

**PENGARUH *KIDS' ATHLETICS* TERHADAP
KETERAMPILAN GERAK DASAR ATLETIK PADA
ANAK USIA 4-6 TAHUN**

*The Influence Of Kids' Athletics on Basic Athletics Movement Skills in
Children 4-6 Years Old*

Ayu Mariatul Qibtiyah¹, Yayan Wardiyanto, Fakhri Fajrin Kurniawan

Program studi Ilmu Keolahragaan, Universitas Muhammadiyah Cirebon, Indonesia

¹*ayum.qibty@gmail.com*

Abstrak

Kids' Athletics merupakan olahraga atletik yang dimodifikasi tanpa meninggalkan unsur latihannya. Agar anak-anak dapat mengenal, memainkan dan meningkatkan keterampilan gerak dasar atletik seperti lari, lompat dan lempar. *Kids' Athletics* merupakan salah satu permainan yang diciptakan oleh para ahli Pendidikan Jasmani untuk merangsang anak atau memberikan motivasi anak untuk bergerak menyerupai pembelajaran atletik yang sesungguhnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh berbasis *Kids' Athletics* terhadap keterampilan gerak dasar atletik pada anak usia 4-6 tahun. Rancangan penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Teknik sampling menggunakan *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 56 responden, pengumpulan data menggunakan data *Pre-test* dan *Post-test*. Analisa data menggunakan *Mann Whitney U*. Hasil menunjukkan sebagian responden memiliki keterampilan gerak dasar lari baik (82,1%), keterampilan gerak dasar lompat baik (78,6%), dan keterampilan gerak dasar lempar baik (73,2%). Berdasarkan hasil uji statistik *Mann Whitney U* menunjukkan ada pengaruh yang signifikan antara *Kids' Athletics* dengan Keterampilan gerak dasar atletik pada anak usia 4-6 tahun dengan nilai *Mann Whitney U* diperoleh nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $0,00 < 0,05$. Disimpulkan bahwa *Kids' Athletics* berpengaruh signifikan terhadap keterampilan gerak dasar atletik pada anak usia 4-6 tahun.

Kata kunci : *Kids' Athletics*, gerak dasar lari, gerak dasar lompat, gerak dasar lempar, anak usia 4-6 tahun.

Abstract

Kids' athletics is a modified athletics sport without leaving the practice. So that children get to know, play and improve basic ahletics movement skills such as running, jumping, and throwing. *Kids' athletics* is one of the games created by physical education experts to stimulate children or giving a motivation for children to move resemble athletics learning. Study this aim for find out if influence is based kids' athletics against skills motion base athletics in children 4-6 years old. Design study this use quantitative research with an approach experiment. Sampling technique using total sampling with amount sample by 56 respondents, collecting data using pre-test and post-test data. Data analysis using *Mann Whitney U*. The results showed that some respondents had good running basic movement skills (82.1%), good jumping basic movement skills (78.6%), and good throwing basic movement skills (73.2%). Based on the results of the *Mann Whitney U* statistical test, it shows that there is a significant influence between kids' athletics and basic athletic movement skills in children aged 4-6 years with the *Mann Whitney U* value obtained. *Asymp .Sig.(2- tailed)* of $0.00 < 0.05$. So can it can be concluded that there is a significant

effect. It was concluded that kids' athletics had a significant influence on basic athletic movement skills in children 4-6 years old.

Keywords : *Kids' Athletics, basic movements of running, basic movements of jump, basic throwing movements, children 4-6 years old.*

PENDAHULUAN

Olahraga adalah suatu aktivitas yang berhubungan dengan fisik, dilihat dari namanya “olah” yang berarti mengolah, melatih dan “raga” yang berarti tubuh atau badan (Widiyanto & Kurniawan, 2021). Olahraga adalah aktivitas untuk melatih tubuh seseorang, tidak hanya secara jasmani tetapi juga rohani. Dalam UU Sistem Keolahragaan Nasional No 11 Tahun 2022 BAB I Pasal 1 no 1 di jelaskan bahwa olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya (Republik Indonesia, 2022). Pada dasarnya olahraga dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja, kegiatan olahraga pun tidak hanya diperuntukan untuk orang dewasa tetapi anak-anakpun dapat berolahraga sesuai dengan usia dan kebutuhannya (Ridwan & Astuti, 2021).

