuhan esensial yang tidak bisa sama sekali digantikan oleh kegiatan atau aktivitas yang lain.

Bermain harus dilakukan atas inisiatif anak dan atas keputusan anak itu sendiri. Bermain harus dilakukan dengan rasa senang sehingga semua kegiatan bermain yang menyenangkan akan menghasilkan proses belajar pada anak (Mutiah, 2010). Aktivitas bermain dan belajar memberikan jalan majemuk pada anak untuk melatih dan belajar berbagai macam keahlian dan konsep yang berbeda. Anak merasa mampu dan sukses jika anak aktif dan mampu melakukan suatu kegiatan yang menantang dan kompleks yang belum pernah ia dapatkan sebelumnya. Oleh karena itu, pendidik seharusnya memberikan materi yang sesuai, lingkungan belajar yang kondusif, tantangan dan memberikan masukan pada anak untuk menuntun anak dalam menerapkan teori dan melakukan teori tersebut dalam kegiatan praktek.

Hurlock (1976) menjelaskan bermain sebagai kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkan tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Hal ini menunjukkan bahwa menang-kalah dalam suatu permainan bukan menjadi tujuan utama dalam bermain. Bermain juga merupakan melakukan hal yang diinginkan yang melibatkan perasaan senang maupun tegang namun dilakukan hanya pada waktu dan tempat tertentu sambil menyadari bahwa tindakan tersebut berbeda dengan kehidupan biasa (Dwijawiyata, 2013). Bermain memfasilitasi perkembangan fisik dan sensor-motorik anak saat ia berlari, melompat, berakting (Macnaughton, 2003). Bermain dilakukan secara sukarela dan tidak ada paksaan atau tekanan dari luar atau kewajiban. Dengan jalan bermain, anak melakukan

eksperimen-eksperimen tertentu dan bereksplorasi sambil mengujicobakan kesanggupannya.

Dalam penelitian ini yang ditawarkan kepada pengembangan kompetensi anak terkait ketangkasan dan kepercayaan diri adalah dengan strategi permainan tradisional. Permainan tradisional sangatlah populer sebelum teknologi masuk ke Indonesia. Dahulu, anak bermain dengan menggunakan alat yang seadanya. Namun kini mereka sudah bermain dengan permainan-permainan berbasis teknologi yang berasal dari luar negeri dan mulai meninggalkan permainan tradisional. Seiring dengan perubahan zaman, permainan tradisional perlahan-lahan mulai terlupakan oleh anak-anak Indonesia. Bahkan tidak sedikit dari mereka yang sama sekali belum mengenal permainan tradisional. Permainan tradisional sesungguhnya memiliki banyak manfaat bagi anak-anak. Selain tidak mengeluarkan banyak biaya dan bisa juga menyehatkan badan. Permainan tradisional adalah sebagai olahraga karena semua permainannya menggunakan gerak badan yang ekstra. Permainan tradisional sebenarnya sangat baik untuk melatih fisik dan mental anak. Secara tidak langsung, anak akan dirangsang kreativitas, ketangkasan, jiwa kepemimpinan, kecerdasan wawasannya melalui permainan tradisional.

Anak-anak sekarang hidup di zaman yang serba canggih. Banyak faktor yang membuat anak tidak sempat lagi menikmati berbagai permainan tradisional. Meskipun aksesnya tradisional tetapi justru bermacam-macam manfaat ada dalam permainan tradisional ini. Bergesernya minat anak-anak sekarang terhadap memilih permainan yang lebih modern dan elektronik dipicu juga oleh keadan

ekonomi dan faktor lingkungan tempat tinggal. Bermain *game online* di tablet, aneka game di mal, dan game berbasis elektronik lebih dipilih oleh anak sekarang ketimbang bermain lompat tali, congklak atau permainan sejenisnya tetapi di perkotaan pemandangan seperti itu sulit untuk ditemuui lagi. Dari penjabaran latar belakang di atas, maka saya melakukan penelitian dnegan judul “Pengaruh Permainan Sirkuit Tradisional Terhadap Ketangkasan dan Kepercayaan Diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, berkaitan dengan kajian penelitian dan fenomena di lapangan, dapat diidentifikasi masalah yang ada di lapangan yang diantaranya adalah:

1. Rendahnya rasa percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki anak.
2. Semangat belajar siswa yang rendah karena aktifitas yang monoton.
3. Tingginya rasa bosan siswa dalam belajar.
4. Sikap pemalu lebih mendominasi dalam aktifitas belajar.
5. Semangat fisik untuk bergerak dan beraktifitas cenderung lemah.
6. Sulit untuk berani tampil di depan siswa lainnya.

1.3. Batasan Masalah

Adapun batasan masalah dari penelitian ini dibatasi dengan meningkatkan Ketangkasan dan Kepercayaan Diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami dengan menggunakan permainan sirkuit tradisional.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diungkapkan diatas, maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami ?
2. Apakah ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami ?
3. Apakah ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami ?

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk melihat:

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.
2. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.
3. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.

1.6. Manfaat Penelitian

Diharapkan melalui penelitian ini diperoleh manfaat antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan menambah khasanah ilmu pengetahuan di bidang psikologi terkait konsentrasi pendidikan dan pengembangan kompetensi peserta didik khususnya kompetensi kognitif, afektif dan psikomotorik. Timbulnya ketidakpercayaan diri pada anak akan berdampak negatif terhadap tumbuh kembang anak. Anak merasa bahwa dirinya memiliki kekurangan dibandingkan dengan teman-temannya, sehingga anak tidak berani untuk mengemukakan pendapatnya, tidak berani tampil di depan kelas, takut untuk mengajukan pertanyaan, memperlihatkan yang ada pada dirinya dan berkomunikasi dengan lingkungannya. Seharusnya anak usia 5-6 tahun diharapkan sudah bisa mengerjakan tugasnya secara mandiri, berani mengemukakan pendapatnya, berani bertanya dan menjawab pertanyaan dan tidak lagi malu-malu tampil didepan kelas. Dengan dilakukannya permainan tradisional ini dalam pembelajaran, maka dapat mendongkrak semangat belajar siswa karena ada aktifitas fisik yang dikembangkan dalam permainan dalam pembelajaran ini. Disamping akan dikembangkannya ketangkasan siswa dalam mengikuti permainan, siswa akan terdorong keyakinannya untuk mampu mengikuti secara maksimal sehingga berkembanglah kepercayaan diri siswa tersebut.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dilakukan akan dapat memberikan gambaran mengenai berpengaruh atau tidaknya permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami. Tantangan selama melaksanakan pembelajaran di Taman kanak-kanak dikategorikan tidak mudah sehingga membutuhkan tanggung jawab cukup besar dalam memilih proses ajar

dan metode yang tepat dalam setiap proses pembelajarannya demi menyesuaikan pengembangan konten tertentu. Dengan dilaksanakan penelitian ini, akan memunculkan jawaban tentang berpengaruh tidaknya strategi permainan sirkuit tradisional dalam meningkatkan ketangkasan dan kepercayaan diri siswa. Selanjutnya secara terpusat manfaat penelitian ini adalah:

- a. Bagi sekolah taman kanak-kanak penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan bagi guru sebagai bahan kajian dalam pelaksanaan strategi pembelajaran yang tepat serta metode yang lebih mengedepankan kualitas strategi pembelajaran dengan media permainan untuk menarik minat siswa dalam pengembangan ketangkasan dan kepercayaan diri siswa.
- b. Bagi guru penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dan evaluasi dalam pemilihan metode ajar yang lebih kreatif untuk meningkatkan ketangkasan dan kepercayaan diri siswa.
- c. Bagi siswa penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dalam penerapan strategi pengembangan kualitas diri untuk mendapatkan kualitas pembelajaran.
- d. Bagi peneliti selanjutnya penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan peneliti dalam menuntut ilmu dan hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi peneliti dalam mengembangkan dan meningkatkan kualitas pendidikan dengan penerapan pembelajaran dengan pendekatan psikologi untuk meningkatkan kompetensi kognitif siswa melalui pembelajaran yang stategif dan inovatif.

BAB II

LANDASAN TEORI

2.1. Kerangka Teoretis

2.1.1. Ketangkasan

A. Pengertian Ketangkasan.

Gardner menjelaskan kecerdasan kinestetis yang melibatkan fisik/ tubuh anak baik motorik halus maupun motorik kasar. Mereka menyukai aktifitas yang bergerak (berlari, melompat dll) suka olah raga, bongkar pasang, keterampilan dan kerajinan tangan, pandai menirukan gerakan, atau perilaku orang lain. Kecerdasan kinestetik merupakan salah satu kecerdasan yang dimiliki oleh anak.

Untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik (kecerdasan gerak) anak usia dini berbagai aktifitas gerakan fisik harus dilakukan. Dalam kurikulum pendidikan anak usia dini untuk mengembangkan kecerdasan kinestetik terdapat dalam aspek perkembangan motorik kasar. Motorik kasar merujuk pada kemampuan untuk mengkoordinasikan bagian-bagian tubuh seseorang dengan otak supaya berfungsi secara sinkron untuk mencapai tujuan fisik.

Elizabeth B. Hurlock mengatakan Perkembangan motorik kasar berarti perkembangan mengendalikan gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot-otot yang terkoordinasi. Pengendalian tersebut berasal dari gerak refleks dan kegiatan masa yang ada pada waktu lahir. Selama 4 atau 5 tahun kehidupan pertama pasca lahir, anak dapat mengendalikan gerakan yang kasar. Gerakan tersebut melibatkan bagian badan yang luas yang digunakan dalam berjalan, berlari, melompat, berenang, dan sebagainya. Setelah umur 5 tahun,

terjadi perkembangan yang besar dalam koordinasi yang lebih baik yang melibatkan kelompok otot yang lebih kecil yang di gunakan untuk menggenggam, melempar, menangkap bola, menulis, dan menggunakan alat. Jadi dari pendapat ahli diatas dapat penulis simpulkan motorik kasar adalah suatu aktivitas fisik yang menimbulkan suatu gerak dan melibatkan otot-otot besar yang dapat meningkatkan perkembangan pengendalian gerak jasmaiah. Perkembangan motorik merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam perkembangan individu secara keseluruhan.

Papalia, Olds, Feldman menjelaskan kemampuan motorik kasar merupakan kemampuan-kemampuan fisik yang melibatkan otot besar seperti berlari dan melompat. Gerak motorik kasar adalah gerak anggota badan secara kasar atau keras. Pendapat lain mengatakan motorik kasar adalah gerakan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak.

Beberapa pengaruh perkembangan motorik terhadap konsentrasi perkembangan individu yang dipaparkan oleh Hurlock melalui kegiatan keterampilan motorik, anak dapat menghibur dirinya dan memperoleh perasaan senang. Seperti anak memiliki rasa senang dengan memiliki keterampilan memainkan boneka, melempar dan menangkap bola atau memainkan alat-alat permainan. Salah satu yang harus dimiliki anak dalam melakukan aktifitas motorik kasar adalah ketangkasan.

Ketangkasan adalah kemampuan untuk mengubah posisi dan arah dengan cepat, dengan tepat dan tanpa kehilangan keseimbangan. Ketangkasan tergantung pada kekuatan, kecepatan, keseimbangan, dan koordinasi (Sharkey, 2003). Gerak

adalah rangsangan utama bagi pertumbuhan dan perkembangan anak (Husdarta, 2009).

Ketangkasan mengandung makna kesanggupan dan kemampuan tubuh melakukan penyesuaian terhadap pembebanan fisik yang diberikan tanpa menimbulkan kelelahan yang berlebihan. Ada beberapa komponen kesegaran jasmani baik yang terkait dengan kesehatan maupun yang terkait dengan keterampilan (Welis, 2013).

Secara harfiah arti Ketangkasan ialah kecocokan fisik atau kesesuaian jasmani. Ini berarti ada sesuatu yang harus cocok dengan fisik atau jasmani itu. Dengan demikian secara garis besar dapat dikatakan bahwa Ketangkasan ialah kecocokan keadaan fisik terhadap tugas yang harus dilaksanakan oleh fisik itu. Ketangkasan bersifat relatif baik secara anatomis maupun fisiologis, artinya fit (semangat) atau tidaknya seseorang selalu dalam hubungan dengan tugas fisik yang dilaksanakan.

Ketangkasan adalah keadaan kemampuan jasmani yang dapat menyesuaikan fungsi alat – alat tubuhnya terhadap tugas jasmani tertentu dan/atau terhadap keadaan lingkungan yang harus diatasi dengan cara yang efisien, tanpa kelelahan yang berlebihan dan telah pulih sempurna sebelum datang tugas yang sama pada keesokan harinya (Giriwijoyo, 2004).

Dari penjelasan ahli di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa ketangkasan adalah kemampuan fisik yang mengendalikan gerak jasmaniah yang menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya berupa kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan, kelincahan seperti gerakan berlari, melempar dan melompat.

B. Komponen Ketangkasan

Ada beberapa komponen Ketangkasan baik yang terkait dengan kesehatan maupun yang terkait dengan keterampilan. Menurut Welis (2013) komponen Ketangkasan yang terkait dengan kesehatan meliputi daya tahan kardiorespirasi, daya tahan otot, kekuatan otot dan komposisi tubuh. Sedangkan komponen ketangkasan yang berkaitan dengan keterampilan meliputi kecepatan, kelincahan/ketangkasan, keseimbangan, kecepatan reaksi, kelenturan dan koordinasi.

1. Ketangkasan yang terkait dengan kesehatan

- a. Daya tahan kardiorespirasi. Daya tahan kardiorespirasi adalah kemampuan sistem pernapasan dan sirkulasinya di dalam tubuh untuk mensuplai bahan bakar selama melakukan aktivitas fisik.
- b. Kekuatan otot. Kekuatan otot adalah kapasitas untuk mengatasi suatu beban/hambatan. Latihan kekuatan akan menghasilkan pembesaran otot dan peningkatan kekuatan otot.
- c. Daya tahan otot. Daya tahan otot adalah kemampuan otot untuk melakukan kontraksi yang beruntun atau berulang – ulang, mengatasi beban pada suatu waktu tertentu atau dengan kata lain daya tahan otot adalah kemampuan untuk melaksanakan kekuatan dan mempertahankannya selama mungkin.
- d. Komposisi tubuh. Komposisi tubuh menggambarkan jumlah relatif dari otot, lemak, tulang, dan bagian penting lain dari tubuh komposisi

tubuh akan berbeda berdasarkan jenis kelamin. Komposisi lemak tubuh perempuan lebih tinggi bila dibandingkan laki – laki.

2. Ketangkasan yang berkaitan dengan keterampilan

- a. Kecepatan gerak. Kecepatan gerak adalah kemampuan atau laju gerak yang dapat berlaku untuk tubuh secara keseluruhan atau bagian tubuh untuk melaksanakan gerak – gerak yang sama atau tidak sama secepat mungkin.
- b. Kelincahan. Kelincahan adalah kemampuan mengubah secara cepat arah tubuh/bagian tubuh tanpa gangguan keseimbangan. Definisi lain dinyatakan bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah tubuh secara efisien, dan hal ini memerlukan suatu kombinasi dari keseimbangan (*balance*), koordinasi (*coordination*), kecepatan (*speed*), refleksi (*reflexes*), dan kekuatan (*strength*).
- c. Keseimbangan. Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap tubuh yang tepat pada saat melakukan gerakan.
- d. Kecepatan reaksi. Kecepatan reaksi adalah waktu tersingkat yang dibutuhkan untuk memberikan jawaban kinetis setelah menerima rangsangan.
- e. Koordinasi. Koordinasi menyatakan hubungan harmonis berbagai faktor yang terjadi pada suatu gerakan.
- f. Kelenturan. Kelenturan adalah cakupan dari gerakan di sekitar persendian. Jika kita ingin meningkatkan fleksibilitas, maka aktivitas

yang dapat memperpanjang otot-otot adalah berenang atau dengan suatu program peregangan dasar.

Dari penjelasan ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa komponene ketangkasan adalah daya tahan tubuh yang berhubungan dengan kecepatan gerak, kelincahan, keseimbangan serta kelenturan gerakan tubuh sehingga menghasilkan sebuah gerakan yang harmonis dan indah.

