

Pengaruh Permainan Hulahoop pada Motorik Kasar Anak di SDN Kayangan 2 Jombang

Aditya Harja Nenggar[✉], Zakaria Wahyu Hidayat¹, Faisol Hamid¹

¹Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas PGRI Jombang, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author*

E-mail: aditya.nenggar77@gmail.com

Info Artikel

Kata Kunci:

Permainan, Hulahoop, Motorik Kasar, Sekolah Dasar

Keywords:

Games, Hulahoop, Gross Motor, Primary School

Abstrak

Dalam penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui terkait dengan pengaruh permainan hulahoop terhadap motorik kasar, metode penelitian dengan deskriptif kuantitatif. Dengan adanya untuk melihat hasil perlakuan, populasi kelas 1 pada SDN kayangan dan jumlah sampel 30 siswa dengan penentuan sampel dengan purposive sampling, hasil uji deskriptif pre test di peroleh data nilai min 72.00, max 90.00, mean 80.3000, dan standart deviasi 4.39553. dan post test diperoleh data nilai min 74.00, max 92.00, mean 82.3667, SD 4.59748. Berdasarkan uji t menunjukkan nilai signifikan dengan nilai sig = 0,000 < 0,05, untuk itu hasil tersebut menjelaskan adanya perbedaan antara hasil sebelum dan sesudah melaksanakan permainan. Kesimpulan ini menunjukkan bahwa ada pengaruh permainan hulahoop pada motorik kasar anak.

Abstract

This study aims to determine with the effect of hulahoop game on gross motor skills, research method with descriptive quantitative. With the existence to see the results of treatment, population of grade 1 at SDN Kayangan and a sample size of 30 students with the determination of the sample with purposive sampling, test results descriptive pre-test data obtained min value 72.00, max 90.00, mean 80.3000, and standard deviation 4.39553. and post test obtained data value min 74.00, max 92.00, mean 82.3667, SD 4.59748. Based on the t test, the value significant value with a sig value = 0.000 < 0.05, for that result explains there is a difference between the results before and after implementing the game. This conclusion shows that there is an effect of hulahoop game on children's gross motor skills.

© 2024 Author

✉ Alamat korespondensi:

Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas PGRI Jombang, Jawa Timur, Indonesia

PENDAHULUAN

Ketika kondisi siswa dalam menjalankan kegiatan di sekolah pada fase tersebut dengan keterampilan yang baik untuk pondasi fisik yang kuat, Dengan adanya penekanan pada anak sebagai kunci utama dalam bermain

dengan memberi anak kesempatan untuk membuat aturan ketika bermain untuk menunjukkan imajinasi pada setiap anak sebagai bentuk skenario untuk menunjukan kreatifitas yang menarik, sehingga akan berpengaruh terhadap capaian akademik

selanjutnya. Ketika anak dengan motorik baik akan memberi kondisi nyaman saat bergerak dan percaya diri untuk beraktivitas di sekolah sehingga perkembangan akan berkaitan dengan prestasi.

Aktivitas olahraga dapat bantu siswa belajar gerak dasar dan kemampuan motorik kasar untuk bisa berkembang dalam bergerak pada usia sekolah perlu adanya tekanan utama diberikan pada komponen gerak, (Rizky & Chairuna, 2017). Dengan aktivitas bermain selalu berhubungan dengan keterampilan motorik untuk itu permainan yang baik dan efektif untuk perkembangan motorik kasar anak dengan permainan hulahop, (Okmayanti, 2012). Motorik kasar sebagai bentuk kemampuan yang dimiliki untuk menggerakkan anggota tubuh dalam aktivitas untuk suatu gerakan yang cepat misalnya aktivitas lari, lompat, dan lainnya, (Rozana, 2019).

Perkembangan motorik dengan menggambarkan perkembangan dan kematangan dapat mengendalikan tubuh untuk bergerak yang berakibat oleh aktivitas, (Firdaus et al., 2018). Keseluruhan tubuh dalam melakukan kegiatan gerak merupakan bagian dari keterampilan motorik kasar anak dengan adanya koordinasi melalui beberapa jenis kelompok otot anak dalam melakukan aktivitas belajar dalam lempar, loncat, keseimbangan, kekuatan, dan kecepatan sebagai bentuk kemampuan motorik anak, (Rosnida, 2019). Dengan pemberian dasar yang baik menurut (Opstoel et al., 2020) pada siswa sekolah dasar kelas inilah aktifitas yang apabila dilakukan pemberian dasar Teknik yang sesuai dengan karakter motorik anak maka olahraga dapat dijadikan salah satu kebanggaan apabila dapat sampai meraih prestasi. Dari hasil permasalahan di lapangan yang menjadi penyebab tidak berkembangnya kemampuan motorik kasar anak terlihat dalam observasi di lapangan anak siswa-siswi kelas 1, di dapatkan hasil yang kurang dalam kemampuan motorik anak itu terlihat dari siswa ketika pembelajaran yang berkaitan dengan motorik kasar, untuk itu dengan tujuan menerapkan sebuah aktivitas permainan hulahoop memberi dampak pada motorik kasar anak.