Olahraga dapat dilakukan kapan saja dan dimana saja, kegiatan olahraga pun tidak hanya diperuntukan untuk orang dewasa tetapi anak-anakpun dapat berolahraga sesuai dengan usia dan kebutuhannya (Ridwan & Astuti, 2021). Olahraga pada orang dewasa berbeda dengan olahraga pada anak-anak, karena pada orang dewasa aktivitas olahraga sudah memiliki tujuan latihan seperti meningkatkan kebugaran, menurunkan berat badan, meningkatkan masa otot, dan sebagainya. Olahraga pada anak usia dini dapat membantu proses pertumbuhan dan perkembangan secara optimal baik fisik, motorik, mental, dan sosial. Kondisi fisik merupakan tumpuan prestasi olahraga (Kurniawan & Khoiriyah, 2021).

UNESCO dengan persetujuan dari negara anggotanya membagi jenjang pendidikan menjadi 7 yang disebut *International Standard Classification of Education (ISDEC)*. Pada jenjang yang ditetapkan UNESCO tersebut, pendidikan anak usia dini termasuk pada level 0 atau jenjang prasekolah. Pada rentang usia 4 sampai dengan 6 tahun merupakan jenjang pendidikan yang berada pada taman kanak-kanak (Ridwan & Astuti, 2021). Pada usia ini disebutkan juga masa *golden age* seorang anak, dimana pada masa ini seluruh potensi anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan secara cepat, yakni dapat mengembangkan aspek

kognitif, afektif dan psikomotorik salah satunya ialah kemampuan gerak dasar yang meliputi gerak lokomotor, non lokomotor dan gerak manipulatif.

Perkembangan keterampilan gerak dasar pada anak harus melalui proses pembelajaran dan pengalaman pada masa anak-anak atau usia dini dalam menemukan kemampuan penguasaan pola gerak dasar sebagai pondasi kemampuan gerak pada cabang olahraga tertentu (Instrumen Tes Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini, 2015). Gerak dasar adalah kemampuan untuk melakukan tugas sehari-hari yang meliputi gerak lari, lompat, dan lempar. Kemampuan gerak dalam keterampilan gerak dasar (*fundamental motor skill*) menggambarkan derajat penguasaan keterampilan dalam menggunakan jari-jari tangan, koordinasi mata tangan dan mata kaki, tempo keseimbangan, serta persepsi visual yang dapat dipelajari dan dikembangkan melalui aktivitas fisik seumur hidup (Syahrial, 2015).

Keterampilan gerak dasar dapat ditingkatkan melalui aktivitas fisik dan bermain “bermain aktif” merupakan pengertian yang digunakan untuk aktivitas fisik atau aktivitas motorik kasar untuk anak-anak di bawah lima tahun, dan gerak dasar merupakan pondasi belajar gerak melalui partisipasi dalam bermain aktif bagi anak-anak. Melatih keterampilan gerak dasar dapat membantu dalam pengontrolan tubuh dalam beraktivitas di lingkungan yang baru maupun bentuk gerakan yang baru dan rumit. Pemberian latihan untuk anak usia 4-6 tahun harus menyenangkan yang disuguhkan dalam bentuk permainan karena pada masa ini anak masih senang bermain sehingga cara ini akan lebih efektif.

PAUD atau TK merupakan tempat pembelajaran paling mendasar yang strategis dalam pengembangan sumber daya manusia yang dilakukan dengan pembinaan melalui suatu upaya dengan tujuan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan sikap, pengetahuan, keterampilan, daya cipta, jasmani, dan rohani agar anak lebih siap dalam memasuki jenjang pendidikan selanjutnya. Kesalahan gerak pada perkembangan fisik yang dilakukan terus-menerus akan memberikan dampak negatif pada anak baik pada jangka pendek maupun jangka panjang dikemudian hari. Penerapan gerak, jenis dan porsi pengembangan fisik yang benar akan mendukung pertumbuhan yang baik pada anak.