C. Faktor yang Mempengaruhi Ketangkasan

Beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan Ketangkasan pada anak usia dini, diantaranya faktor makanan, faktor pemberian stimulus, kesiapan fisik, jenis kelamin, dan faktor budaya (Wiyani, 2014). Jenis kelamin dapat mempengaruhi perkembangan motorik, anak laki-laki lebih cepat dalam mempelajari keterampilan kontrol dan anak perempuan lebih menguasai keterampilan lokomotor (Bardida, 2016).

Faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik anak sebagai berikut: 1) Faktor hereditas (warisan sejak lahir atau bawaan) 2) Faktor lingkungan yang menguntungkan atau merugikan kematangan fungsifungsi organis dan fungsi psikis 3) Aktivitas anak sebagai subyek bebas yang berkemauan, kemampuan, punya emosi serta mempunyai usaha untuk membangun diri sendiri. (Kartono,2010). Faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik (Nelson, 2008) yaitu:

- a. Gizi ibu pada saat hamil. Gizi ibu yang jelek sebelum terjadi kehamilan maupun pada waku sedang hamil lebih sering menghasilkan bayi berat

badan rendah (BBLR), disamping itu dapat pula menyebabkan hambatan otakj anin yang mempengaruhi perkembangan kecerdasan dan emosi.

- b. Status gizi. Makanan memegang peran penting dalam tumbuh kembang anak, dimana kebutuhan anak berbeda dengan kebutuhan orang dewasa, status gizi yang kurang akan mempengaruhi perkembangan kekuatan dan kemampuan motorik kasar anak.
- c. Stimulus. Stimulus merupakan hal yang penting dalam tumbuh kembang anak. Anak yang mendapat stimulus yang terarah dan teratur akan lebih cepat berkembang terutama dalam perkembangan motorik kasar seperti berjalan, berlari, melompat, dan naik turun tangga.
- d. Pengetahuan Ibu. Faktor pengetahuan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi perilaku ibu dalam tumbuh kembang anak, dengan terbatasnya kemampuan ibu dalam pengetahuan sehingga memungkinkan terhambatnya perkembangan anak. Pengetahuan ibu mempunyai pengaruh terhadap perkembangan motorik kasar anak pada periode tertentu.

Dari penjelasan ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa yang mempengaruhi perkembangan motorik anak itu adalah gizi ibu waktu sedang hamil, yang mana makanan si ibu harus cukup dengan kebutuhannya, stimulus yang terarah dan pengetahuan ibu tentang perkembangan motorik kasar anak.

D. Aspek-aspek Ketangkasan

Salah satu aspek perkembangan yang harus distimulasi pada anak usia dini adalah kemampuan motorik kasar. Kemampuan ini berhubungan dengan

kecakapan anak dalam menggerakkan bagian tubuhnya yang besar, seperti tangan dan kaki. Adapun aspek dari ketangkasan yaitu Berjalan, berlari, melompat, keseimbangan tubuh, dan koordinasi gerak. Ketangkasan pada anak adalah salah satu aspek penting yang harus diperhatikan oleh guru dan orang tua. Anak yang memiliki ketangkasan yang baik akan lebih luwes dalam bergaul dengan teman-temannya. Hal ini tentu saja akan berpengaruh pada Percaya dirianak saat bersosialisasi dengan teman-temannya. Hal ini ditegaskan oleh pernyataan dari Alzena Masykouri bahwa anak yang memiliki ketangkasan yang baik akan membuatnya menjadi lebih gesit dan sigap. Gerakannya menjadi lebih terkoordinasi dan membuat anak tampil lebih percaya diri. Hal ini akan membuat anak mampu bersikap luwes dalam pergaulannya. Selain itu, koordinasi gerakan yang baik akan membantunya menampilkan sikap perencanaan yang baik. Hal ini akan membuat anak semakin terampil dalam menyelesaikan persoalan sehari-hari yang dihadapinya.

Gallahue (1989) juga mengemukakan bahwa kemampuan motorik kasar sangat berhubungan dengan kerja otot-otot besar pada tubuh manusia. Kemampuan ini biasanya digunakan oleh anak untuk melakukan aktivitas olahraga. Kemampuan ini berhubungan dengan kecakapan anak dalam melakukan berbagai gerakan. Gallahue (1989) membagi kemampuan motorik dalam tiga kategori, yaitu:

1. Kemampuan lokomotor adalah kemampuan yang digunakan untuk memindahkan tubuh dari suatu tempat ke tempat yang lain, seperti berjalan, berlari, melompat, dan meluncur.

2. Kemampuan non-lokomotor adalah kemampuan yang digunakan tanpa memindahkan tubuh atau gerak di tempat. Contoh gerakan kemampuan non-lokomotor adalah menekuk dan meregang, mendorong dan menarik, jalan di tempat, loncat di tempat, berdiri dengan satu kaki, dan mengayuhkan kaki secara bergantian.
3. Kemampuan manipulatif adalah kemampuan yang dikembangkan saat anak sedang menguasai berbagai macam objek dan kemampuan ini lebih banyak melibatkan tangan dan kaki. Contoh kemampuan manipulatif adalah gerakan melempar, memukul, menendang, menangkap obyek, memutar tali, dan memantulkan atau menggiring bola.

Keterampilan motorik setiap orang pada dasarnya berbeda-beda tergantung pada banyaknya gerakan yang dikuasainya. Memperhatikan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan motorik kasar unsur-unsurnya identik dengan unsur yang dikembangkan dalam kebugaran jasmani pada umumnya. Hal ini sesuai pendapat Depdiknas bahwa perkembangan motorik merupakan perkembangan unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Ada hubungan yang saling mempengaruhi antara kebugaran tubuh, keterampilan, dan kontrol motorik.

Bambang Sujiono mengemukakan bahwa unsur-unsur kesegaran jasmani meliputi kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelincahan, kelenturan, koordinasi, ketepatan dan keseimbangan. Lebih lanjut Bambang Sujiono menyatakan bahwa gerakan yang timbul dan terjadi pada motorik kasar merupakan gerakan yang terjadi dan melibatkan otot-otot besar dari bagian

tubuh, dan memerlukan tenaga yang cukup besar. Barrow Harold M., dan Mc Gee, Rosemary menyatakan bahwa unsur-unsur keterampilan motorik terdiri atas: kekuatan, kecepatan, power, ketahanan, kelincahan, keseimbangan, fleksibilitas, dan koordinasi. Hal senada juga dijelaskan oleh Toho Cholik Mutohir dan Gusril (2004) bahwa unsur-unsur keterampilan motorik di antaranya: a) Kekuatan; b) Koordinasi; c) Kecepatan; d) Keseimbangan; e) Kelincahan.

1. Kekuatan

Kekuatan adalah sejumlah daya yang dapat dihasilkan oleh suatu otot ketika berkontraksi. Kekuatan adalah keterampilan sekelompok otot untuk menimbulkan tenaga sewaktu kontraksi. Kekuatan otot harus dimiliki anak sejak dini. Apabila anak tidak memiliki kekuatan otot tentu anak tidak dapat melakukan aktivitas bermain yang menggunakan fisik seperti: berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung, dan mendorong.

2. Koordinasi

Koordinasi perpaduan gerak dari dua atau lebih persendian yang satu samalannya saling berkaitan dalam menghasilkan suatu keterampilan gerak. Koordinasi adalah keterampilan untuk mempersatukan atau memisahkan dalam satu tugas yang kompleks. Dengan ketentuan bahwa gerakan koordinasi meliputi kesempurnaan waktu antara otot dengan sistem syaraf. Sebagai contoh: anak dalam melakukan lemparan harus ada koordinasi seluruh anggota tubuh yang terlibat. Anak dikatakan baik

koordinasi gerakannya apabila anak mampu bergerak dengan mudah, lancar dalam rangkaian dan irama gerakannya terkontrol dengan baik.

3. Kecepatan

Kecepatan adalah suatu kemampuan anggota gerak tubuh untuk melakukan gerakan sejenis secara berturut-turut dan berkesinambungan dalam waktu sesingkat-singkatnya. Kecepatan adalah sebagai keterampilan yang berdasarkan kelentukan dalam satuan waktu tertentu. Misal: berapa jarak yang ditempuh anak dalam melakukan lari empat detik, semakin jauh jarak yang ditempuh anak, maka semakin tinggi kecepatannya.

4. Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan untuk menjaga hubungan anak terhadap gaya gravitasi. Keseimbangan adalah keterampilan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Keseimbangan di bagi menjadi dua bentuk yaitu: keseimbangan statis dan dinamis. Keseimbangan statis merujuk kepada menjaga keseimbangan tubuh ketika berdiri pada suatu tempat. Keseimbangan dinamis adalah keterampilan untuk menjaga keseimbangan tubuh ketika berpindah dari suatu tempat ke tempat lain. Ditambahkannya bahwa keseimbangan statis dan dinamis adalah penyederhanaan yang berlebihan. Ditambahkan kedua elemen keseimbangan kompleks dan sangat spesifik dalam tugas dan gerak individu.

5. Kelincahan

Kelincahan adalah keterampilan seseorang mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak dari titik ke titik lain. Misalnya: bermain menjala ikan, bermain kucing dan tikus, bermain hijau hitam semakin cepat waktu yang ditempuh untuk menyentuh maupun kecepatan untuk menghindar, maka semakin tinggi kelincahannya.

Dengan demikian, unsur-unsur yang diterapkan dalam penelitian ini adalah kekuatan, kelincahan, dan koordinasi dalam kegiatan melempar, menangkap dan menendang bola.

2.1.2 Kepercayaan Diri Anak Usia Dini (5-6 Tahun)

A. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Tanpa adanya kepercayaan diri akan banyak menimbulkan masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat. Kepercayaan diri membuat seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi dirinya. Kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orang tua, secara individual maupun kelompok. Peter Lauster (2013) menyatakan bahwa: Kepercayaan diri merupakan salah satu dari sifat kepribadian manusia yang sangat menentukan. Kepercayaan diri tidak mudah untuk diubah tetapi bukan berarti tidak dapat diperbaiki. Selanjutnya Lauster mengatakan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri dalam tindakan – tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal – hal yang disukainya dan bertanggung

jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan untuk berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya.

Percaya diri berasal dari bahasa Inggris yaitu *self confidence* yang memiliki makna percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Jadi, dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Penilaian positif inilah yang nantinya akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya. Kemudian ada pernyataan yang dinyatakan oleh Campbell dan Kahler (2016) mengatakan bahwa *“self-confidence is a key factor in success, by developing self-confidence in our children we’re setting them up to succeed.”* Pernyataan tersebut memiliki makna yaitu percaya diri merupakan faktor penentu untuk keberhasilan individu, percaya diri yang dikembangkan sejak masa kanak – kanak itu sama dengan kita sebagai orang dewasa telah mengarahkannya pada keberhasilan. Hakim juga mengemukakan bahwa pengertian percaya diri yaitu “suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya.” Jadi definisi sederhana dari percaya diri yaitu, suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimiliki oleh individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya.

Percaya diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Percaya diri merupakan atribut yang sangat berharga pada diri

seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya Percaya diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang. Hal tersebut dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya. Percaya diri merupakan sesuatu yang urgen untuk dimiliki setiap individu. Percaya diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orang tua, secara individual maupun kelompok. (Ghufron, Nur, dkk, 2011).

Percaya diri bukan merupakan bakat (bawaan), melainkan kualitas mental, artinya: Percaya diri merupakan pencapaian yang dihasilkan dari proses pendidikan atau pemberdayaan. Menurut Willis Percaya diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Loekmono mengemukakan bahwa Percaya diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang. Percaya diri dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam individu sendiri. Norma dan pengalaman keluarga, tradisi kebiasaan dan lingkungan sosial atau kelompok dimana keluarga itu berasal.

Percaya diri dapat diartikan bahwa suatu kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki dapat dimanfaatkan secara tepat. Arti percaya diri adalah kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, serta dapat memanfaatkannya secara tepat. Percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualitas diri. Dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurangnya percaya diri akan

menghambat pengembangan potensi diri. Jadi orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Percaya diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Orang yang percaya diri yakin atas kemampuan mereka sendiri serta memiliki pengharapan yang realistis, bahkan ketika harapan mereka tidak terwujud, mereka tetap berpikiran positif dan dapat menerimanya (Hakim, 2002).

Percaya merupakan bakat (bawaan), melainkan kualitas mental, artinya: Percaya diri merupakan pencapaian yang dihasilkan dari proses pendidikan atau pemberdayaan. Percaya diri dapat dilatih atau di biasakan. Faktor lingkungan, terutama orang tua dan guru berperan sangat besar. Anak yang penuh percaya diri akan memiliki sifat-sifat antara lain: lebih independen, tidak terlalu tergantung orang, mampu memikul tanggung jawab yang diberikan, bisa menghargai diri dan usahanya sendiri, tidak mudah mengalami rasa frustrasi, mampu menerima tantangan atau tugas baru, memiliki emosi yang lebih hidup tetapi tetap stabil, mudah berkomunikasi dan membantu orang lain. Pada sisi lain, anak yang memiliki percaya diri yang rendah/ kurang, akan memiliki sifat dan perilaku antara lain: tidak mau mencoba suatu hal yang baru, merasa tidak dicintai dan tidak diinginkan, punya kecenderungan melempar kesalahan pada orang lain, memiliki emosi yang kaku dan disembunyikan.

Dalam belajar sangatlah dibutuhkan persiapan diri untuk menghadapinya. Belajar adalah cara seseorang untuk mengetahui suatu perihal yang belum bisa dilakukan. Seseorang baru dapat belajar tentang sesuatu apabila dalam dirinya sudah terdapat *readiness* untuk mempelajari sesuatu itu. Karena dalam kenyataannya setiap individu mempunyai perbedaan individu, maka masing-masing individu mempunyai latar belakang perkembangan yang berbeda-beda. Hal ini menyebabkan adanya pola pembentukan *readiness* yang berbeda-beda pula di dalam diri masing-masing individu. Secara umum kesiapan belajar merupakan kemampuan seseorang untuk mendapatkan keuntungan dari pengalaman yang ia temukan. Kesiapan sering kali disebut dengan “*readiness*”. Seorang baru dapat belajar tentang sesuatu apabila di dalam dirinya sudah terdapat *readiness* untuk mempelajari sesuatu itu. (Muhammad Noer, 2009).

Percaya diri juga merupakan prediktor terbaik bagi keberhasilan seseorang, sehingga dengan kesuksesan yang dicapainya individu akan mengembangkan Percaya diri sehingga akan mempengaruhi kinerjanya menjadi lebih baik. Karena itu orang yang percaya diri dapat mengatasi dan yakin akan keberhasilan pelaksanaan tugas. Dengan adanya Percaya diri seseorang mampu bekerja secara efektif, dapat melaksanakan tugas dengan baik dan bertanggung jawab, serta mempunyai rencana terhadap masa depannya. (Muhammad Noer, 2009).

Dari penjelasan ahli di atas, kepercayaan diri adalah kemampuan diri seseorang yang tidak dipengaruhi oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak seperti ambisi, mandiri, peduli, konsep diri, toleransi, bertanggung jawab dan optimis.

B. Ciri-ciri Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri pada seorang individu sangatlah penting, baik itu untuk orang dewasa ataupun anak usia dini. Rasa percaya akan kemampuan dirinya ini berasal dari hati dan pikiran seseorang, dan hal ini dapat terlihat ke permukaan melalui sikap dan perilaku individu saat berinteraksi dengan orang lain. Dari sikap dan perilaku seseorang itu kita dapat menilai seberapa tinggi kepercayaan diri yang dimilikinya. Seperti yang dinyatakan oleh Lauster tentang ciri – ciri orang yang memiliki kepercayaan diri tinggi yaitu ‘tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleran, tidak membutuhkan dukungan dari orang lain secara berlebihan, bersikap optimis, dan gembira.

Dari pernyataan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa ciri individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi ialah individu yang memiliki keyakinan dalam segala tindakannya. Selain itu kepercayaan diri juga membuat individu dapat bertoleransi dan bersosialisasi dengan baik di lingkungannya. Kepercayaan diri menyebabkan kemandirian, tidak mementingkan diri sendiri, toleran dan memiliki ambisi yang wajar yang didasarkan pada pemahaman terhadap kemampuannya. Pernyataan tersebut sesuai dengan pernyataan Maslow. Maslow mengatakan bahwa ciri-ciri orang yang memiliki kepercayaan diri yaitu “orang yang memiliki kemerdekaan psikologis”, yaitu kebebasan mengarahkan pilihan dan mencurahkan tenaga, berdasarkan keyakinan pada kemampuan dirinya, untuk melakukan hal – hal yang produktif.