METODE

Metode ini dengan penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode eksperimen dalam hal ini untuk (memaparkan) peristiwa yang terjadi saat ini. Penelitian ini menekankan pada pengumpulan hasil data berdasarkan informasi dari lapangan, (Jamshed, 2014). Desain penelitian dengan pre-eksperimental dengan one group pretest-posttest design. Dengan melakukan pengukuran yang berhubungan dengan variabel penelitian untuk melihat dampak dari perlakuan yang diberikan.

Partisipan dalam penelitian adalah seluruh siswa kelas 1 SDN Kayangan 2 dengan jumlah 30, waktu penelitian pada bulan april 2024, penentuan sampel dengan purposive sampling, teknik pengumpulan data menggunakan tes kemampuan motorik kasar, teknik analisis data dengan bantuan program (SPSS) Serie 25.

HASIL

Berdasarkan data awal sebelum dilakukan penerapan permainan dengan tes kemampuan motorik menunjukkan hasil di bawah ini :

Tabel 1. *Pre-test* motorik kasar

| No | Nama | Nilai <i>Pre-test</i> |
|-----|-------|-----------------------|
| 1. | ARP | 89 |
| 2. | ARA | 78 |
| 3. | AA | 78 |
| 4. | APS | 78 |
| 5. | AAZP | 82 |
| 6. | AAP | 81 |
| 7. | APP | 83 |
| 8. | AA | 81 |
| 9. | AAN | 77 |
| 10. | EAN | 77 |
| 11. | GAA | 72 |
| 12. | IP | 83 |
| 13. | KRR | 75 |
| 14. | NF | 83 |
| 15. | LRP | 75 |
| 16. | MDN | 77 |
| 17. | MDA | 83 |
| 18. | MRS | 81 |
| 19. | NIK | 78 |
| 20. | NANH | 78 |
| 21. | PPNP | 86 |
| 22. | RBPBP | 81 |

| | | | | | |
|-----|------|----|-----|-----|----|
| 23. | RNA | 85 | 28. | TDW | 78 |
| 24. | RKA | 85 | 29. | YPR | 86 |
| 25. | SA | 90 | 30. | MZA | 79 |
| 26. | SRPS | 75 | | | |
| 27. | SNR | 75 | | | |

Tabel 2. *Descriptive Statistics Pre-test*

| | N | Min | Max | Mean | Sd |
|--------------------|----|-------|-------|--------|---------|
| Pre test | 30 | 72.00 | 90.00 | 80.300 | 4.39553 |
| Valid N (istiwise) | 30 | | | | |

Berdasarkan uji deskripsi data pada *pre test* di peroleh data nilai min 72.00, max 90.00, mean 80.3000, dan standart deviasi 4.39553.

Adapun hasil dari data *post test* setelah menerapkan permainan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 3. *Post-test* motorik kasar

| No | Nama | Nilai <i>Post-test</i> |
|-----|------|------------------------|
| 1. | ARP | 92 |
| 2. | ARA | 80 |
| 3. | AA | 80 |
| 4. | APS | 80 |
| 5. | AAZP | 84 |
| 6. | AAP | 83 |
| 7. | APP | 85 |
| 8. | AA | 83 |
| 9. | AAN | 79 |
| 10. | EAN | 79 |
| 11. | GAA | 74 |
| 12. | IP | 85 |

| | | |
|-----|-------|----|
| 13. | KRR | 77 |
| 14. | NF | 85 |
| 15. | LRP | 77 |
| 16. | MDN | 78 |
| 17. | MDA | 85 |
| 18. | MRS | 83 |
| 19. | NIK | 80 |
| 20. | NANH | 80 |
| 21. | PPNP | 88 |
| 22. | RBPBP | 84 |
| 23. | RNA | 88 |
| 24. | RKA | 88 |
| 25. | SA | 92 |
| 26. | SRPS | 77 |
| 27. | SNR | 77 |
| 28. | TDW | 80 |
| 29. | YPR | 88 |
| 30. | MZA | 80 |

Tabel 4. *Descriptive Statistics Post-test*

| | N | Min | Max | Mean | Sd |
|--------------------|----|-------|-------|---------|---------|
| Pre test | 30 | 74.00 | 92.00 | 82.3667 | 4.59748 |
| Valid N (istiwise) | 30 | | | | |