Pada masa anak-anak bermain merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupannya dan cenderung merupakan kebutuhan dasar yang hakiki. Sesuai

dengan karakter anak mereka akan lebih bersemangat ketika sedang bermain atau terdapat unsur permainan dalam suatu pembelajaran di sekolah (Wardiyanto, 2021). Pembelajaran yang sangat diminati anak-anak disekolah ialah saat jam pelajaran olahraga berlangsung karena kegiatan olahraga anak-anak dapat bermain dan bergerak untuk menunjukkan keaktifan, kreativitas, meningkatkan kebugaran, dan mengembangkan kemampuan serta potensi yang ada.

Pelajaran olahraga yang sering dimainkan oleh anak salah satunya ialah atletik. Atletik merupakan aktivitas jasmani yang terdiri dari gerakan-gerakan dasar yang dinamis dan harmonis, yaitu jalan, lari, lompat, dan lempar (Afrizal & Jaka Sulistia, 2022). Sedangkan menurut Mulyadi dan Yusup (2021) atletik merupakan bagian dari rekonstruksi jasmaniah dan rohaniah siswa dalam mengembangkan afektif, kognitif, atau psikomotor dalam sebuah pendidikan. Karena prinsipnya sama dengan olahraga lain yang dilaksanakan di sekolah, dimana penekanan kegiatannya mengarah kepada aktivitas fisik dan keterampilannya. Pada dasarnya olahraga atletik telah memiliki tahapan latihan bagi setiap kelompok usia. Tahapan latihan untuk kelompok usia 0-8 tahun tersebut adalah *Kids' Athletics*

Penelitian yang dilakukan pada siswa PAUD di 10 kecamatan di Kota Padang dengan 121 sampel, didapatkan hasil bahwa keterampilan gerak dasar pada anak usia 4-6 tahun masih kurang sehingga diperlukan pemberian latihan untuk melatih keterampilan gerak dasar pada usia dini. Sehingga jenis olahraga yang sesuai diberikan untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar anak usia 4-6 tahun berdasarkan kutipan diatas yakni olahraga *Kids' Athletics* karena olahraga ini sesuai dengan kriteria yang telah disebutkan seperti melempar, melompat, dan berlari. *Kids' Athletics* merupakan olahraga atletik yang dimodifikasi tanpa meninggalkan unsur latihannya. *Kids' Athletics* merupakan alternatif pembelajaran atletik diusia dini, hal ini dimaksudkan agar anak-anak menyukai pembelajaran atletik yang selama ini mempunyai kesan yang berat, memerlukan tenaga ekstra, dan membosankan (Rumini, 2014).

Berdasarkan pemaparan diatas dan dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan, maka diperoleh informasi bahwa pentingnya pemberian program *Kids' Athletics* yang dibuat sesuai karakteristik anak usia 4-6 tahun guna memudahkan dalam pemberian program serta sesuai dengan tujuan penelitian ini yakni meningkatkan keterampilan gerak dasar atletik secara optimal. Penelitian ini penting dilakukan agar anak dapat melatih motorik kasar dan motorik halus guna sebagai pondasi awal untuk gerakan lebih rumit ditingkatan usia selanjutnya. Maka dari itu peneliti terdorong untuk mengetahui lebih jauh apakah dengan diberikannya program *Kids' Athletics* dapat mempengaruhi keterampilan gerak dasar atletik yakni lari, lompat, dan lempar pada anak usia 4-6 tahun.

METODE

Desain Penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian pre-eksperimen dengan desain penelitian *one group pre-test post-test*. Tempat penelitian dilakukan di RA Uswah Hasanah Desa Babakan Kecamatan Ciwaringin Kabupaten Cirebon.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini ialah *non-probability sampling*. *Non-probability sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang/kesempatan sama bagi setiap populasi untuk dipilih menjadi sampel (Sugiyono, 2013). Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini ialah sampel jenuh (*total sampling*). Sampel jenuh adalah teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh populasi. Pengambilan seluruh populasi ini dengan tujuan menggeneralisasi kesalahan dengan skala yang lebih kecil (Sugiyono, 2013). Sampel dalam penelitian ini ialah anak-anak dengan usia 4-6 tahun di RA Uswah Hasanah Desa Babakan Kecamatan Ciwaringin Kabupaten Cirebon yang berjumlah 28 siswa dan 28 siswi, dengan total sampel sebanyak 56 siswa dan siswi.