Jadi individu yang percaya diri tidak membutuhkan orang lain sebagai standar karena dapat menentukan standar sesuai dengan kemampuannya sendiri.

Individu yang percaya diri akan mudah bersosialisasi dengan lingkungannya karena dapat berinteraksi dengan baik. Selain itu individu yang percaya diri mampu mengembangkan potensi dalam dirinya dengan baik karena sanggup belajar dan bekerja keras untuk mencapai tujuannya serta memiliki keyakinan terhadap peran yang dijalannya.

Ciri – ciri atau karakteristik seseorang yang memiliki kepercayaan diri dapat terlihat dari sikapnya yang selalu tenang dalam mengerjakan sesuatu atau menyelesaikan tugasnya, mampu memberikan ketenangan bagi orang di sekitarnya saat situasinya menegangkan, kemudian individu tersebut juga mampu bersosialisasi dengan baik serta menyeseukain diri dan berkomunikasi dengan baik di berbagai situasi. Pernyataan ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Hakim yang memberikan beberapa ciri – ciri tertentu bagi orang – orang yang memiliki kepercayaan diri, yaitu Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, mampu menetralsir ketegangan yang muncul dalam berbagai situasi, mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi, memiliki kemampuan bersosialisasi.

Jadi, ciri – ciri dari individu yang percaya diri dapat dilihat dari sikapnya yang selalu tenang, kemampuannya bersosialisasi dan berkomunikasi dengan baik serta dapat menyesuaikan diri di berbagai kondisi. Selain Hakim, ada pendapat dari Harun yang memberikan beberapa ciri atau karakteristik individu yang mempunyai rasa percaya diri yang proporsional, diantaranya yaitu: Percaya terhadap kemampuan dirinya sehingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan,

penerimaan, ataupun rasa hormat dari orang lain. Kemudian berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain atau berani menjadi dirinya sendiri, emosinya stabil dan tidak moody karena mempunyai pengendalian diri yang baik.

Kumara (2012) menjelaskan bahwa orang yang memiliki Percaya diri (*self confidence*) akan sangat bebas memilih pilihannya dengan tenaganya dan melibatkan berbagai alternatif pemikiran yaitu: aktif mendekati tujuan, dapat membedakan antara pengetahuan dan perasaan serta memberi keputusan yang dipengaruhi intelektualnya, mampu secara mandiri menganalisis dan mengontrol pikirannya dalam hubungan yang tepat.

Perubahan lingkungan di dalam kemampuan individu membuat keputusan. Dengan adanya lingkungan dalam diri manusia ini, maka manusia pun menjadi lebih bebas menggunakan dunia untuk tujuan-tujuan manusia. Perubahan lingkungan ini terjadi akibat belajar serta bertambahnya kematangan manusia. Dengan adanya kemampuan mengontrol lingkungan yang lebih luas maka makin banyaklah kesempatan manusia untuk belajar. Dengan demikian makin banyaknya manusia belajar, maka kematangan tidak semakin berkurang melainkan dapat lestari atau bahkan meningkat.

Seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang memadai akan berani bertindak dan mengambil setiap kesempatan yang dihadapinya, sebaliknya orang yang kurang percaya diri akan bersikap malu-malu, canggung, tidak berani mengemukakan ide-ide nya serta hanya melihat dan menunggu kesempatan yang dihadapinya. Percaya diripada dasarnya merupakan perwujudan yang menggambarkan suatu ketidak cemasan. Orang yang percaya diri akan mudah dan

senang menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang baru, mempunyai pegangan hidup yang kuat dan mampu mengembangkan motivasinya, ia juga akan sanggup belajar dan bekerja guna mencapai kemajuan serta penuh keyakinan terhadap peran yang dijalannya.

Orang yang percaya diri bertindak lebih aktif terhadap lingkungan yang dihadapi daripada mereka yang kurang memiliki kepercayaan diri. Orang yang percaya diri akan mampu bersikap asertif serta mempunyai ketekunan dalam penyelesaian tugas dan dilihat dari sudut sosial, individu yang percaya diri mudah berfungsi sebagai bagian dari kelompok, dapat bekerja sama dengan orang lain dalam satu kelompok dan mampu mengambil peran sebagai pemimpin tanpa ragu-ragu jika diperlukan. Individu tersebut dapat menerima kekalahan dan penolakan serta membawa kembali suasana hati pada kondisi normal secara cepat. (Wasty Soemanto, 1998).

Dari penjelasan di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa ciri-ciri kepercayaan diri adalah individu yang memiliki keyakinan dalam segala tindakannya, terlihat dari sikapnya yang selalu tenang dalam mengerjakan sesuatu, bersosialisasi dan dapat membedakan antara pengetahuan dan perasaan serta dapat mengambil keputusan yang dipengaruhi oleh intelektualnya.

C. Aspek – Aspek Percaya Diri

Percaya diri telah didefinisikan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimiliki dalam dirinya sendiri. Lauster (2013) mengatakan bahwa ada beberapa aspek dari kepercayaan diri. Aspek – aspek kepercayaan diri tersebut yaitu:

1. Ambisi, merupakan dorongan untuk mencapai hasil yang diperlihatkan kepada orang lain. Orang yang percaya diri cenderung memiliki ambisi yang tinggi. Mereka selalu berpikiran positif dan berkeyakinan positif bahwa mereka mampu.
2. Mandiri, individu yang mandiri adalah individu yang tidak tergantung pada individu lain karena mereka merasa mampu menyelesaikan segala tugasnya dan tahan terhadap tekanan.
3. Peduli, tidak mementingkan diri sendiri tetapi juga selalu peduli pada orang lain.
4. Konsep diri, yaitu bagaimana individu memandang dan menilai dirinya sendiri secara positif atau negatif, mengenal kelebihan dan kekurangannya.
5. Toleransi, sikap toleransi adalah sikap mau menerima pendapat dan perilaku orang lain yang berbeda dengan dirinya.
6. Bertanggung jawab, kesediaan individu untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
7. Optimis, sikap positif individu yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.

Pernyataan di atas adalah aspek percaya diri menurut Lauster (2012) aspek kepercayaan diri terdapat tujuh aspek, yaitu ambisi yang merupakan dorongan individu untuk optimis yaitu selalu berpikir positif dengan kemampuannya. Kemudian aspek mandiri yaitu tidak adanya ketergantungan dengan individu lain serta dapat menyelesaikan tugasnya seorang diri dengan baik. Walaupun memiliki

kemandirian, percaya diri juga memiliki aspek peduli dan toleransi terhadap individu lain serta dapat bertanggung jawab dengan segala tindakannya. Kemudian tidak jauh berbeda dengan pernyataan di atas, Surya mengungkapkan bahwa ada 2 aspek pembentuk percaya diri, yaitu: (1) aspek psikologis, terkait erat dengan suara hati. Suara hati ini sebagai membanding atau keberanian, segenap kemampuan yang dimiliki seseorang. (2) aspek keterampilan teknis, sikap untuk mengembangkan pengamatan secara mendalam akan segala sesuatu.

Terdapat dua aspek percaya diri menurut Surya (2010) yaitu aspek psikologis dan aspek keterampilan teknis. Aspek psikologis merupakan kesadaran diri untuk memahami dan mengenal diri sendiri serta memiliki niat untuk membuat komitmen. Aspek percaya diri berikutnya yaitu keterampilan teknis, yaitu pola berpikir positif menggunakan akal logisnya serta berpikir kreatif untuk segala tindakannya dan itu semua membuat individu terlihat memiliki kepercayaan diri dalam dirinya.

Kemudian Angelis menambahkan bahwa aspek – aspek percaya diri meliputi 3 hal berikut ini, yaitu:

1. Tingkah laku, adalah kepercayaan diri untuk mampu bertindak dan menyelesaikan tugas – tugas yang paling sederhana, seperti membawa alat tulis yang diminta guru untuk dibawa.
2. Emosi, adalah kepercayaan diri untuk yakin dan mampu menguasai segenap sisi emosi, untuk memahami segala yang dirasakan. Menggunakan emosi untuk melakukan pilihan yang tepat,

melindungi diri dari sakit hati, atau mengetahui cara bergaul yang sehat dan rukun.

3. Kerohanian spiritual, adalah keyakinan pada takdir dan semesta alam. Keyakinan bahwa hidup ini memiliki tujuan yang positif, bahwa keberadaan manusia punya makna dan tujuan tertentu dalam kehidupan. Kepercayaan spiritual berawal dari kesadaran tentang siapa kita sebenarnya, lepas dari raga dan pribadi kita, lepas dari segala topeng yang mungkin menutupi kita. Ia berawal dari upaya untuk menghargai diri kita sendiri, sebagai suatu karya cipta yang unik dan menakjubkan. Tanpa kepercayaan spiritual, tidak mungkin kita dapat mengembangkan kepercayaan diri tingkah laku dan kepercayaan diri emosional.

Dari penjelasan ahli di atas, aspek percaya diri adalah aspek psikologis dan aspek keterampilan teknis yang mana meliputi tingkah laku, emosi dan kerohanian spiritual.

D. Manfaat Percaya Diri

Percaya diri sangat mendukung siswa untuk mencapai keberhasilan dalam pembelajaran. Weinberg dan Gould (Monty P. Satiadarma, 2000) menjelaskan bahwa rasa percaya diri dapat memberi dampak positif pada individu, yaitu:

1. Emosi. Jika seseorang memiliki rasa percaya diri yang tinggi, ia akan lebih mudah mengendalikan dirinya di dalam suatu keadaan yang menekan, ia dapat menguasai dirinya untuk bertindak tenang dan dapat menentukan saat yang tepat untuk melakukan suatu tindakan.

2. **Konsentrasi.** Dengan memiliki rasa percaya diri yang tinggi, seorang individu akan lebih mudah memusatkan perhatiannya pada hal tertentu tanpa merasa terlalu khawatir akan hal-hal lainnya yang mungkin akan merintangai rencana tindakannya.
3. **Sasaran.** Individu dengan rasa percaya diri yang tinggi cenderung untuk mengarahkan tindakannya pada sasaran yang cukup menantang, karenanya juga ia akan mendorong dirinya sendiri untuk berupaya lebih baik. Sedangkan mereka yang kurang memiliki rasa percaya diri yang baik cenderung untuk mengarahkan sasaran perilakunya pada target yang lebih mudah, kurang menantang, sehingga ia jga tidak memacu dirinya sendiri untuk lebih berkembang.
4. **Usaha.** Individu dengan rasa percaya diri yang tinggi tidak mudah patah semangat atau frustrasi dalam berupaya meraih cit-citanya. Ia cenderung tetap berusaha sekuat tenaga sampai usahanya membuahkan hasil. Sebaliknya mereka yang memiliki rasa percaya diri yang rendah akan mudah patah semangat dan menghentikan usahanya ditengah jalan ketika menemui suatu kesulitan tertentu.
5. **Strategi.** Individu dengan rasa percaya diri yang tinggi cenderung terus berusaha untuk mengembangkan berbagai strategi untuk memperoleh hasil usahanya. Ia akan mencoba berbagai strategi dan berani mengambil resiko atas strategi yang diterapkannya. Sebaliknya mereka yang memiliki rasa percaya diri yang rendah cenderung tidak mau mencoba strategi baru, dan cenderung bertindak statis.

6. Momentum. Dengan rasa percaya diri yang tinggi, seorang individu akan menjadi lebih tenang, ulet, tidak mudah patah semangat, terus berusaha mengembangkan strategi dan membuka berbagai peluang bagi dirinya sendiri. Akibatnya, hal ini akan memberikan kesempatan pada dirinya untuk memperoleh momentum atau saat yang tepat untuk bertindak.

E. Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Rasa percaya diri pada setiap anak itu berbeda. Beberapa faktor yang menyebabkannya adalah kondisi kejiwaan anak pada masa kecil. Sehingga sejak dini anak – anak harus ditumbuhkan kepercayaannya akan kemampuan sendiri. Cydle (2010) mengatakan bahwa “percaya diri tergantung pada bagaimana perasaan tentang diri kita sendiri. Jadi, walaupun banyak faktor yang mempengaruhi tumbuhnya percaya diri seperti faktor ekstern (dari lingkungan sekitar), namun yang paling mendasar adalah faktor intern (dari dalam diri) kita sendiri.” Jadi, kondisi lingkungan sekitar individu dan kondisi diri sendiri merupakan faktor – faktor pembentuk kepercayaan diri.

Mahrita (2011) menjelaskan ada empat faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, yaitu: a. Pola Asuh Keluarga merupakan faktor utama yang mempunyai pengaruh besar terhadap perkembangan anak di masa yang akan datang. b. Jenis Kelamin Peran jenis kelamin yang disandang oleh budaya terhadap kaum perempuan maupun laki – laki memiliki efek sendiri terhadap perkembangan rasa percaya diri. c. Pendidikan Pendidikan seringkali menjadi tolak ukur dalam menilai keberhasilan seseorang. Penampilan Fisik Individu yang memiliki tampilan fisik yang menarik lebih sering diperlakukan dengan baik oleh

orang lain dibandingkan dengan individu yang memiliki penampilan fisik yang kurang menarik.

Dari penjelasan ahli di atas, kepercayaan diri individu adalah dapat dipengaruhi oleh pola asuh orang tua, jenis kelamin individu, pendidikan yang didapat oleh individu, serta penampilan fisik individu. Tidak jauh berbeda dengan Middlebrook yang menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yakni pola asuh, jenis kelamin, pendidikan serta penampilan fisik seseorang.

2.1.3. Permainan Sirkuit Tradisional

A. Pengertian Permainan Tradisional

Misbach (2013) berpendapat bahwa permainan tradisional anak adalah salah satu dari bentuk *folklore* yang berada secara lisan diantara anggota kolektif, banyaknya variasi, berbentuk tradisional, dan diwarisi secara turun-temurun. Karena termasuk folklore, maka dari itu ciri dan sifat dari permainan tradisional sudah tua usianya, siapa penciptanya, serta bagaimana asal-usulnya. Biasanya permainan tradisional disebarkan dari mulut ke mulut dan terkadang mengalami perubahan nama ataupun bentuk meskipun secara permainan dasarnya sama. Jika dilihat dari akar, permainan tradisional tidak lain adalah suatu kegiatan atau aktivitas yang diatur oleh suatu peraturan permainan yang merupakan suatu warisan dari generasi terdahulu yang dilakukan oleh manusia (anak-anak) dengan tujuan untuk mendapatkan kegembiraan.

Permainan berasal dari kata main. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, edisi kedua, terbitan Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Balai Pustaka kata

main berarti melakukan permainan untuk menyenangkan hati atau melakukan suatu perbuatan untuk bersenang-senang, baik menggunakan alat tertentu atau tidak menggunakan alat. Dari sini dapat disimpulkan bahwa main adalah kata kerja dan permainan adalah kata benda jadian untuk menyebut sesuatu yang bila dilakukan dengan baik akan membuat senang hati si pelaku.

Permainan tradisional telah berkembang sejak zaman nenek moyang. Permainan ini berasal dari permainan rakyat yang dilestarikan secara turun-temurun. Setiap wilayah di Indonesia memiliki beragam permainan tradisional. Permainan tradisional berkembang dari permainan rakyat yang timbul pada tiap-tiap etnis dan suku yang ada di Indonesia (Ajun Khamdani, 2010). Sedangkan menurut pendapat lain menyebutkan bahwa yang disebut olahraga tradisional harus memiliki dua persyaratan yaitu “olahraga” dan “tradisional” baik dalam memiliki tradisi yang sudah berkembang selama beberapa generasi, maupun dalam arti sesuatu yang terkait dengan tradisi budaya suatu bangsa secara lebih luas (Bambang Laksono, dkk, 2012).

Dilanisa (2011) permainan tradisional merupakan permainan daerah yang tiap daerahnya memiliki tata cara dan permainan yang berbeda-beda. Salah satu permainan tradisional yang ada permainan bentengan, kasti, dan gobak sodor. Permainan tradisional menurut peneliti yaitu suatu hasil budaya masyarakat, yang berasal dari zaman yang sangat tua, yang telah tumbuh dan hidup hingga sekarang, dengan masyarakat pendukungnya yang terdiri atas tua muda, laki-laki atau perempuan, kaya miskin, rakyat bangsawan, dengan tiada bedanya. Permainan tradisional bukan hanya sekedar alat penghibur hati, penyegar pikiran,

atau sarana berolah raga, lebih dari itu, permainan tradisional memiliki berbagai latar belakang yang bercorak rekreatif, kompetitif, pedagogis, magis, dan religius. Permainan tradisional juga menjadikan orang bersifat terampil, ulet, cekatan, tangkas dan lain sebagainya.