Berdasarkan uji deskriptif data post test diperoleh data nilai min 74.00, max 92.00, mean 82.3667, SD 4.59748.

normalitas diperoleh hasil pada tabel sebagai berikut :

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

Uji Normalitas

Uji normalitas untuk melihat hasil data berdistribusi normal atau tidak dengan uji *Shapiro Wilk Test*. Dari perhitungan uji

| | Shapiro-Wilk | | |
|-----------|--------------|----|------|
| | Statistic | df | Sig. |
| pre_test | .964 | 30 | .387 |
| post_test | .949 | 30 | .159 |

Berdasarkan tabel 5 di atas menunjukkan data awal dan akhir pada nilai sig > 0.05,

sehingga bisa di jelaskan bahwa data penelitian ini termasuk data berdistribusi normal.

Pengujian Hipotesis

Tabel 6. Hasil Uji *Paired Samples Test*

| | Paired differences | | | | t | df | Sig (2-table) |
|--------------------------|--------------------|----------|------------|---------------------------------|--------|----|---------------|
| | Mean | Std | Std. Error | 95%Confidence | | | |
| | | Devlston | Mean | Interval Of the Differnce | | | |
| Pair pst-test 1 pre_test | 2.06667 | 44978 | 08212 | Lower Upper 1.808872 2.23467 | 25.167 | 29 | .000 |

Berdasarkan hasil hitung uji t-test menggunakan SPSS *for windows* diketahui nilai sig 0,000 < 0,05. Maka terdapat perbedaan kemampuan motorik siswa sebelum dan sesudah diberi permainan.

PEMBAHASAN

Terkait hasil data yang di ketahui dari pelaksanaan penelitian bahwa dengan menggunakan aktivitas kegiatan dalam permainan hulahoop berpengaruh terhadap motorik kasar pada peserta didik di SD Negeri Kayangan 2 Jombang. Oleh karena itu dengan menerapkan permainan tersebut berdampak positif terhadap keaktifan siswa dalam bergerak, sehingga permainan hulahoop yang dengan melompat dilingkaran hulahoop yang disusun di bawah, estafet hulahoop, dan melakukan permainan hulahoop. Hal ini juga sesuai dengan Leisman, Braun-Benjamin, & Melillo, (2014), Menjelaskan bahwa tentang perkembangan motorik dengan meliputi peningkatan dalam keterampilan untuk mengontrol dan mengemdalikan gerak tubuh melalui aktivitas yang selalu melakukan berkoordinasi dengan fungsi sistem syaraf dan otot.

Perkembangan jasmani pada siswa sekolah dasar meliputi pertumbuhan biologis seperti perkembangan otak, tulang dan otot, untuk itu dalam perkembangan fisik anak harus sesuai sehingga bisa berdampak positif terkadap kemampuan motoriknya dan juga sebaliknya ketika mengalami gangguan perkembangan fisik akan mempengaruhi motorik, pada kemampuan motorik akan menjadi landasan keterampilan anak. Selain itu keterampilan

sangat bergantung pada keterampilan dasar (Rinaldi & Sabari, 2019). Permainan mempunyai fungsi untuk mengembangkan keterampilan dasar anak, (Saputra & Ekawati, 2017) siswa usia sekolah ada beberapa masa dalam perkembangan usia 6-9 tahun (tengah) dan 10-12 tahun (akhir), dengan bermain akan memberi kesenangan dan senang dalam bekerja dan merasa senang dalam beraktivitas secara langsung.

Kemampuan motorik sangat penting untuk melakukan semua kegiatan. Seseorang yang memiliki kemampuan motorik yang baik dapat melakukan semua kegiatan dengan baik, (Fikriyah, 2021). Motorik kasar bisa melakukan kombinasi gerak dengan otot besar dalam melakukan aktivitas untuk gerakan dengan mengerahkan tenaga dan selalu berpartisipasi dalam kegiatan yang dapat berdampak positif pada kemampuan motorik kasar, (Van Capelle, et, al, 2017). Ketika gerakan sederhana haris dilakukan siswa dalam menunjang kemampuan motorik kasar anak dengan gerakan terstruktur dengan membutuhkan koordinasi otot yang lebih baik untuk keseimbangan bentuk tubuh dan pergerakan barang dan anggota badan, (Zhang et al., 2018).