Pelaksanaan *Pre-test, treatment, dan Post-test* berlangsung selama 4 minggu, dengan 14 kali pertemuan dalam waktu 4 minggu, yang mana dibagi menjadi 3 tahapan yakni 1 kali pengambilan *Pre-test*, 12 kali *treatment*, dan 1 kali pengambilan *Post-test*. Proses latihan sebanyak 12 kali sudah dapat dikatakan terlatih, sebab sudah ada perubahan yang menetap (Khoirur et al., n.d.). Penilaian

Pre-test dan *Post-test* merujuk pada buku instrument tes keterampilan gerak dasar anak usia dini.

HASIL

Penelitian ini terdiri dari 12 tes diantaranya 3 tes lari, 3 tes lompat, dan 6 tes lempar. Dalam setiap tesnya memiliki 3 indikator penilaian yakni sangat baik (nilai 3), baik (nilai 2), dan kurang baik (nilai 1). Selanjutnya dilakukan pemberian program latihan (*treatment*) selama 12 pertemuan. Bentuk latihan dalam program latihan (*treatment*) ini merujuk pada IAAF Kids Athletics Manual 3-4 2016 dan IAAF Kids Athletics Manual 5-6 2016. Program latihan ini memiliki 9 bentuk latihan *Kids' Athletics* dengan 3 gerak dasar lari, 3 gerak dasar lompat, dan gerak dasar lempar.

1. Analisis Univariat

a. Analisis Keterampilan Gerak Dasar Lari Anak Usia 4-6 Tahun

Tabel 1 Distribusi Frekuensi *Pre-test* dan *Post-test* Lari Siswa dan Siswi RA Uswah Hasanah (n=56)

| Variabel | Mean | | Persentase (%) | |
|-------------|-----------------|------------------|-----------------|------------------|
| | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> |
| Sangat Baik | 6 | 10 | 8,9% | 17,9% |
| Baik | 45 | 46 | 80,4% | 82,1% |
| Kurang Baik | 5 | - | 10,7% | - |
| Total | 56 | 56 | 100% | 100% |

Berdasarkan tabel 1 di atas maka dapat diketahui bahwa hasil *Pre-test* dari 45 siswa dan siswi RA Uswah Hasanah dengan Persentase (42,9%) memiliki tingkat *pret-test* lari dengan kategori Baik. Hasil *Post-test* dari 46 siswa dan siswi RA Uswah Hasanah dengan Persentase (82.1%) memiliki tingkat *Post-test* lari dengan kategori Baik.

b. Analisis Keterampilan Gerak Dasar Lompat Anak Usia 4-6 Tahun

Tabel 2 Distribusi Frekuensi *Pre-test* dan *Post-test* Lompat Siswa dan Siswi RA Uswah Hasanah (n=56)

| Variabel | Mean | | Persentase (%) | |
|-------------|-----------------|------------------|-----------------|------------------|
| | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> |
| Sangat Baik | - | 12 | - | 21,4% |
| Baik | 37 | 44 | 66,1% | 78,6% |
| Kurang Baik | 19 | - | 33,9% | - |
| Total | 56 | 56 | 100% | 100% |

Berdasarkan tabel 2 di atas maka dapat diketahui bahwa hasil *Pre-test* dari 37 siswa dan siswi RA Uswah Hasanah dengan Persentase (66,1%) memiliki tingkat *pret-test* lompat dengan kategori Baik. Hasil *Post-test* dari 44 siswa dan siswi RA Uswah Hasanah dengan Persentase (78,6%) memiliki tingkat *Post-test* lompat dengan kategori Baik.

c. Analisis Keterampilan Gerak Dasar Lompat Anak Usia 4-6 Tahun

Tabel 3 Distribusi Frekuensi *Pre-test* dan *Post-test* Lompat Siswa dan Siswi RA Uswah Hasanah (n=56)

| Variabel | Mean | | Persentase (%) | |
|-------------|-----------------|------------------|-----------------|------------------|
| | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> | <i>Pre-test</i> | <i>Post-test</i> |
| Sangat Baik | 2 | 15 | 3,6% | 26,8% |
| Baik | 41 | 41 | 73,2% | 73,2% |
| Kurang Baik | 13 | - | 23,2% | - |
| Total | 56 | 56 | 100% | 100% |