Dari penjelasan ahli di atas, permainan tradisional itu adalah permainan warisan yang berbentuk tradisional yang telah ada dan berkembang sejak zaman nenek moyang yang peraturan permainannya sesuai dengan daerahnya masing-masing.

B. Pengertian Permainan Sirkuit Tradisional.

Sirkuit pada dasarnya merupakan kutipan sirkuit yang biasanya dilakukan oleh para atlet atau olahragawan dalam melatih kebugaran jasmaninya. Harsono (1988), mengemukakan bahwa latihan sirkuit dapat memperbaiki secara serempak atau keseluruhan tubuh, yaitu komponen power, daya tahan, kecepatan fleksibilitas dan komponen-komponen lain.

Soekarman (1987) latihan sirkuit adalah suatu program latihan yang dikombinasikan dari beberapa item-item latihan yang bertujuan dalam melakukan suatu latihan tidak akan membosankan dan lebih efisien. Menurut Kumar (2013) pelatihan sirkuit dapat didefinisikan sebagai program pelatihan dimana seorang atlet pergi dari satu stasiun olahraga lain secara terencana, beruntutan dan dalam waktu yang sesingkat mungkin. Sementara itu menurut Sajoto (1995) latihan sirkuit adalah suatu program latihan yang terdiri dari beberapa stasiun, seorang atlet melakukan jenis latihan yang telah ditentukan.

Dari pengertian sirkuit diatas dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan kegiatan sirkuit dengan pendidikan anak usia dini yaitu: untuk menciptakan dan bervariasi. Kegiatan tersebut dilakukan dengan mengkombinasikan kegiatan-kegiatan yang menunjang segala objek perkembangan dengan kegiatan fisik yang menyenangkan.

Peneliti mengatakan Kegiatan sirkuit yang berhubungan dengan kegiatan fisik mampu menciptakan kegiatan pembelajaran yang terencana, berutinitas, serta membutuhkan waktu yang singkat. Hal tersebut dimaksudkan segala aspek perkembangan khususnya motorik kasar pada anak dapat terpenuhi dengan terencana dan sesuai tahapan perkembangan anak, serta dalam waktu yang singkat mampu memenuhi segala kebutuhan perkembangan anak sekaligus.

Adapun permainan sirkuit tradisional disini terdiri dari empat pos yang mana setiap pos nya akan melatih ketangkasan anak agar disetiap pos-pos tersebut ketangkasan anak menjadi lebih baik, sehingga timbul percaya diri anak tersebut. Pada Pos pertama, anak melakukan kegiatan permainan lompat tali permainan lompat tali ini, tergolong sangat sederhana. Alat yang dipergunakan dalam permainan ini adalah karet-karet gelang yang dianyam memanjang hingga berukuran sekitar 3-4 meter. Cara bermainnya yaitu dengan dua orang saling memegang ujung-ujung dari tali karet tersebut. Setiap anak yang sampai di pos pertama akan melompat sesuai ketinggian yang telah di tentukan, yaitu selutut anak-anak. Setelah melewati pos pertama anak melanjutkan dengan berlari menuju pos yang selanjutnya.

Selanjutnya di pos kedua, anak melakukan kegiatan permainan engklek. Permainan engklek ini telah ditentukan yaitu permainan engklek bergambar baju. Engklek dimainkan dengan cara melompat dengan satu kaki pada kotak-kotak yang telah dibuat. Untuk kotak yang letaknya bersebelahan seperti sayap, si anak (permain) diperbolehkan meletakkan kakinya pada kedua kotak secara bersamaan. Setelah si anak selesai bermain di pos kedua, selanjutnya pemain melanjutkan permainannya ke pos selanjutnya.

Dilanjut lagi di pos ketiga, anak melakukan kegiatan permainan pecah piring yang mana permainan pecah piring ini menggunakan pecahan keramik yang disusun secara bertingkat kemudian dilempar menggunakan bola kasri, agar susunan keramik tersebut berserak. Disini akan tampak sekali ketangkasan anak dalam melempar bola kasti tersebut ke susunan keramik (tepat sasaran atau tidak). selanjutnya permainan anak akan meneruskan ke pos yang terakhir.

Kemudian di pos keempat, anak melakukan kegiatan permainan lari goni (karung). Di pos terakhir ini, anak melakukannya secara bersama-sama yaitu dengan berkelompok sebanyak 5 orang. Anak mengambil lipatan goni atau karung yang telah disediakan, kemudian anak masuk kedalam goni atau karung tersebut, sembari tangannya menggenggam kedua ujung goni atau karung agar tidak turun. Semua anak berdiri digaris *start*. Pada hitungan ketiga anak-anak berlomba mencapai garid *finish* dengan cara melompat dengan karungnya. Anak yang sampai digaris *finish* terlebih dahulu dialah pemenangnya. Anak yang kalah akan diulang kembali sehingga mereka dapat melatih ketangkasan tersebut.

Disetiap pos-pos permainan sirkuit tradisional tersebut, setiap anak akan mendapatkan nilai berupa bintang bagi yang dapat melewati pos permainan tersebut. Bagi yang tidak mendapat bintang artinya mereka belum dapat melewati post tersebut dan harus diulang sehingga mereka mahir dan mampu melewati pos-pos tersebut.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa permainan sirkuit tradisional adalah permainan rakyat yang dilestarikan secara turun temurun, yang memiliki aturan dalam setiap permainannya, dilakukan dengan cara yang menyenangkan, permainan ini terdiri dari beberapa pos, yang setiap posnya memiliki rintangan yang harus dilakukan anak.

C. Macam-macam Permainan Sirkuit

Bentuk tes permainan sirkuit tradisional Yhana Pratiwi dan M. Kristanto (2015) dalam membentuk ketangkasan dan percaya diri anak adalah sebagai berikut.

1. Permainan Lompat Tali

Permainan lompat tali atau di daerah sering disebut dengan setrangan dikenal sebagai suatu aktivitas yang menggunakan tali dengan kedua ujung tali dipegang dengan kedua tangan lalu diayunkan melewati kepala sampai kaki sambil melompatinya (Bayu, 2010). Lompat tali merupakan jenis latihan kardio (latihan penguatan jantung) sederhana yang berdampak besar bagi tubuh. Lompat tali selama 10 menit dapat membakar kalori setara dengan jogging 8 menit per mil.

Selain itu, permainan lompat tali ini mudah dan dapat dilakukan siapa saja, harga peralatannya terjangkau, awet, dan mudah dibawa (Mahmud, 2014).

Hilangnya permainan tradisional termasuk permainan lompat tali atau setrangan selain akibat pengaruh globalisasi juga diakibatkan oleh beberapa faktor yaitu faktor historis, faktor kebijaksanaan dalam pendidikan formal, faktor hilangnya prasarana, serta terdesaknya permainan tradisional dengan permainan impor yang lebih modern (Purwaningsih, 2006). Permainan sekarang ini pada umumnya cenderung bersifat individual, relatif mahal dan membuat penggunanya menjadi lebih pasif dibandingkan dengan permainan tradisional. Sebagai contoh, permainan yang banyak digemari anak-anak sekarang adalah PS (*Play Station*), *game online* atau *game* yang terdapat di *smarthphone*.

Lompat tali, main karet, atau sapinrong menjadi mainan favorit anak – anak ketika pulang sekolah dan menjelang sore hari. Permainan lompat tali ini, biasa diikuti oleh anak laki – laki maupun perempuan. Tali yang digunakan untuk permainan ini berasal dari karet gelang yang disusun atau dianyam. Kekreatifan anak dapat juga dilihat dari caranya menjalin karet yang akan dipergunakan pada permainan tersebut (Ramadani, 2018).

- a. Alat yang digunakan. Peralatan yang digunakan dalam permainan ini adalah karet – karet gelang yang dianyam memanjang. Cara menganyamnya adalah dengan menyambungkan dua buah karet pada dua buah karet lainnya hingga memanjang dengan ukuran sekitar 3 – 4 meter. Karet – karet tersebut berbentuk bulat seperti gelang yang banyak terdapat di pasar – pasar tradisional.

- b. Tempat bermain. Permainan ini membutuhkan tempat yang lumayan luas, biasanya di halaman rumah. Untuk keamanan dalam bermain, batu – batu atau benda tajam yang ada di sekitar halaman harus disingkirkan, karena permainan ini dilakukan tanpa alas kaki.
- c. Jumlah pemain. Tidak ada aturan yang baku dalam menentukan jumlah pemain, tetapi biasanya dibagi ke dalam dua kelompok. Permainan tali ini juga bisa dimainkan sendiri ataupun secara bergantian.
- d. Cara bermain seorang diri
 - 1) Sesuaikan karet tali dengan tinggi badan anak. Caranya berdiri sambil menginjak bagian tengah tali dan tarik ujung – ujung di samping badan. Panjang tali sudah pas jika ujung tali yang dipegang sampai di ketiak.
 - 2) Karet tali dipegang erat dengan posisi lengan atas rapat dengan tubuh dan siku sejajar di pinggang. Kemudian berdiri dengan posisi agak jinjit dan lutut sedikit ditekuk. Usahakan kepala tetap tegak tetapi tetap rileks serta pandangan lurus ke depan.
 - 3) Pergelangan tangan digerakkan untuk memutar tali.
 - 4) Lompatan tidak terlalu tinggi saat tali menyentuh lantai, tinggi lompatan maksimal 2,5 cm dari lantai. Pertahankan posisi agak jinjit saat mendarat dan tumit jangan menyentuh lantai.
 - 5) Saat melompat harus hati – hati karena bisa jadi lompatan gagal.

- 6) Sebaiknya jika baru memulai permainan ini, lakukan secara bertahap. Selanjutnya dapat dilakukan dengan kombinasi gerakan. (Mulyani, 2016).
- e. Cara bermain kelompok permainan lompat tali tergolong sederhana karena hanya melompati anyaman karet dengan ketinggian tertentu. Peraturannya sederhana, jika anak dapat melompati tali karet tersebut, maka ia akan tetap menjadi pelompat hingga permainan selesai. Namun, apabila gagal sewaktu melompat, anak tersebut harus menggantikan posisi pemegang tali hingga ada pemain lain yang juga gagal dan menggantikan posisinya.

2. Permainan Engklek

a. Pengertian Permainan Engklek

Engklek merupakan permainan tradisional lompat-lompatan pada bidang-bidang datar yang digambar diatas tanah, dengan membuat gambar kotak-kotak kemudian melompat dengan satu kaki dari kotak satu ke kotak berikutnya. Permainan engklek bermakna sebagai perjuangan manusia dalam meraih kekuasaan. Namun bukan dengan saling sruduk. Ada aturan tertentu yang harus disepakati untuk mendapatkan tempat berpinjak (Mulyani, 2016). Menurut Smpuck Hur Gronje dalam Mulyani (2016), permainan engklek berasal dari Hindustan. Permainan ini menyebar pada zaman colonial Belanda dengan latar belakang cerita perebutan petak sawah.

Permainan engklek dikenal dengan sebutan “sonda” di jawa timur, permainan ini dikenal di berbagai wilayah di Indonesia, seperti jawa, Sulawesi, sumatera, bali, dan Kalimantan, bahkan dikenal dibelahan dunia seperti, india,

belanda, dan inggris. Di belanda permainan ini dikenal dengan sebutan “zondag-maandag”, sedangkan di inggris dikenal dengan nama “hopskotch”. Permainan ini sudah ada sejak zaman romawi kuno, jadi tidak mengherankan permainan ini memiliki nama yang berbeda di berbagai tempat, Uthfia (2020). Permainan engklek di daerah lokasi penelitian dikenal dengan sebutan “ingklik” atau “deglok” karena cara melompatnya menggunakan satu kaki secara beruntun.

Berdasarkan pengertian permainan tradisional Engklek diatas memiliki banyak arti, maka peneliti salah satu nama engklek yang merupakan sebutan permainan ini secara umum.

b. Manfaat Permainan Tradisional Engklek

Permainan ini bermanfaat untuk melatih fisik motorik, ketangkasan, konsentrasi, sosial-emosional dan kreativitas anak. Permainan engklek lebih melatih kemampuan fisik anak (Fadillah, 2017). Sebab, anak harus melompat-lompat melewati kotak yang sudah dibuat sebelumnya. Oleh karenanya, otot kaki haruslah kuat. Permainan tradisional engklek merupakan permainan gerakan fisik yang mampu pula meningkatkan kecerdasan motorik anak usia dini, kecerdasan kinestetik yaitu penguasaan gerakan tubuh, seperti keseimbangan, ketangkasan, keluwesan, dan kesadaran akan respon tubuh saat ingin bergerak. Anak memiliki kemampuan motorik yang tinggi saat tubuh bergerak.

Selain itu, permainan engklek juga melatih kemampuan berkomunikasi dan bersosialisasi dengan anak sebaya, selain juga mengajarkan kebersamaan permainan ini juga bisa dimainkan oleh siapapun tanpa memandang status sosial (Mirza, 2010). Kreativitas anak dapat dilihat dari petak-petak yang dibuat untuk

permainan. Benda-benda sekitar juga dapat dimanfaatkan anak dengan baik. Misalnya pecahan genteng, pecahan keramik, ranting kayu untuk menggambar petak diatas tanah, dan lain-lain.

Permainan tradisional engklek bermanfaat pula untuk kemampuan berhitung dan melatih sportivitas ketika bermain, karena dalam permainan ini anak melompati kotak yang dianggap sebagai sebidang sawah yang dimiliki anak tersebut dan harus melompaturut sesuai angka yang telah tertera. Dari manfaat bermain permainan engklek di atas, pada penelitian ini akan berfokus meneliti perkembangan fisik yaitu perkembangan motorik kasar. Hal tersebut dikarenakan motorik kasar merupakan salah satu perkembangan anak usia dini yang penting untuk menunjang aktifitas anak secara fisik Uthfia (2020).

c. Karakteristik Permainan Tradisional Engklek

Ada beberapa karakteristik dari permainan engklek, yaitu:

- 1) Masing-masing pemain memiliki gaco yaitu berupa batu atau pecahan genteng yang digunakan sebagai alat lempar.
- 2) Semua pemain melakukan hompimpa yang menang mendapat giliran pertama. Pemain pertama melemparkan gaco dan tidak boleh melebihi kotak yang disediakan. Jika gaco melebihi kotak maka permainan dinyatakan gugur.
- 3) Pemain pertama melompat dengan satu kaki, kemudian kembali lagi dengan mengambil gaco yang ada di kotak satu dengan posisi kaki satu masih diangkat.

- 4) Setelah itu pemain melemparkan gaco tersebut kekotak dua. Jika keluar dari kotak dua maka pemain dinyatakan gugur dan diganti oleh pemain berikutnya. Namun jika berhasil pemain bisa melanjutkan permainannya.
- 5) Begitu seterusnya sampai semua kotak sudah dilempar dengan gaco. Pergiliran dilakukan jika pemain pelempar gaco melewati sasaran atau menapak dua kaki di satu kotak.
- 6) Kemudian jika semua kotak sudah dilewati oleh pemain, maka pemain tersebut bisa melemparkan gaco dengan membelakangi engkleknya. Jika gaco jatuh pada kotak yang dikehendaki, maka kotak itu akan menjadi rumahnya.
- 7) Pemain yang mendapatkan kotak boleh berhenti dikotak tersebut dengan dua kaki. Begitu seterusnya sampai kotak-kotak menjadi pemilik para pemain. Jika semua telah dimiliki oleh pemain maka permainan dinyatakan telah selesai.
- 8) Pemenang adalah pemain yang paling banyak memiliki rumah dari kotak-kotak pada engklek yang di gambar. Gambar itu biasanya berbentuk bintang.

3. Permainan Pecah Piring

Pecah piring adalah permainan tradisional yang dimainkan secara berkelompok dan tujuannya adalah menghancurkan susunan pecahan genteng. Pada permainan ini anak-anak menyiapkan beberapa pecahan genteng dan bola kasti. Permainan tradisional pecah piring membutuhkan tempat yang luas untuk memainkannya contohnya dilapangan. “Dalam permainan ini anak-anak dibagi

dalam dua tim yang terdiri dari 5-7 orang” (Saleh dkk, 2017). Kemudian dua tim melakukan suit untuk mencari tim siapa yang menjadi penjaga dan tim yang menjadi pemain. Setelah itu beberapa pecahan genteng di susun secara bertingkat kemudian pecahan genteng yang di susun dilempar menggunakan bola kasti (Anggraini & Utari, 2014).