Menurut Burhaein, (2017) Anak memiliki ciri yang suka dengan bermain dan beraktivitas fisik, suka berkelompok saat bekerja, dan juga senang dalam aktivitas gerak secara langsung, dengan hal itu gerakan motorik kasar dalam aktivitas permainan yang dilakukan di sekolah selalu melibatkan gerakan otot – otot besar dengan jumlah tenaga yang besar dalam aktivitas gerak. Perubahan proporsi, yang mencakup perubahan tinggi

badan dan berat badan, adalah jenis perubahan yang cukup spesifik, (Puspita et al., 2018). Perkembangan keterampilan merupakan tolak ukur dasar bagi perkembangan anak dan salah faktor utama adalah faktor perkembangan kepribadian yang menjadikan anak memiliki karakter yang mempengaruhi karakter anak secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Dalam hal ini dapat diketahui simpulan bahwa penerapan permainan hula hoop mempengaruhi kemampuan motorik kasar anak di SD Negeri Kayangan 2 Jombang, dengan melihat hasil nilai signifikansi $0.000 < 0,05$. rekomendasi bahwa permainan hula hoop memberi dampak positif terhadap kemampuan motorik anak dan selanjutnya bisa memberi permainan yang berkaitan dengan kemampuan motorik anak.

REFERENSI

- Burhaein, E. (2017). Indonesian Journal of Primary Education Aktivitas Fisik Olahraga untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*, 1(1), 51–58.
- Fikriyah, S. N. (2021). Analisis Perkembangan Fisik-Motorik Siswa Kelas 3 di Sekolah Dasar Negeri Tajem. *Edunesia: Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2(1), 200–207. <https://doi.org/10.51276/edu.v2i1.121>
- Firdaus, A., Yulianingsih, Y., & Hayati, T. (2018). Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Ritmik. (*JAPRA*) *Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal (JAPRA)*, 1(1), 25–39. <https://doi.org/10.15575/japra.v1i1.3543>
- Jamshed, S. (2014). Qualitative research method-interviewing and observation. *Journal of Basic and Clinical Pharmacy*, 5(4), 87. <https://doi.org/10.4103/0976-0105.141942>
- Leisman, G., Braun-Benjamin, O., & Melillo, R. (2014). Cognitive-motor interactions of the basal ganglia in development. *Frontiers in Systems Neuroscience*, 8(FEB), 1–18. <https://doi.org/10.3389/fnys.2014.00016>
- Okmayanti. (2012). Peningkatan Motorik Kasar Anak melalui permainan hula hop di taman kanak - kanak AL quran al - islam kota sawahlunto. *Spektrum: Jurnal Pendidikan Luar Sekolah (PLS)*, 1(2), 11.
- Opstoel, K., Chapelle, L., Prins, F. J., De Meester, A., Haerens, L., van Tartwijk, J., & De Martelaer, K. (2020). Personal and social development in physical education and sports: A review study. *European Physical Education Review*, 26(4), 797–813. <https://doi.org/10.1177/1356336X19882054>
- Puspita, D., Calista, W., & Suyadi, S. (2018). Perkembangan Fisik-Motorik Siswa Usia Dasar: Masalah Dan Perkembangannya. *JIP Jurnal Ilmiah PGMI*, 4(2), 170–182. <https://doi.org/10.19109/jip.v4i2.2780>
- Rinaldi, M., & Sabari, M. (2019). Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas Atas Di Sekolah Dasar Negeri Gadingan Wates Tahun 2018/2019. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Olahraga*, 1(2), 2–5.
- Rizky, O. B., & Chairuna, C. (2017). Studi Deskriptif Kemampuan Motorik Kasar Siswa Kelas a Paud It Baitul Izzah Kota Bengkulu. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(2), 16–18. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i2.4258>
- Rosnida, R. (2019). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak melalui Permainan Busa Geometri di Taman Kanak-kanak Sejati Ketaping Batang Anai Kab. Padang Pariaman. *Journal on Teacher Education*, 1(1), 57–69. <https://doi.org/10.31004/jote.v1i1.505>
- Rozana, S. (2019). Peningkatan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Engklek Di PAUD Al-Ashry Kel. Pekan Selesai Kec. Selesai - Langkat. *Jurnal Ilmiah Abdi Ilmu*, 12(2), 132–142.
- Saputra, N. E., & Ekawati, Y. N. (2017). Permainan Tradisional Sebagai Upaya Meningkatkan Kemampuan Dasar Anak Tradisional Games in Improving

Children'S Basic Abilities. *Jurnal Psikologi Jambi*, 2(2), 48–53.

Van Capelle, A., Broderick, C. R., van Doorn, N., E.Ward, R., & Parmenter, B. J. (2017). Interventions to improve fundamental motor skills in pre-school aged children: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 20(7), 658–666. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2016.11.008>

Zhang, L., Sun, J., Richards, B., Davidson, K., & Rao, N. (2018). Motor Skills and Executive Function Contribute to Early Achievement in East Asia and the Pacific. *Early Education and Development*, 29(8), 1061–1080. <https://doi.org/10.1080/10409289.2018.1510204>