Berdasarkan tabel 3 di atas maka dapat diketahui bahwa hasil *Pre-test* dari 41 siswa dan siswi RA Uswah Hasanah dengan Persentase (42,9%) memiliki tingkat *pret-test* lempar dengan kategori Baik. Hasil *Post-test* dari 41 siswa dan siswi RA Uswah Hasanah dengan Persentase (73,2%) memiliki tingkat *Post-test* lempar dengan kategori Baik.

d. Persentase Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Atletik Anak Usia 4-6 Tahun

Tabel 4 Persentase Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Atletik pada Anak Usia 4-6 Tahun

| Variabel | Mean | | Persentase (%) |
|----------|----------|-----------|----------------|
| | Pre-test | Post-test | |
| Lari | 2,02 | 2,18 | 7,96% |
| Lompat | 1,66 | 2,21 | 33,33% |
| Lempar | 1,80 | 2,27 | 25,74% |

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat hasil yang menunjukkan nilai rata-rata *Pre-test*, *Post-test*, dan Persentase peningkatan dari tes keterampilan gerak dasar yang dilakukan oleh anak usia 4-6 tahun. Hasil Lari menunjukkan rata-rata *Pre-test* 2,02 dan rata-rata *Post-test* 2,18, sehingga menghasilkan persentase peningkatan sebesar 7,96%. Lompat menunjukkan rata-rata *Pre-test* 1,66 dan rata-rata *Post-test* 2,21, sehingga menghasilkan Persentase peningkatan sebesar 33,33 %. Lempar menunjukkan rata-rata *Pre-test* 1,80 dan rata-rata *Post-test* 2,27, sehingga menghasilkan persentase peningkatan sebesar 25,74%.

2. Analisis Bivariat

a. Uji Normalitas

Tabel 5 Uji Normalitas Keterampilan Gerak Dasar Lari, Lompat, dan Lempar
 Tests of Normality

| Kelas | | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|-------|------------------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
| | | Statistic | Df | Sig. | Statistic | Df | Sig. |
| Lari | <i>Pre-test</i> | ,179 | 56 | ,000 | ,935 | 56 | ,005 |
| | <i>Post-test</i> | ,269 | 56 | ,000 | ,799 | 56 | ,000 |

a. Lilliefors Significance Correction

| Kelas | | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
|--------|------------------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
| | | Statistic | Df | Sig. | Statistic | Df | Sig. |
| Lompat | <i>Pre-test</i> | ,260 | 56 | ,000 | ,828 | 56 | ,000 |
| | <i>Post-test</i> | ,361 | 56 | ,000 | ,722 | 56 | ,000 |

a. Lilliefors Significance Correction

| Tests of Normality | | | | | | | |
|--------------------|------------------|---------------------------------|----|------|--------------|----|------|
| Kelas | | Kolmogorov-Smirnov ^a | | | Shapiro-Wilk | | |
| | | Statistic | Df | Sig. | Statistic | Df | Sig. |
| Lempar | <i>Pre-test</i> | ,147 | 56 | ,004 | ,904 | 56 | ,000 |
| | <i>Post-test</i> | ,280 | 56 | ,000 | ,738 | 56 | ,000 |

a. Lilliefors Significance Correction

Data pada tabel 5 menunjukkan hasil tes uji normalitas pada anak usia 4-6 tahun. Berdasarkan hasil perhitungan uji normalitas *Kolmogorov Smirnov Test* pada tabel 1.5 dapat dilihat bahwa data variabel memiliki Sig. < 0.05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa data tersebut tidak berdistribusi normal. Sehingga analisis data dilanjutkan dengan pengujian statistik non parametrik dengan menggunakan metode *Mann Whitney U*.