Apabila tim yang bermain dapat menjatuhkan pecahan genteng maka tim penjaga harus menjaga pecahan genteng agar tim yang bermain tidak bisa menyusun pecahan genteng seperti semula. Sambil menjaga pecahan genteng tim penjaga harus melempar bola kasti ke tim yang bermain. Apabila tim yang bermain terkena lemparan bola kasti oleh tim penjaga maka pemain yang bermain dianggap gugur dan tidak bisa melanjutkan permainan. Jika tim yang bermain dapat menyusun pecahan genteng maka tim yang bermain memperoleh poin dan mengulang kembali permainan seperti semula. Dalam permainan tradisional pecah piring anak-anak harus saling bekerjasama untuk dapat menyusun kembali pecahan genteng seperti semula. Sebagai permainan yang kooperatif, permainan pecah piring bagus untuk melatih jiwa sosial anak dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Khulafa, (2018) dia menyatakan bahwa Permainan pecah piring dapat membina rasa kebersamaan dan mengasah kepekaan dalam masalah sosial. Sependapat dengan Syamsiana dan Lutfi (2014: 3), “Permainan pecah piring mampu menjadi media dalam mengoptimalkan kecerdasan linguistik, kecerdasan spiritual, kecerdasan motorik siswa”. Dengan demikian perlunya pengintegrasian permainan pecah piring dalam pembelajaran karena memiliki dampak positif terhadap anak-anak.

Banyak manfaat yang bisa diambil dari permainan-permainan tradisional dimana anak jadi pintar berhitung, berolahraga dan menghilangkan kemungkinan obesitas, mengasah ketelitian dan kepekaan, melatih kesabaran dan melatih ingatan (Iswinarti, Suminarti dan Sulismadi, 2008). Karena permainan ini dilaksanakan secara berkelompok, maka dapat menggali aspek-aspek kecerdasan interpersonal, seperti sensitivitas sosial, kewaspadaan sosial, dan komunikasi sosial. Oleh karena itu, stimulasi ini jika dilakukan dengan tepat akan sangat membantu perkembangan anak dengan optimal dan dapat dilakukan dalam kegiatan pembelajaran di sekolah. Pelaksanaannya dilakukan di luar ruang kelas agar anak bermain sambil belajar. Anak-anak merasa lebih senang karena tempat belajarnya lebih luas dan merasa tidak cepat bosan karena mereka bermain seraya belajar.

4. Permainan Lari Goni

Menurut Suwandi (2012), “Lari Goni merupakan permainan yang termasuk jenis permainan anak tradisional karena memang telah dilakukan dalam waktu yang lama dan peralatan yang digunakan juga sederhana”. Lari Goni ini bisa dilakukan oleh anak-anak, remaja, dewasa, hingga para orang tua, baik laki-laki maupun perempuan. Biasanya dikelompokkan berdasarkan tingkatan umur dan jendernya. Kelompok anak-anak dimainkan oleh anak-anak, demikian pula dengan kelompok lainnya.

Lari Goni termasuk dolanan kompetisi atau jenis permainan yang selalu dilombakan. Ada pihak yang kalah dan menang. Minimal harus ada 2 anak yang bermain. tetapi lebih seru dimainkan, jika pesertanya semakin banyak. Namun

begitu, setiap tahapan, sebaiknya menghadirkan antara 2-5 peserta, disesuaikan dengan tempatnya. Lokasi yang dipakai bisa tanah berumput, tanah beraspal, tanah konblok, atau jenis lainnya. tetapi sebaiknya tempat yang dipakai aman dan nyaman bagi peserta. Peserta dianggap pemenang apabila mencapai finish atau garis akhir paling cepat. Peserta boleh melompat-lompat atau berlari dengan kaki-kaki tetap di dalam ujung karung goni. Namun demikian, selama perlombaan, karung goni tidak boleh terlepas dari pegangan tangan dan tubuh tetap berada di dalam karung goni. Itu merupakan beberapa peraturan dalam permainan Lari Goni. Selain itu, biasanya ada peserta yang jatuh atau karungnya terlepas dari gengaman tangan, harus diawali lagi dari garis start.

Lari Goni ini selalu ramai ketika menjelang perayaan peringatan hari kemerdekaan RI atau sering disebut dengan peringatan “Tujuh Belasan”. Hampir di setiap kampung, selalu menggelar berbagai perlombaan, salah satunya adalah lomba Lari Goni. Selain itu Lari Goni juga dapat melatih motorik kasar anak, melatih kelincahan, mengajarkan kemampuan sosial, berkompetensi dan membangun sportifitas.

Tujuan dari permainan lari goni mencari bola yaitu mengasah kemampuan motorik dan logika matematika anak (Madyawati, 2012). Dalam pembelajaran menggunakan kegiatan bermain Lari Goni, peneliti menfokuskan kegiatan bermain ini untuk meningkatkan perkembangan motorik kasar anak dan dengan diterapkannya kegiatan bermain Lari Goni diharapkan motorik kasar anak dapat meningkat dan berkembang secara optimal. Selain itu, kerja sama dilatih dalam

proses perlombaan ini dan percaya diri bisa tampil dalam setiap perlombaan dapat meningkatkan kepercayaan diri.

Dari berbagai macam pengertian mengenai bermain Lari Goni mencari bola, dapat disimpulkan bahwa permainan Lari Goni mencari bola adalah salah satu jenis permainan tradisional yang dapat dilakukan oleh anak-anak, orang dewasa, serta orang tua dengan memasukkan tubuhnya kedalam karung goni kemudian melompat dari garis *start* sampai finish yang mana dapat melatih kecerdasan gerak tubuh siswa seperti motorik kasar anak, melatih kelincahan, mengajarkan kemampuan sosial, berkompentensi dan membangun sportifitas.

2.1.4 Modul Permainan Sirkuit Tradisional.

Pelaksanaan permainan Sirkuit Tradisional pada penelitian ini menggunakan modul yang dirancang sendiri oleh peneliti. Modul diberikan sebanyak 6x *treatment* dengan durasi waktu 60 menit. Modul dirancang sebagai panduan pelaksanaan penelitian bagi para guru disekolah yang membantu proses penelitian ini. Guru disekolah sebagai trafis diberikan arahan dan pemahaman penggunaan permainan sirkuit tradisional. Adapun kriteria guru yang membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian ini adalah guru TK Mardi Utami memiliki SK mengajar dari yayasan dan sudah mendapatkan trapis dari peneliti, jumlah guru yang membantu peneliti berjumlah 3 orang (Modul ada dalam lampiran).

2.2. Penelitian Relevan

Adapun penelitian terdahulu yang memiliki relevansi terhadap penelitian yang akan dilakukan penulis adalah sebagai berikut.

1. Penerapan Permainan Tradisional Dalam Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini di PAUD It-Hafizul 'Ilmi Kabupaten Aceh Besar. Marisa Sardi¹, Bahrin², Rahmi³. Jurusan Pendidikan Guru Anak Usia Dini. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia. 2019. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Guru Anak Usia Dini*, 4 (3):45-51 Agustus 2019. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui permainan tradisional dapat mengembangkan kecerdasan kinestetik anak di PAUD IT-Hafizul 'Ilmi Kabupaten Aceh Besar. Permainan tradisional yang dimaksud dalam penelitian ini adalah permainan tradisional *bentengan* yang dimainkan oleh 4-8 orang anak. Penelitian ini tergolong dalam jenis penelitian kuantitatif deskriptif dengan menggunakan metode eksperimen. Subjek dalam penelitian ini adalah anak usia 5-6 tahun yang berjumlah 8 orang anak. Teknik pengumpulan data berupa observasi dan unjuk kerja melalui kegiatan bermain permainan tradisional. Disimpulkan bahwa melalui penerapan permainan tradisional *bentengan* dapat mengembangkan kecerdasan kinestetik anak usia dini di PAUD IT-Hafizul 'Ilmi Kabupaten Aceh Besar.
2. Peningkatan Rasa Percaya Diri Anak Melalui Kegiatan Bermain Peran Di Taman Kanak-Kanak Restu Ibu. ARYENIS. *Jurnal Ilmiah Pesona PAUD Vol 5*, No. 2 (2018), ISSN 2337-8301. Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang,

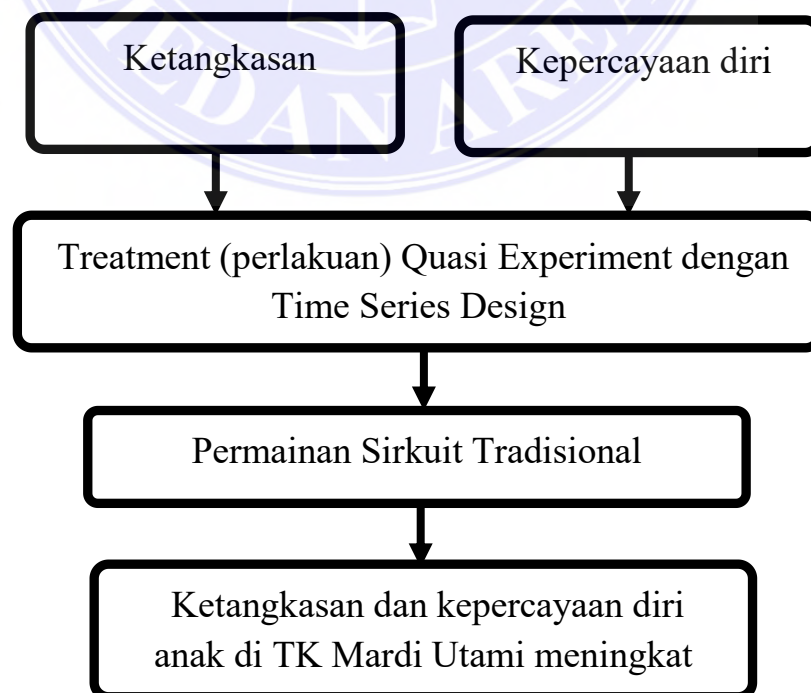
<http://ejournal.unp.ac.id/index.php/paud/index>. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri anak melalui kegiatan bermain peran. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas dengan subjek penelitian anak kelompok B, Taman Kanak-kanak Restu Ibu Kecamatan Tilatang Kamang Kabupaten Agam Tahun Ajaran 2018/2019. Sebanyak 15 orang anak, yang terdiri dari 5 orang anak laki-laki dan 10 orang perempuan. Teknik analisis data dilakukan secara kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan rasa percaya diri anak dalam pembelajaran. Pada kondisi awal, nilai berkembang sangat baik (BSB) 7%, pada siklus 1 nilai berkembang sangat baik (BSB) meningkat menjadi 33%. Pada siklus 2 meningkat menjadi 80% dan setiap aspeknya telah mencapai KKM. Jadi dapat disimpulkan bahwa rasa percaya diri anak dapat meningkat melalui kegiatan bermain peran.

3. Pengaruh Pembelajaran Bermain Peran Terhadap Rasa Percaya Diri pada Anak di TK Pertiwi Karanganyar 2 Plupuh Sragen Tahun Pelajaran 2012/2013 Desi Retno Sari. A 520090103. Skripsi. Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2013. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pembelajaran bermain peran terhadap rasa percaya diri siswa kelompok B di TK Pertiwi Karanganyar 2 Kecamatan Plupuh Kabupaten Sragen tahun pelajaran 2012/2013. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain one-group pretest-posttest design, yaitu penggunaan pretest sebelum diberi perlakuan dan pengukuran rasa percaya diri pada posttest (setelah

perlakuan). Subjek dalam penelitian ini adalah anak-anak TK kelompok B pada TK Pertiwi Karanganyar 2 Plupuh Sragen tahun pelajaran 2012/2013 yang berjumlah 22 orang anak. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan uji beda t test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan dari pembelajaran bermain peran terhadap rasa percaya diri pada anak kelompok B di TK Pertiwi Karanganyar 2 Tahun Pelajaran 2012/2013. Terbukti dari hasil uji t yang memperoleh nilai thitung > ttabel yaitu $14,642 > 2,080$ diterima pada taraf signifikansi 5%. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran bermain peran berpengaruh positif terhadap peningkatan rasa percaya diri pada anak TK.

2.3. Rancangan Penelitian

Berdasarkan uraian di atas, maka rancangan penelitian dapat dirumuskan dalam bentuk skema sebagai berikut:

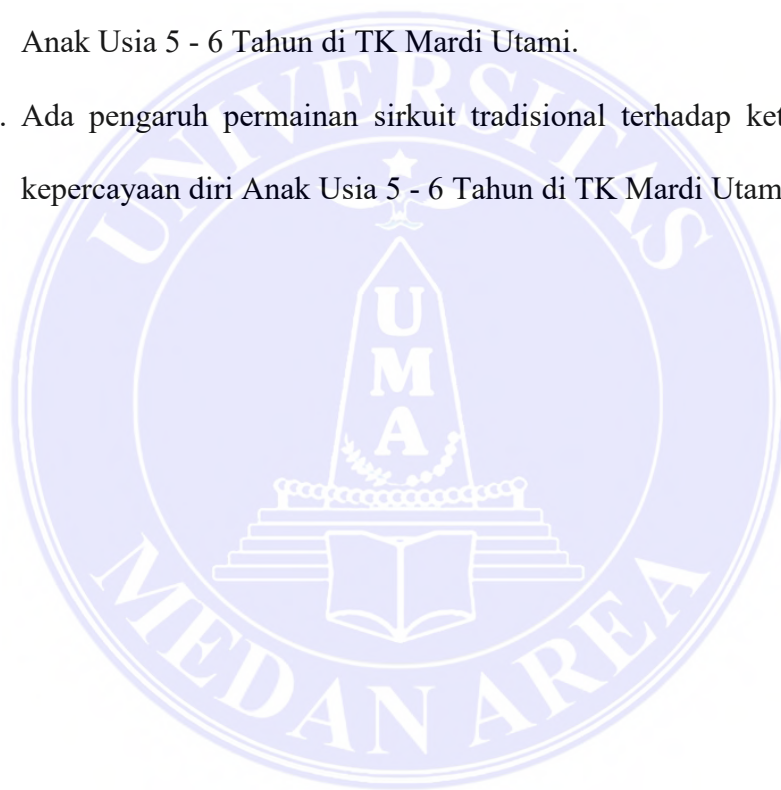


Gambar 2.1
Rancangan Penelitian (Sumber: Diolah oleh Peneliti)

2.4. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

1. Ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan Anak usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.
2. Ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.
3. Ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.



BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Quasi eksperiment dapat diartikan sebagai eskperimen yang mempunyai perlakuan, pengukuran dampak, unit eksperimen tetapi tidak menggunakan penugasan acak dalam menciptakan perbandingan dalam rangka menyimpulkan perubahan yang disebabkan oleh perlakuan (Cook & Campbell, 1979). Pada penelitian lapangan biasanya selalu menggunakan rancangan eksperimen semu (kuasi eksperimen). Desain tidak mempunyai pembatasan yang ketat terhadap randomisasi, dan pada saat yang sama dapat mengontrol ancaman-ancaman validitas.

Penelitian eksperimen semu atau eksperimen kuasi biasanya sama dengan penelitian eksperimen murni. Penelitian eksperimen murni dalam bidang pendidikan, subjek, atau partisipan penelitian dipilih secara acak dimana setiap subjek memperoleh peluang sama untuk dijadikan subjek penelitian, subjek dimanipulasi sesuai dengan rancangan si peneliti. Berbeda dengan penelitian kuasi, peneliti tidak mempunyai keleluasaan untuk memanipulasi subjek, artinya random kelompok biasanya di gunakan sebagai dasar untuk menetapkan sebagai kelompok perlakuan dan kontrol. Misalnya, kita ingin akan menguji apakah pembelajaran yang diajarkan melalui buku teks yang disertai video untuk memperoleh hasil atau prestasi belajar yang lebih unggul, jika dibandingkan dengan pembelajaran yang hanya diajarkan dengan buku teks saja. Untuk maksud tersebut, maka kita menentukan kelompok subjek mana yang diberi perlakuan

(buku teks dan video) dan kontrol atau kendali (buku teks saja). Setelah diberi perlakuan dalam kurun waktu tertentu, kedua kelompok subjek diberi pasca tes. Hasil pasca tes ini kita uji dengan teknik statistik tertentu.

Sugiyono (2010: 107), menyatakan penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Jadi dalam penelitian eksperimen digunakan untuk menyelidiki ada tidaknya hubungan sebab akibat dengan cara memberikan perlakuan tertentu. Oleh sebab itu, berdasarkan tujuan yang ingin diperoleh, maka metode yang dipilih oleh peneliti adalah eksperimen. Metode eksperimen adalah bagian dari metode kuantitatif dan memiliki ciri khas tersendiri terutama dengan adanya kelompok kontrol. Dalam bidang sains, penelitian-penelitian dapat menggunakan desain eksperimen karena variabel- variabel dapat dipilih dan variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi proses eksperimen itu sehingga dapat dikontrol secara ketat. Maka dalam metode ini peneliti memanipulasi paling sedikit satu variabel, mengontrol variabel lain yang relevan dan mengobservasi pengaruhnya terhadap variabel terikat. Manipulasi variabel bebas inilah yang merupakan salah satu karakteristik yang membuat perbedaan penelitian eksperimental dari penelitian-penelitian lain. Wiersma seperti dikutip Emzir (2009) mendefenisikan eksperimen sebagai suatu situasi penelitian yang sekurang-kurangnya satu variabel bebas, yang disebut sebagai variabel eksperimental sengaja dimanipulasi oleh peneliti. Arikunto (2006) mendefenisikan eksperimen adalah suatu metode untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti

dengan mengeleminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian quasi eksperimen, dan menggunakan model desain time series. Ciri dari jenis penelitian ini yaitu adanya pengukuran berulang-ulang, baik sebelum maupun sesudah perlakuan terhadap satu atau beberapa intact group. Iskandar (2008:64) menjelaskan bahwa, penelitian eksperimen merupakan suatu penelitian yang menuntut peneliti memanipulasi dan mengendalikan satu atau lebih variabel bebas serta mengamati variabel terikat, untuk melihat perbedaan sesuai dengan manipulasi variabel bebas (*independent*) tersebut atau penelitian yang melihat hubungan sebab akibat kepada dua atau lebih variabel dengan perlakuan (*treatment*) lebih kepada kelompok eksperimen. Untuk melihat pengaruhnya, maka kelompok eksperimen yang diberi perlakuan (*treatment*) dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberi perlakuan (*treatment*), biasanya disebut kelompok kontrol.

Bentuk rancangan penelitian eksperimen yang akan dilakukan menggunakan desain *Time Series Design*. Dalam penelitian ini observasi dilakukan sebanyak 6 kali yaitu sebelum perlakuan dan setelah perlakuan. Observasi yang dilakukan sebelum perlakuan (O1, O2, O3, O4, O5, O6) disebut pre-test, dan observasi setelah perlakuan (O7, O8, O9, O10, O11, O12) disebut post-test. Berikut ini adalah desain eksperimen dapat dilihat dibawah ini :

O1 O2 O3 O4 O5 O6 X O7 O8 O9 O10 O11 O12
--

Dalam desain penelitian ini, kelompok anak yang digunakan untuk penelitian tidak dapat dipilih secara acak. Sebelum diberi perlakuan, maka dilakukan terlebih dahulu pre-test sampai 6 kali, tujuannya untuk mengetahui kestabilan dan kejelasan keadaan kelompok sebelum diberi perlakuan. Jika hasil pre-test berbeda-beda selama 6 kali, maka artinya kelompok tersebut keadaannya labil, tidak menentu dan tidak konsisten. Setelah kestabilan kelompok dapat diketahui dengan jelas, maka baru diberi perlakuan. Hasil *pre-test* yang baik adalah $O1=O2=O3=O4=O5=O6$ dan hasil perlakuan yang baik adalah $O7=O8=O9=O10=O11=O12$. Besar pengaruhnya perlakuan adalah $(O7 + O8 + O9 + O10 + O11 + O12) - (O1 + O2 + O3 + O4 + O5 + O6)$

Keterangan :

$O1, O2, O3, O4, O5, O6$: *Pre-test* sebelum diberikan perlakuan

X : Perlakuan (permainan sirkuit tradisional)

$O7, O8, O9, O10, O11, O12$: *Post-test* setelah diberi perlakuan.

Sugiyono (2010) menyatakan bahwa terdapat tahap-tahap yang dilakukan dalam penelitian adalah sebagai berikut :

1) Test Awal (*pre-test*)

Peneliti memberikan tes awal ($O1, O2, O3, O4, O5, O6$) berkaitan dengan permainan sirkuit tradisional kepada anak TK Mardi Utami. Kemudian peneliti menghitung rata-rata hasil pre-test untuk menentukan kondisi awal subjek.

2) Perlakukan (*treatment*)

Memberikan perlakuan (X), peneliti memberikan perlakuan terhadap subjek, perlakuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah menggunakan permainan sirkuit tradisional yang dilaksanakan di TK Mardi Utami sesuai dengan pembagian kelompoknya setelah dilakukan *pre-test* sebelumnya. Peneliti menerapkan perlakuan yang diberikan untuk anak yaitu dengan menggunakan permainan sirkuit tradisional sebanyak 6 kali pertemuan, dalam masing-masing pertemuan dilakukan selama 30 menit.

3) Tes akhir (*post-test*)

Memberikan post-test (O7, O8, O9, O10, O11, O12) sebagai tes akhir. Selama diberi perlakuan, peneliti melakukan tes akhir atau *post-test*. Skor rata-rata setiap anak selama 6 hari perlakuan (*treatment*) dijumlahkan dan kemudian dihitung rata-ratanya untuk mendapatkan hasil data setelah diberi perlakuan.

4) Bandingkan rata-rata O1 dan O7 untuk melihat perbedaan atau selisih pengaruh yang ditimbulkan.

5) Membuat interpretasi mengenai hasil penelitian dan menuliskan dalam laporan eksperimen.

Dalam penelitian ini, penulis mengambil model penelitian quasi experimental design merupakan pengembangan dari *true experimental design*. *Quasi experimental design* yaitu terletak pada pemilihan subjek penelitian, yang dilakukan tidak secara random. Bentuk penelitian quasi experimental yang penulis ambil adalah *time series design*. Design ini tidak bisa dipilih secara random.

Sebelum peneliti memberikan perlakuan, kelompok diberi *pre-test* sampai enam kali, dengan tujuan untuk mengetahui kestabilan dan kejelasan kelompok sebelum diberi perlakuan. Bila hasil *pre-test* ternyata berbeda-beda setelah selama 6 kali, berarti kelompok tersebut labil dan konsisten.

3.2. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di TK Mardi Utami yang beralamat di Jl. Karya Ujung Desa Helvetia Kecamatan Labuhan Deli Kabupaten Deli Serdang.

3.3. Identifikasi Variabel

Yang menjadi variabel dalam penelitian ini adalah :

1. Variabel Terikat (Dependen)

Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2008). .Dalam penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah ketangkasan dan kepercayaan diri anak usia 5 – 6 tahun.

2. Variabel Bebas (Independen)

Sugiyono (2008) menyatakan bahwa, “Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat)”.Dalam penelitian ini menjadi variabel bebas adalah permainan sirkuit tradisional.

3.4. Defenisi Operasional

Berdasarkan dari kajian teoritis variabel penelitian, defenisi operasional yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Ketangkasan

Ketangkasan adalah kemampuan fisik yang mengendalikan gerak jasmaniah yang menyesuaikan fungsi alat-alat tubuhnya berupa kekuatan, koordinasi, kecepatan, keseimbangan, kelincahan seperti gerakan berlari, melempar dan melompat.

2. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah kemampuan diri seseorang yang tidak dipengaruhi oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak seperti ambisi, mandiri, peduli, konsep diri, toleransi, bertanggung jawab dan optimis.

3. Permainan Sirkuit Tradisional

Permainan sirkuit tradisional adalah permainan rakyat yang dilestarikan secara turun temurun, yang memiliki aturan dalam setiap permainannya, dilakukan dengan cara yang menyenangkan, permainan ini terdiri dari beberapa pos, yang setiap posnya memiliki rintangan yang harus dilakukan anak.

3.5. Subjek Penelitian

Pengambilan sampel dilakukan jika memenuhi kriteria sebagai berikut:

1. Anak usia 5-6 tahun.
2. Taraf ketangkasan dan kepercayaan diri yang berada pada kategori sedang dan rendah, dari empat kategori yang ditentukan yaitu mulai berkembang (MB), belum berkembang (BB). Pengumpulan data dilakukan dengan studi dokumen yaitu melihat catatan harian siswa yang dimiliki oleh guru.

3. Subjek yang berhasil dipilih sesuai dengan usia dan kriteria ketangkasan dengan permainan sirkuit tradisional yang sedang dan rendah sebanyak 20 orang yang disebar pada kelompok eksperimen I sebanyak 10 orang, kelompok eksperimen II sebanyak 10 orang sesuai dengan rancangan penelitian Time Series Design.

Teknik pengumpulan data adalah langkah yang sangat penting, sebab data yang dikumpulkan akan digunakan untuk pemecahan masalah yang sedang diteliti. Oleh sebab itu dalam penelitian ini pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Menurut Siregar (2014) observasi atau pengamatan langsung adalah kegiatan pengumpulan data dengan melakukan penelitian langsung terhadap kondisi lingkungan objek penelitian yang mendukung kegiatan penelitian, sehingga didapatkan gambaran secara jelas tentang kondisi objek penelitian tersebut. Peneliti melakukan observasi dengan menggunakan lembar observasi, yang dapat dilihat melalui indikator dan sub indikator yang akan dinilai untuk mencari data atau keperluan analisis kuantitatif.

1. Mengadakan pre-test, tujuan dari pemberian pre test adalah untuk mengetahui ketangkasan anak sebelum diberikan perlakuan. Pre test diberikan sebanyak 6 kali untuk mengetahui kondisi awal anak, apakah stabil atau labil. Pre-test yang diberikan berupa permainan sirkuit tradisional.
2. Memberikan perlakuan, kelompok eksperimen I diberi perlakuan permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan anak usia 5 – 6 tahun. Kelompok Eksperimen II diberi perlakuan permainan sirkuit tradisional

terhadap kepercayaan diri anak usia 5 – 6 tahun. Kelompok kontrol dibebaskan dari kegiatan apapun. Penelitian ini dilakukan selama enam hari berturut turut.

3. Melakukan post test, sebagai langkah terakhir dari prosedur penelitian eksperimen ini dari sebelumnya juga sama melakukan kegiatan post-test diberikan sebanyak 6 kali untuk mengetahui hasil dari perlakuan atau intervensi.

3.6. Metode Pengumpulan Data

1. Instrumen penelitian/ Skala

a. Jenis Instrumen/ Skala

Jenis instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi. Lembar observasi yang digunakan adalah lembar observasi berbentuk checklist yang disesuaikan permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri anak usia 5-6 tahun. Instrumen ini berisi item-item perilaku yang meningkatkan kemampuan kognitif anak, dengan kriteria penilaian skala BB (Belum Berkembang), MB (Mulai Berkembang), BSH (Berkembang Sesuai Harapan), BSB (Berkembang sangat Baik).

Tabel 3.1
Kisi-kisi/Blue Print Instrumen Ketangkasan Motorik

No.	Aspek	Indikator	No. Item
1.	Kekuatan	Kemampuan dan ketahanan melakukan aktivitas fisik	1, 2, 3 , 4
2.	Koordinasi	Kemampuan mengatur gerak tubuh pada gerakan bermakna	5, 6, 7 ,8
3.	Kecepatan	Kecepatan tubuh melakukan tindakan	9, 10, 11, 12

		tertentu	
4.	Keseimbangan	Kemampuan fisik menjaga keseimbangan aktivitas	13, 14, 15, 16
5.	Kelincahan	Keluwesannya gerak tubuh individu pada bermacam-macam aktivitas	17, 18, 19, 20

Adapun instrumen kepercayaan diri disusun dengan menggunakan karakteristik kepercayaan diri anak menurut Bandura (1977) yang telah diuraikan pada kajian teori sebelumnya. Instrumen ini dikembangkan kedalam bentuk butir-butir pernyataan. Adapun kisi-kisi instrument kepercayaan diri anak adalah sebagai berikut :

Tabel 3.2
Kisi-kisi/Blue Print Kepercayaan Diri

No.	Aspek	Indikator	No item
1.	Ambisi	Sikap memperjuangkan keinginan terhadap suatu ketercapaian	1, 2, 3
2.	Mandiri	Memperjuangkan keadaan diri sendiri tanpa merepotkan	4, 5, 6
3.	Peduli	Memiliki perhatian pada pengembangan kompetensi	7, 8, 9
4.	Konsep Diri	Pengertian dari kondisi diri terkait kemampuan	10, 11, 12
5.	Toleransi	Memberikan setiap peluang untuk saling berkembang	13, 14, 15
6.	Bertanggung jawab	Berani menerima segala konsekuensi dari diri	16, 17, 18
7.	Optimis	Berkeinginan berjuang secara konsisten untuk keberhasilan	19, 20

Sedangkan kepercayaan diri anak disusun dengan menggunakan karakteristik kepercayaan diri anak menurut Sujiono (2011: 160) yang telah diuraikan di kajian teori sebelumnya. Instrumen ini dikembangkan ke dalam bentuk butir-butir pernyataan.

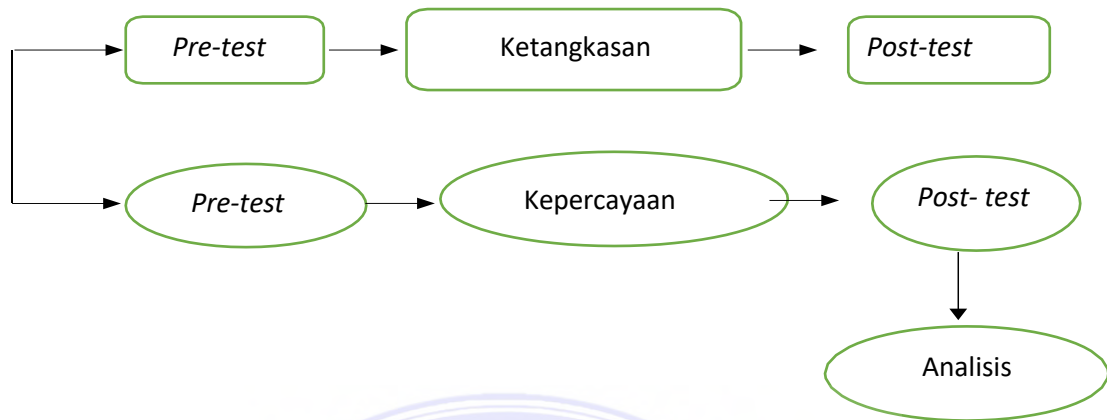
3.7. Prosedur Penelitian

a. Menentukan Tempat Penelitian

Tempat penelitian yang dipilih untuk melakukan penelitian ini adalah di TK Mardi Utami Kabupaten Deli Serdang dengan pertimbangan TK Mardi Utami ini sebagai salah satu sarana pendidikan bagi anak usia dini di Kabupaten Deli Serdang, dan terdapat siswa yang menunjukkan kurangnya ketangkasan sebagaimana yang menjadi latar belakang penelitian ini. Peneliti menentukan subjek penelitian anak usia dini sebanyak 20 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok 1 permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan, kelompok 2 permainan sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri anak usia 5 – 6 tahun.

b. Menentukan Rancangan Pemberian Perlakuan

Pembelajaran diberikan sebagai suatu bentuk perlakuan dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan. Dalam waktu 18 hari, sebelum diberi perlakuan anak



Gambar 3.1 Kerangka perlakuan

akan diberi *pre- test* dan setelah diberi perlakuan anak akan diberi *post-test*.

Selanjutnya dalam melaksanakan eksperimen, yaitu diberikan perlakuan berupa permainan sirkuit tradisional kepada kelompok eksperimen. Selama perlakuan diberikan peneliti mengobservasi dinamika perilaku anggota kelompok selama pembelajaran. Berikut ini kerangka prosedur penelitian yang akan dilakukan.