b. Uji Homogenitas

Tabel 6 Hasil Perhitungan Uji Homogenitas Keterampilan Gerak Dasar Lari, Lompat, dan Lempar

| Test of Homogeneity of Variances | | | | |
|----------------------------------|-----------|-----|-----|------|
| | Levene | | | |
| | Statistic | df1 | df2 | Sig. |
| <i>Pre-test</i> Lari | 1,797 | 1 | 52 | ,186 |
| <i>Post-test</i> Lari | 2,412 | 1 | 52 | ,127 |

| Test of Homogeneity of Variances | | | | |
|----------------------------------|-----------|-----|-----|------|
| | Levene | | | |
| | Statistic | df1 | df2 | Sig. |
| <i>Pre-test</i> Lompat | 1,173 | 1 | 52 | ,284 |
| <i>Post-test</i> Lompat | ,093 | 1 | 52 | ,761 |

| Test of Homogeneity of Variances | | | | |
|----------------------------------|-----------|-----|-----|------|
| | Levene | | | |
| | Statistic | df1 | df2 | Sig. |
| <i>Pre-test</i> Lempar | ,087 | 1 | 52 | ,769 |
| <i>Post-test</i> Lempar | 2,153 | 1 | 52 | ,148 |

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan hasil tes uji homogenitas pada anak usia 4-6 tahun. Berdasarkan hasil perhitungan uji homogenitas *Pre-test* lari diperoleh nilai signifikansi 0,186 dan *Post-test* lari diperoleh nilai signifikansi 0,127. Karena $\text{Sig.} > 0.05$ maka disimpulkan bahwa data tersebut homogen. *Pre-test* lompat diperoleh nilai signifikansi 0,284 dan *Post-test* lompat diperoleh nilai signifikansi 0,761. Karena $\text{Sig.} > 0.05$ maka disimpulkan bahwa data tersebut homogen. *Pre-test* lempar diperoleh nilai signifikansi 0,769 dan *Post-test* lempar diperoleh nilai signifikansi 0,148. Karena $\text{Sig.} > 0.05$ maka disimpulkan bahwa data tersebut homogen.

c. Uji Hipotesis

Tabel 7 Hasil Uji Mann Whitney U

| Test Statistics ^a | | | | | |
|------------------------------|----------|------------------------|----------|------------------------|----------|
| Lari | | Lompat | | Lempar | |
| Mann-Whitney U | 655,500 | Mann-Whitney U | 82,500 | Mann-Whitney U | 89,500 |
| Wilcoxon W | 2251,500 | Wilcoxon W | 1678,500 | Wilcoxon W | 1685,500 |
| Z | -5,456 | Z | -8,897 | Z | -8,705 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | ,000 | Asymp. Sig. (2-tailed) | ,000 | Asymp. Sig. (2-tailed) | ,000 |
| | * | | * | | * |

Berdasarkan tabel 7 diperoleh hasil perhitungan gerak dasar lari, lompat, dan lempar. Diketahui bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar $0,00 < 0,05$. maka dapat disimpulkan bahwa “Hipotesis diterima”. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh *Kids' Athletics* terhadap keterampilan gerak dasar atletik pada anak usia 4-6 tahun.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa pembelajaran *Kids' Athletics* berpengaruh signifikan atau dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar atletik seperti lari, lompat, dan lempar. Pembelajaran *Kids' Athletics* merupakan salah satu inovasi dan kreativitas yang dilakukan oleh guru dalam melaksanakan proses mengajarnya, dimana dalam proses pembeajarannya seorang guru memberikan beberapa permainan atletik yang dirasakan akan memberikan kegembiraan pada siswa. Penelitian yang lain juga

menjelaskan pembelajaran gerak berbasis *Kids' Athletics*, efektif untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar siswa.

Kids' Athletics memberikan kegembiraan pada anak disetiap latihan karena meliputi latihan gerakan yang beragam dan bervariasi. Mamesah, ED (2019) menyebutkan karakteristik aktivitas olahraga yang baik untuk anak usia dini ialah dengan Memberi bermacam-macam pengalaman gerak (*multilateral training*) dalam bentuk permainan dan perlombaan. Peralatan yang digunakan dalam *Kids' Athletics* tidak seperti pada olahraga atletik dewasa namun disesuaikan karakteristik dan perkembangan anak, sehingga anak lebih mudah melakukan setiap gerakan-gerakan yang terdapat dalam gerak dasar atletik.