3.8 Teknik Analisis Data

Analisa data adalah metode yang selalu digunakan dalam mengolah data yang diperoleh sehingga bisa diambil suatu kesimpulan. Sugiyono (2008) menyatakan, “Kegiatan analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, penyajian data tiap variabel yang diteliti, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah dilakukan”. Hipotesis penelitian dapat diuji dengan menggunakan data yang di hasilkan melalui lembar checklist observasi ketangkasan dan kepercayaan diri anak. Hasilnya dianalisis secara kuantitatif dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks* karena subjek penelitian sedikit dan untuk mengetahui analisis perbandingan post test terhadap pre test.

Wilcoxon Signed Rank Test merupakan uji non parametrik yang biasanya digunakan untuk menganalisis data berpasangan karena adanya dua perlakuan yang berbeda (Pramana,2012). *Wilcoxon signed rank test* bisa digunakan apabila data tidak berdistribusi normal. Dasar pengambilan keputusan untuk menerima atau menolak H_0 pada uji *Wilcoxon signed rank test* adalah sebagai berikut :

Jika probabilitas (Asymp.sig) < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima

Jika probabilitas (Asymp.sig) > 0,05 maka, H_0 diterima dan H_a ditolak

Prosedur Uji *Wilcoxon signed rank test* adalah sebagai berikut (siregar,2013) :

a. Menentukan hipotesis

Penentuan hipotesis yang dilakukan dalam pengujian *Wilcoxon signed rank test* ini adalah sebagai berikut:

H_0 : Tidak ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan Anak usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.

H_a : Ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan Anak usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.

H_0 : Tidak ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.

H_a : Ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.

H_0 : Tidak ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.

- Ha : Ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri Anak Usia 5 - 6 Tahun di TK Mardi Utami.
- b. Menentukan *level of significant* sebesar 5% atau 0,05 permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri anak usia 5 – 6 tahun
 - c. Penarikan kesimpulan berdasarkan pengujian hipotesis
 - d. Pengujian dilakukan dengan menggunakan aplikasi SPSS.



BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil analisa, uji hipotesis dan pengolahan data penelitian yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan anak usia dini di TK Mardi Utami ini ditunjukkan dari hasil yang didapat kan sebelum perlakuan (*pre-test*) sebesar 20,48 dan sesudah perlakuan (*post-test*) yaitu sebesar 49,41 dan uji hipotesis *Wilcoxon signed rank test* terlihat hasil *Asymp.sig(2 tailed)* sebesar 0.005 lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05. Hal tersebut menunjukkan bahwa probabilitas dibawah 0.05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan.
2. Ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri anak usia dini di TK Mardi Utami ini ditunjukkan dari hasil yang didapat sebelum perlakuan (*pre-test*) sebesar 25,5 dan sesudah perlakuan (*post-test*) yaitu sebesar 47,93 dan uji hipotesis *Wilcoxon signed rank test* terlihat hasil *Asymp.sig(2 tailed)* sebesar 0.005 lebih kecil dari taraf signifikansi 0.05. Hal tersebut menunjukkan bahwa probabilitas dibawah 0.05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan permainan sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri.
3. Ada pengaruh permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri. anak usia dini di TK Mardi Utami dimana nilai yang

dihasilkan terlihat bahwa pengaruh ketangkasan lebih tinggi pengaruhnya daripada kepercayaan diri dalam permainan sirkuit tradisonal dimana hasil rata-rata antar *pre-test* sebesar 20,48 dan nilai *post-test* sebesar 49,41, sedangkan kepercayaan diri hasil rata-rata *pre-test* adalah sebesar 25,5 dan nilai *post-test* sebesar 47,93 dan dari hasil hipotesis di ketahui bahwa taraf signifikansi Sig (2-tailed) < 0,05 yaitu 0,005 artinya terdapat pengaruh yang signifikan permainan sirkuit tradisonal terhadap ketangkasan dan kepercayaan diri anak usia dini.

5.2 Saran

Dari Penelitian yang telah dilakukan dan kesimpulan yang telah dikemukakan, ada beberapa saran yang diharapkan dapat berguna bagi perkembangan pendidikan Anak Usia Dini sehingga menjadi studi ilmiah bagi para pendidik PAUD khususnya. Adapun saran Peneliti dari pengalaman penelitian ini adalah :

1. Bagi Sekolah PAUD

Bagi sekolah taman kanak-kanak penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi guru sebagai bahan kajian dalam pelaksanaan strategi pembelajaran yang tepat serta metode yang lebih mengedepankan kualitas strategi pembelajaran dengan media permainan untuk menarik minat anak dalam pengembangan ketangkasan dan kepercayaan diri anak.

2. Bagi guru penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dan evaluasi dalam pemilihan metode ajar yang lebih kreatif untuk meningkatkan ketangkasan dan kepercayaan diri anak.

3. Bagi anak penelitian ini dapat memberikan informasi dalam penerapan strategi pengembangan kualitas diri untuk mendapatkan kualitas pembelajaran.
4. Bagi peneliti lain, penerapan permainan sirkuit tradisional dapat dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya, dengan saran agar menggunakan variabel yang berbeda seperti pengembangan kemampuan kognitif atau kemampuan berbahasa yang sesuai dengan tahapan perkembangan usia anak.



DAFTAR PUSTAKA

- Ajun Khamdani. 2010. *Olahraga Tradisional Indonesia*. Singkawang: PT. Maraga Borneo Tarigas.
- Aprianti. 2013. *Meningkatkan Kreativitas Gambar Anak Melalui Melukis Pasir Di Atas Kaca Pada Kelompok B TK Satu Atap Padang Kurawan Bengkulu Selatan*. Skripsi. Bengkulu: FKIP Universitas Bengkulu.
- Arikunto, Suharsini. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aryaninis. 2018. *Peningkatan Rasa Percaya Diri Anak Melalui Kegiatan Bermain Peran Di Taman Kanak-Kanak Restu*. Jurnal Ilmiah Pesona PAUD Vol 5, No. 2 (2018), ISSN 2337-8301. Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang, <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/paud/index>.
- Bambang Laksono, dkk. 2012. *Kumpulan Permainan Rakyat Olahraga Tradisional*. Jakarta: Kementrian Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia.
- Bardida, F. 2016. *The Effectiveness Of a Community-Based Fundamental Motor Skill Intervention In Children Aged 3–8 Years*. Results of the “Multimove for Kids” project.
- Campbell, W. K., Goodie, A. S., & Foster, J. D. 2004. *Narcissism, Confidence, and Risk Attitude*. Journal off Behavioral Decision Making, 297-311.
- Greater, G and Clyde. 2010. *Self Esteem*. South East Glasgow.
- Depdiknas, 2008. *Kamus Besar bahasa Indonesia*. Jakarta: Gramedia.
- Del Rio, L. O. 1990. *Manual para la ensenanza de destrezas basicas en la escuela Elemental . San Juan PR: Instituto de Capacitacion Technica*. Departamento de Recreacion y Deportes.
- Desi Retno Sari. 2013. *Pengaruh Pembelajaran Bermain Peran Terhadap Rasa Percaya Diri pada Anak di TK Pertiwi Karanganyar 2 Plupuh Sragen Tahun Pelajaran 2012/2013*. Skripsi. Jurusan Pendidikan Anak Usia Dini. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Dilanisa. 2011. *Mengenal Permainan Tradisional*. Bandung: Mawar Putra Perdana.
- Diana Mutiah. 2010. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.
- Dharmamulya, S. 2005, *Permainan Tradisional*, Jakarta, Kepel Press.

- Dwijawiyata. 2013. *Mari Bermain*. Yogyakarta: Kanisius.
- Elizabeth B. Hurlock. 1976. *Perkembangan Anak*: Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Fadlillah, M. 2016. *Desain Pembelajaran PAUD: Tinjauan Teoretik dan Praktik*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Fariyah, H. 2015. *Mengembangkan Kemampuan Berhitung Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Bermain Stick Angka*, (Jurnal Prosiding Seminar Nasional & Temu Ilmiah Jaringan Peneliti IAIN Darussalam Blokagung Banyuwangi ISBN : 978-602-50015-0-5.
- Fidrayani, 2016. *Analisis Aspek Perkembangan Kognisi dari Beberapa Jenis Permainan Tradisional Anak Lintas Budaya*. Jurnal Research.
- Gallahue, D.L. 1989. *Understanding Motor Development: Infants, Children, Adolescents, Edisi kedua*. USA: Benchmark Press, Inc.
- Giriwijoyo, H. Y. 2004. *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung: Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia.
- Ghufron, Nur dan Rini Risnawati. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta: Ar-ruzz Media.
- Harsono, 1988. *Coaching dan Aspek Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: CV.Kesuma.
- Hakim, Thursan. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hasanah, U. 2016. *Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional bagi Anak Usia Dini*. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1), 717-733.
- Hidayat, S & Nur, L. 2018. *Nilai Karakter, Berpikir Kritis dan Psikomotorik Anak Usia Dini*. *Jurnal Ilmiah VISI PGTK PAUD dan DIKMAS*, 13(1), 29–35.
- Haerani Nur. 2013. *Membangun Karakter Anak Melalui Permainan Tradisional*, *Jurnal Pendidikan Karakter*: Vol. 1, 44.
- Hidayatu Munawaroh. 2017. *Pengembangan Model Pembelajaran dengan Permainan Tradisional Engklek sebagai Sarana Stimulasi Perkembangan Anak Usia Dini*, *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Vol. 1,
- Hurlock, E. B. 1980. *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Husdarta, J.S. 2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.

- Hendra Surya. 2007. *Percaya Diri itu Penting*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Ibda, F. 2015. *Perkembangan Kognitif: Teori Jean Piaget*. *Jurnal Intelektualita*, 3(1), 27–38.
- Kartono, Kartini. 2010. *Pemimpin dan Kepemimpinan*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Kumara, A. 2012. *Kesehatan Mental di Sekolah*. Faturochman, dkk. Psikologi untuk Kesejahteraan Masyarakat, hal 30. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Kumar, M. S. 2014. 'Influence of circuit training on selected physical fitness variables among men hockey players'. *Journal of Recent Research and Applied Studies*, 1(7), pp. 16-19.
- Loekmono, L. 2010. *Model - Model Konseling*. Salatiga: Widyasari Press.
- Mahmud, RR. Sarjan M. Nurhayati L. 2014. *Pengaruh Pelatihan Skipping terhadap Kemampuan Jump Shoot pada Permainan Bola Basket Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Limboto*. *Jurnal Olahraga Volume 2, Nomor 2*, 2014.
- Mahrita Julia Hapsari S.Pd. 2011. *Upaya Meningkatkan Self-Confidence Siswa Dalam Pembelajaran Matematika Melalui Model Inkuiri Terbimbing*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Misbach, J. 2011. *Stroke, Aspek Diagnostik, Patofisiologi, Manajemen*. Jakarta: Balai Penerbit FK UI.
- Monty P. Satiadarma. 2000. *Dasar-Dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.
- McNaughton, S.J dan Wolf, Larry. L. 1992. *Ekologi Umum*. Edisi -2. Yogyakarta. Gadjah Mada University Press, Diterjemahkan oleh Pringgoseputro, Sunaryo dan Srigundono, B.
- Mulyani, Sri. 2016. *Permainan Tradisional Anak Indonesia*. Yogyakarta: Langensari Publishing.
- Mutohir, Toho. Cholik dan Gusril. 2004. *Perkembangan Motorik Pada Masa Anak-Anak*. Jakarta: Depdiknas.
- Nelson, D. L., & Cox, M. M. 2008. *Lehninger Principles of Biochemistry*. W. H. Freeman.
- Noer, Muhammad. 2010. *Hypnoteaching for Succes Learning*. Yogyakarta: Pustaka Insan Madani.

- Lauster, Peter. 2013. *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Lauster, Peter. 2015. *Tes Kepribadian (Terjemahan D.H. Gulo)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Purwaningsih, E. 2006. *Permainan Tradisional Anak : Salah Satu Khasanah Budaya yang Perlu Dilestarikan*. Jantra: Jurnal Sejarah dan Budaya, 1, 40-46.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 tentang *Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Permendikbud Nomor 146 Tahun 2014 Tentang *Kurikulum 2013 PAUD*.
- Pratama, R. R., & Bayu, W. I. 2019. *Pengaruh metode sirkuit terhadap daya tahan aerobik pada siswa di SMA Negeri 9 Ogan Komering Ulu*. Jurnal Kejaora, 4(2), 14–17. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v4i2.706>.
- Ramadhani, A. 2018. *Seminar Nasional IPTEK Olahraga. Identifikasi Nilai-Nilai Pendidikan Karakter Dalam Permainan Anak Tradisional*, 6–10. <https://ejournal.unibabwi.ac.id/index.php/semnassenalog/article/view/175>.
- Rumah Belajar Persada. 2018. *Bermain Engklek Sambil Mengenal Angka*, <https://www.kompasiana.com/amp/rumah-belajar-persada> diakses pada 31 Agustus 2021 pukul 19.00.
- Samsuri. 1994. *Analisis Bahasa : Memahami Bahasa secara Ilmiah*. Jakarta : Airlangga.
- Sardi, Marisa, Bahrum, Rahmi. 2019. *Penerapan Permainan Tradisional Dalam Mengembangkan Kecerdasan Kinestetik Anak Usia Dini di PAUD It-Hafizul 'Ilmi Kabupaten Aceh Besar*. Jurusan Pendidikan Guru Anak Usia Dini. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Syiah Kuala, Banda Aceh, Indonesia. 2019. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Guru Anak Usia Dini*, 4 (3):45-51 Agustus.
- Soemanto, Wasty. 1998. *Psikologi Pendidikan*. Bandung: Rineka Cipta.
- Soekarman. 1987. *Dasar Olahraga untuk Pembina, Pelatih dan Atlet*. Jakarta: Inti Idayu Press.
- Sharkey, Brian J. 2003. *Kebugaran dan Kesehatan*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Sujiono, Y. N. 2009. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Indeks.
- Muhammad Surya. 2003. *Teori-Teori Konseling*. Bandung: Pustaka Bani Quraisy.

- M. Sajoto. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Susanto, E. 2009. *Pembelajaran Akuatik Bagi Siswa Prasekolah*. *Cakrawala Pendidikan*, XXVIII (3), 282–295.
- Susanto, E. 2012. Model Pembelajaran Akuatik Siswa Prasekolah. *Journal of Physical Education and Sports*, 1(1), 37-47.
- Susanto, E. 2014. *Pembelajaran Akuatik Prasekolah: Mengenalkan Olahraga Air Sejak Dini*. Yogyakarta: UNY Press.
- Susilowati, E. 2014. *Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Sosial pada Siswa Akselerasi Tingkat SMP*. *Jurnal Online Psikologi*. 1(1), 101-113.
- Toho Cholik Mutohir dan Gusril. 2004. *Perkembangan Motorik pada Masa Anak-Anak*. Jakarta: Depdikbud RI.
- Nurus, Uthfia. 2020. *Pengaruh Permainan Tradisional Engklek Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini di TKIT Ash-Shiddiqy Margoyoso Kalinyamatan Jepara*. Undergraduate thesis, IAIN KUDUS.
- Van de Waal, D. & Henriette, A. 1993. *Environmental Factors Influencing Growth and Pubertal Development*. Amsterdam: Department of Pediatrics, Free University Hospital.
- Welis, W., Syafrizar, M., & Sazeli, R. 2013. *Gizi Untuk Aktifitas Fisik dan Kebugaran*. Padang: Sukabina Press.
- Yhana Pratiwi dan M. Kristanto. 2014. *Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar (Keseimbangan Tubuh) Anak melalui Permainan Tradisional Engklek di Kelompok B Tunas Rimba II Tahun Ajaran 2014/2015*, *Jurnal Penelitian PAUDIA*, Vol. 3, , h. 28
- Yoder, J. & Procter, W. 1998. *The self-confident child*. New York: Fack on Fil Publication.
- Yusuf, S. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.