Pemberian latihan *Kids' Athletics* terhadap keterampilan gerak dasar atletik di RA Uswah Hasanah Kecamatan Ciwaringin Kabupaten Cirebon sebagian besar memiliki nilai yang baik. Sehingga pemberian latihan *Kids' Athletics* terhadap keterampilan gerak dasar atletik di RA Uswah Hasanah Kecamatan Ciwaringin Kabupaten Cirebon memberi dampak positif. Anak dengan penguasaan gerak dasar yang baik maka anak siap untuk melakukan gerakan yang lebih kompleks (Vanagosi, 2016)

Hal ini menunjukkan bahwa siswa dan siswi RA Uswah Hasanah Kecamatan Ciwaringin Kabupaten Cirebon memiliki keterampilan gerak dasar atletik yang baik melalui program latihan *Kids' Athletics*. Berdasarkan riset dan teori di atas maka hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian program latihan *Kids' Athletics* terhadap keterampilan gerak dasar atletik pada anak usia 4-6 tahun di RA Uswah Hasanah Kecamatan Ciwaringin Kabupaten Cirebon.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian program latihan *Kids' Athletics* terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar atletik diantaranya lari, lompat, dan lempar pada anak usia 4-6 tahun, setelah diberikan program latihan *Kids' Athletics* selama 12 kali pertemuan.

REFERENSI

- Abdullah, K., Jannah, M., Aiman, U., Hasda, S., Fadilla, Z., Taqwin., Masita., Ardiawan, K. N., & Sari, M. K.(2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini
- Afrizal, & Jaka Sulistia. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lari Gawang Kids Atletik Menggunakan Pendekatan Saintifik Pada Siswa Kelas V Sd Negeri 19 Kota Banda Aceh. *Silampari Journal Sport*, 2(3), 1–9. <https://doi.org/10.55526/sjs.v2i3.352>
- Badan Standar, Kurikulum, Dan Asesmen Pendidikan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia .(2022). Capaian Pembelajaran untuk Satuan PAUD (TK/RA/BA, KB, SPS, TPA)
- KEMENPORA. (2015). Instrumen Tes Keterampilan Gerak Dasar Anak Usia Dini.
- Kurniawan, F. F., & Khoiriyah, N. (2021). *Biomotor Profile of Basketball Athletes Aged Under 16 Years. 1*, 5–9. <https://doi.org/10.4108/eai.28-4-2021.2312124>
- Mamesah, E. D. (2019). Gerak Dasar Multilateral Anak Usia Dini 3-6 Tahun. *Jurnal Riset Physical Education*, 10(1), 46–56. <https://doi.org/10.33558/motion.v10i1.1792>
- Mulyadi, A., & Yusup. (2021). Pengaruh Pembelajaran Berbasis Kids Athletics Terhadap Gerak Motorik. *Jurnal Fakultas Keguruan & Ilmu Pendidikan*, 2(3), 1–23.
- Republik Indonesia. (2022). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan. *Jdih.Bpk Ri*, 1–89. Undang-undang (UU) Nomor 11 Tahun 2022
- Ridwan, & Astuti, S. D. (2021). Pendidikan Jasmani dan Olahara Anak Usia Dini. In *Laboratorium Penelitian dan Pengembangan FARMAKA TROPIS Fakultas Farmasi Universitas Muallawarman, Samarinda, Kalimantan Timur* (Issue Juli).
- Rumini. (2014). Pembelajaran Permainan Kids Athletics Sebagai Wujud Pengembangan Gerak Dasar Atletik Pada Anak-Anak. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 1(2), 98–107.
- Sugiyono, D. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan.
- Syahrial, B. (2015). Merancang Pembelajaran Gerak Dasar Anak. In U. Press (Ed.), *Unp Press* (1st ed., Vol. 1). UNP PRESS.
- Vanagosi, K. D. (2016). Konsep gerak dasar untuk anak usia dini. *Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 1, 72–79.

Wardiyanto, Y. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran Terhadap Penguasaan Teknik Dasar Renang Gaya Dada The Influence of Learning Model on The Mastery of Basic Breaststroke Swimming Techniques. *Jurnal Sains Keolahraaan Dan Kesehatan*, 6(1), 29–36.

Wardiyanto, Y., & Kurniawan, F. F. (2021). Analisis Aktivitas Fisik Berbasis Kearifan Lokal Untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh Di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru (Akb). *Jurnal Sains Keolahraaan Dan Kesehatan*, 6(2), 170–181. <https://doi.org/10.5614/jskk.2021.6.2.6>