LAMPIRAN 1

INSTRUMEN PENELITIAN

Instrumen Lembar Observasi permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan

Nama Anak :

Usia : 5-6 Tahun

Nama Guru :

No.	Kemampuan	BB (1)	MB (2)	BSH (3)	BSB (4)
1.	Anak mampu berlari				
2.	Anak mampu berlari sambil melompat				
3.	Anak mampu melempar bola tepat sasaran				
4.	Anak mampu menyelesaikan permainan dengan baik				
5.	Anak mampu melintasi lompatan pada tali				
6.	Anak mampu melakukan gerakan sesuai dengan permainan				
7.	Anak mampu mengikuti aturan permainan				
8.	Anak mampu bergerak dengan luwes				
9.	Anak mampu berkompetisi dengan teman saat bermain				
10.	Anak mampu melakukan gerakan sesuai aturan permainan				
11.	Anak mampu merespon perintah di setiap permainan				
12.	Anak mampu berlari hingga pos permainan berikutnya				
13.	Anak mampu berdiri dengan satu kaki				
14.	Anak mampu melompat dengan satu kaki				
15.	Anak mampu melompat dengan ukuran semata kaki				
16.	Anak mampu melompat dengan ukuran selutut				
17.	Anak mampu menyelesaikan perintah disetiap pos permainan				
18.	Anak mampu menyusun peacahan keramik				
19.	Anak mampu memasukan badan ke dalam goni				
20.	Anak mampu berlari menggunakan goni dengan seimbang				

**Instrumen Lembar Observasi rekapitulasi penilaian permainan sirkuit
tradisional terhadap kepercayaan diri**

Nama Anak :

Usia : 5-6 Tahun

Nama Guru :

No	Tingkat Kemampuan	Hari						Jumlah
		1	2	3	4	5	6	
1.	Anak mampu berlari							
2.	Anak mampu berlari sambil melompat							
3.	Anak mampu melempar bola tepat sasaran							
4.	Anak mampu menyelesaikan permainan dengan baik							
5.	Anak mampu melintasi lompatan pada tali							
6.	Anak mampu melakukan gerakan sesuai dengan permainan							
7.	Anak mampu mengikuti aturan permainan							
8.	Anak mampu bergerak dengan luwes							
9.	Anak mampu berkompetisi dengan teman saat bermain							
10.	Anak mampu melakukan gerakan sesuai aturan permainan							
11.	Anak mampu merespon perintah di setiap permainan							
12.	Anak mampu berlari hingga pos permainan berikutnya							
13.	Anak mampu berdiri dengan satu kaki							
14.	Anak mampu melompat dengan satu kaki							
15.	Anak mampu melompat dengan ukuran semata kaki							
16.	Anak mampu melompat dengan ukuran selutut							

17.	Anak mampu menyelesaikan perintah disetiap pos pemainan							
18.	Anak mampu menyusun peacahan keramik							
19.	Anak mampu memasukan badan ke dalam goni							
20	Anak mampu berlari menggunakan goni dengan seimbang							
	Jumlah							



**Instrumen Lembar Observasi permainan sirkuit tradisional terhadap
ketangkasan**

Nama Anak :

Usia : 5-6 Tahun

Nama Guru :

No.	Kemampuan	BB (1)	MB (2)	BSH (3)	BSB (4)
1.	Anak menyelesaikan dengan baik				
2.	Anak mampu mengikuti setiap aturan permainan				
3.	Anak mampu mengendalikan diri / emosi saat bermain				
4.	Anak mampu melakukan aktifitas bermain tanpe pendampingan guru				
5.	Anak mampu melakukan gerakan tanpa meniru gerakan guru				
6.	Anak mampu melewati rintangan setiap pos permainan				
7.	Anak mampu bekerjasama dengan teman saat bermain				
8.	Anak mampu bersosialisasi saat bermain				
9.	Anak mampu menghibur teman yang tidak bisa menyelesaikan permainan				
10.	Anak mampu mampu berani tampil disetiap permainan				
11.	Anak mampu mengendalikan diri (marah-nangis) ketika permainan tidak selesai dilakukan				
12.	Anak mampu memberi kesempatan waktu bermain temannya				
13.	Anak sabar menunggu giliran bermain				
14.	Anak mampu memberi semangat kepada temannya				
15.	Anak mampu merapikan alat bermain				
16.	Anak mampu mengikuti permainan hingga akhir				
17.	Anak mampu menyelesaikan tugas dengan baik				
18.	Anak mampu menunjukkan semangat saat bermain				
19.	Anak mampu mampu mengekspresikan diri setiap melewati pos permainan				
20.	Anak mampu menunjukkan kemampuan melakukan gerakan disetiap permainan				

**Instrumen Lembar Observasi rekapitulasi penilaian permainan sirkuit
tradisional terhadap kepercayaan diri**

Nama Anak :

Usia : 5-6 Tahun

Nama Guru :

No	Tingkat Kemampuan	Hari						Jumlah
		1	2	3	4	5	6	
1.	Anak menyelesaikan dengan baik							
2.	Anak mampu mengikuti setiap aturan permainan							
3.	Anak mampu mengendalikan diri / emosi saat bermain							
4.	Anak mampu melakukan aktifitas bermain tanpe pendampingan guru							
5.	Anak mampu melakukan gerakan tanpa meniru gerakan guru							
6.	Anak mampu melewati rintangan setiap pos permainan							
7.	Anak mampu bekerjasama dengan teman saat bermain							
8.	Anak mampu bersosialisasi saat bermain							
9.	Anak mampu menghibur teman yang tidak bisa menyelesaikan permainan							
10.	Anak mampu mampu berani tampil disetiap permainan							
11.	Anak mampu mengendalikan diri (marah-nangis) ketika permainan tidak selesai dilakukan							
12.	Anak mampu memberi kesempatan waktu bermain temannya							
13.	Anak sabar menunggu giliran bermain							
14.	Anak mampu memberi semangat kepada temannya							
15.	Anak mampu merapikan alat bermain							
16.	Anak mampu mengikuti permainan hingga akhir							
17.	Anak mampu menyelesaikan tugas dengan baik							

18.	Anak mampu menunjukkan semangat saat bermain							
19.	Anak mampu mengekspresikan diri setiap melewati pos permainan							
20	Anak mampu menunjukkan kemampuan melakukan gerakan disetiap permainan							
	Jumlah							





LAMPIRAN 2

MODUL AKTIFITAS PERMAINAN

MODUL AKTIFITAS PERMAINAN SIRKUIT TRADISIONAL

Kegiatan permainan sirkuit tradisional dilakukan dengan 3 tahapan yakni :

1. Kegiatan Pembukaan.
2. Kegiatan Inti.
3. Kegiatan penutup.

Sesi Perkenalan (Pra Eksperimen)

Sasaran Tujuan :

- Menjalin komunikasi yang baik antara guru dan subjek penelitian.
- Memperkenalkan diri dan berbagi cerita yang berhubungan dengan variabel (permainan sirkuit tradisional) oleh guru dan masing-masing anak.
- Memberikan penjelasan tentang permainan sirkuit tradisioanal.

Media : Permainan sirkuit tradisional

Subjek : Peserta didik Tk Mardi Utami labuhan Deli

4. Kegiatan Pembukaan.

Sesi Perkenalan dan penjelasan (±15 Menit)

- Kegiatan pembuka diawali dengan do'a.
- Guru mengucapkan salam, berkenalan dan menjalin komunikasi dengan subjek.
- Guru meminta kepada subjek untuk menyebutkan namanya secara bergiliran sebagai perkenalan diri.
- Guru menggali informasi pada anak tentang permainan sirkuit tradisional.

- Guru mencatat hasil informasi yang didapat sebagai data awal.
- Guru menjelaskan aturan dan tata cara permainan sirkuit tradisional dan mengajak anak bernyanyi dengan semangat.
- Kegiatan permainan sirkuit tradisional ini disesuaikan dengan tema pelajaran.

5. Kegiatan Inti

Sesi Inti (± 35 Menit)

- Anak diminta untuk berbaris rapi di halaman sekolah.
- Guru menjelaskan dan mempraktekan aktifitas apa yang akan dilakukan pada permainan sirkuit tradisional
- Pos pertama, anak melakukan kegiatan permainan lompat tali permainan lompat tali ini, tergolong sangat sederhana. Alat yang dipergunakan dalam permainan ini adalah karet-karet gelang yang dianyam memanjang hingga berukuran sekitar 3-4 meter. Cara bermainnya yaitu dengan dua orang saling memegang ujung-ujung dari tali karet tersebut. Setiap anak yang sampai di pos pertama akan melompat sesuai ketinggian yang telah ditentukan, yaitu selutut anak-anak. Setelah melewati pos pertama anak melanjutkan dengan berlari menuju pos yang selanjutnya.
- Pos kedua, anak melakukan kegiatan permainan engklek. Permainan engklek ini telah ditentukan yaitu permainan engklek bergambar baju. Engklek dimainkan dengan cara melompat dengan satu kaki pada kotak-kotak yang telah dibuat. Untuk kotak yang

letaknya bersebelahan seperti sayap, si anak (permain) diperbolehkan meletakkan kakunya pada kedua kotak secara bersamaan. Setelah si anak selesai bermain di pos kedua, selanjutnya pemain melanjutkan permainannya ke pos selanjutnya.

- Pos ketiga, anak melakukan kegiatan permainan pecah piring yang mana permainan pecah piring ini menggunakan pecahan keramik yang disusun secara bertingkat kemudian dilempar menggunakan bola kasri, agar susunan keramik tersebut berserak. Disini akan tampak sekali ketangkasan anak dalam melempar bola kasti tersebut ke susunan keramik (tepat sasaran atau tidak). selanjutnya permainan anak akan meneruskan ke pos yang terakhir.
- Pos keempat, anak melakukan kegiatan permainan lari goni (karung). Di pos terakhir ini, anak melakukannya secara bersama-sama yaitu dengan berkelompok sebanyak 5 orang. Anak mengambil lipatan goni atau karung yang telah disediakan, kemudian anak masuk kedalam goni atau karung tersebut, sembari tangannya menggenggam kedua ujung goni atau karung agar tidak turun. Semua anak berdiri digaris start. Pada hitungan ketiga anak-anak berlomba mencapai garid finish dengan cara melompat dengan karungnya. Anak yang sampai digaris finish terlebih dahulu adalah pemenangnya. Anak yang kalah akan diulang kembali sehingga mereka dapat melatih ketangkasan tersebut.

- Disetiap pos-pos permainan sirkuit tradisional tersebut, setiap anak akan mendapatkan nilai berupa bintang bagi yang dapat melewati pos permainan tersebut. Bagi yang tidak mendapat bintang artinya mereka belum dapat melewati post tersebut dan harus diulang sehingga mereka mahir dan mampu melewati pos-pos tersebut.
- Setelah guru menjelaskan, anak diminta untuk bermain sirkuit tradisional

6. Kegiatan Penutup

Sesi Penutup (± 10 menit)

- Guru menggali informasi tentang pengalaman bermain sirkuit tradisional yang sudah dilakukan oleh anak.
- Guru menanyakan kepada anak bagaimana perasaannya bermain sirkuit tradisional.
- Guru mengajak anak bernyanyi.
- Kegiatan penutup diakhiri dengan Do'a.



Tabel Hasil *pre-test* permainan sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri

No	Nama Murid	Hari ke						Nilai Rata-rata
		Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	
1	A	23	23	23	24	28	28	20,16
2	B	23	23	23	28	30	30	21,16
3	C	23	23	23	24	28	30	20,16
4	D	23	23	23	28	28	30	20,83
5	E	23	23	23	23	30	30	20,33
6	F	23	23	23	24	26	30	19,83
7	G	23	23	23	24	30	30	20,5
8	H	23	23	23	26	30	30	20,83
9	I	23	23	23	26	30	30	20,83
10	J	23	23	23	24	28	30	20,16
	Jumlah	230	230	230	251	288	298	204,83
	Rata-rata	23	23	23	25,1	28,8	29,8	20,48

Tabel Hasil *Post-Test* Permainan sirkuit tradisional terhadap ketangkasan

No	Nama Murid	Hari ke-						Nilai Rata-rata
		Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	
1	A	30	40	50	50	65	65	50
2	B	30	30	50	50	65	70	49,16
3	C	30	30	50	50	65	70	49,16
4	D	35	35	50	50	65	70	50,83
5	E	35	30	40	50	55	65	45,83
6	F	30	35	45	50	60	70	48,33
7	G	30	30	40	110	60	65	55,83
8	H	30	35	45	45	60	70	47,5
9	I	30	35	45	50	55	65	46,66
10	J	30	40	45	55	65	70	50,83
	Jumlah	310	340	460	560	615	680	494,16
	Nilai Rata-rata	31	34	46	56	61,5	68	49,41

Tabel Hasil rekapitulasi *pre-test* permainan sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri anak

No	Nama Murid	Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Nilai Rata-rata
1	A	23	23	23	26	28	28	25,16
2	B	23	23	24	24	26	28	24,66
3	C	23	23	23	23	28	30	25
4	D	23	23	23	24	26	28	24,5
5	E	23	23	28	28	28	30	26,66
6	F	23	23	23	28	28	28	25,5
7	G	23	23	23	23	28	28	24,66
8	H	23	23	24	50	26	30	29,33
9	I	23	23	23	26	28	28	25,16
10	J	23	23	23	26	60	28	30,5
	Jumlah	230	230	237	278	272	286	255,5
	Jumlah Rata-rata	23	23	23,7	27,8	27,2	28,6	25,55

Tabel Hasil *Post-Test* bermain sirkuit tradisional terhadap kepercayaan diri anak

No	Nama Murid	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Q12	Nilai Rata-rata
1	A	30	30	45	50	65	65	47,5
2	B	30	30	35	50	55	70	45
3	C	30	30	50	50	70	70	50
4	D	28	30	30	50	55	70	43,83
5	E	30	40	45	55	65	70	50,83
6	F	28	30	45	50	65	70	48
7	G	30	45	45	60	65	70	52,5
8	H	30	35	45	50	65	70	49,16
9	I	30	30	40	50	55	70	45,83
10	J	30	30	45	50	60	65	46,66
	Jumlah	296	330	425	515	620	690	479,33
	Jumlah Rata-rata	29,6	33	42,5	51,5	62	69	47,93



LAMPIRAN

HASIL UJI WILCOXON SIGMUND RANK

NPAR TESTS

/WILCOXON=x1y1 x1y2 WITH x2y1 x2y2 (PAIRED)

/STATISTICS DESCRIPTIVES

/MISSING ANALYSIS.

NPar Test**Notes**

Output Created		09-JUN-2022 08:42:26
Comments		
Input	Active Dataset Filter Weight Split File N of Rows in Working Data File	DataSet0 <none> <none> <none> 10
Missing Value Handling	Definition of Missing Cases Used	User-defined missing values are treated as missing. Statistics for each test are based on all cases with valid data for the variable(s) used in that test.
Syntax		NPAR TESTS /WILCOXON=x1y1 x1y2 WITH x2y1 x2y2 (PAIRED) /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS.
Resources	Processor Time Elapsed Time Number of Cases Allowed ^a	00:00:00.02 00:00:00.01 87381

a. Based on availability of workspace memory.

[DataSet0]

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
skor pretes ketangkasan	10	32.9000	1.28668	31.00	35.00
skor pretes kepercayaan diri	10	31.9000	2.02485	30.00	37.00
skor postes ketangkasan	10	70.1000	2.37814	66.00	73.00
skor postes kepercayaan diri	10	69.3000	3.19896	64.00	74.00

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
skor postes ketangkasan - skor pretes ketangkasan	Negative Ranks	0 ^a	.00	.00
	Positive Ranks	10 ^b	5.50	55.00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		
skor postes kepercayaan diri - skor pretes kepercayaan diri	Negative Ranks	0 ^d	.00	.00
	Positive Ranks	10 ^e	5.50	55.00
	Ties	0 ^f		
	Total	10		

- a. skor postes ketangkasan < skor pretes ketangkasan
 b. skor postes ketangkasan > skor pretes ketangkasan
 c. skor postes ketangkasan = skor pretes ketangkasan
 d. skor postes kepercayaan diri < skor pretes kepercayaan diri
 e. skor postes kepercayaan diri > skor pretes kepercayaan diri
 f. skor postes kepercayaan diri = skor pretes kepercayaan diri

Test Statistics^a

	skor postes ketangkasan - skor pretes ketangkasan	skor postes kepercayaan diri - skor pretes kepercayaan diri
Z	-2.820 ^b	-2.809 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.005	.005

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test
 b. Based on negative ranks.



POS 1 PERMAINAN LOMPAT TALI (PERMAINAN SIRKUIT TRADISIONAL)



POS 2 PERMAINAN ENKLEK (PERMAINAN SIRKUIT TRADISONAL)



POS 3 PERMAINAN PECAH PIRING (PERMAINAN SIRKUIT TRADISIONAL)



POS 4 PERMAINAN LARI GONI (PERMAINAN SIRKUIT TRADISIONAL)





UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 2/1/23

Access From (repository.uma.ac.id)2/1/23

