

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan jenis desain penelitian eksperimen semu. Metode kuantitatif dipilih karena data yang dikumpulkan berupa angka, diolah dengan analisis statistik, dan bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan. Fokus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah kegiatan senam sehat memiliki pengaruh terhadap peningkatan motorik kasar pada anak-anak berusia 5-6 tahun.

Pemilihan desain eksperimen semu dilakukan berdasarkan kondisi di lapangan, di mana peneliti tidak dapat melaksanakan eksperimen murni karena berbagai keterbatasan, terutama dalam pengaturan subjek. Anak-anak yang menjadi partisipan telah dibagi dalam kelas tertentu di TK IKI PTPN7 Pering Baru Kabupaten Seluma, sehingga peneliti tidak bisa melakukan pengacakan, melainkan harus menggunakan kelompok yang telah ada. Oleh sebab itu, penelitian ini menerapkan desain Pretest-Posttest Control Group.

Desain penelitian Pretest-Posttest Control Group Design terdiri dari dua tim, yakni tim eksperimen dan tim kontrol. Kedua tim terlebih dahulu menjalani tes awal (pretest) untuk mengevaluasi kemampuan awal motorik Kasar. Selanjutnya, tim eksperimen mendapatkan perlakuan berupa kegiatan

senam sehat secara teratur sesuai dengan jadwal penelitian, sedangkan tim kontrol tidak menerima perlakuan khusus, hanya mengikuti kegiatan pembelajaran seperti biasanya. Setelah periode perlakuan selesai, kedua tim diberikan tes akhir (posttest) untuk mengukur kembali kecerdasan kinestetik anak.

Rancangan Penelitian Group Pre-Test Post-Test

Kelompok	pretest	Perlakuan	Posttest
		(X)	
A	01	X(Senam sehat)	02
B	03	-(Tanpa Perlakuan)	04

Penjelasan:

A = Eksperimen Group

B = Kontrol Group

01 = *Pretest* tes yang digunakan untuk mengukur kemampuan awal

anak sebelum mengikuti kegiatan pembelajaran (sebelum perlakuan)

02 = *Posttest* tes yang dilakukan setelah anak mengikuti

pembelajaran pada kelompok eksperimen

X = *Statmen* / Perlakuan dengan lagu fonetik

03 = Pre-Test pada kelompok kontrol

04 = Post-Test pada kelompok kontrol

Dengan tata cara ini, peneliti bisa membandingkan peningkatan skor kemampuan kinestetik antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sehingga dapat diidentifikasi dengan jelas apakah senam sehat memberikan dampak yang berarti.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

a. Tempat dan waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di TK IKI PTPN7 Pering Baru Kabupaten Seluma. Pemilihan tempat ini didasari oleh beberapa alasan, yaitu, Sekolah ini memiliki siswa berusia 5–6 tahun yang sesuai dengan kriteria penelitian. Ada dukungan dari pihak sekolah untuk pelaksanaan kegiatan penelitian. Menurut pengamatan awal, masih ada anak-anak yang membutuhkan stimulasi dalam pengembangan motorik kasar melalui aktivitas fisik. Oleh karena itu, lokasi ini dianggap relevan dan representatif untuk meneliti pengaruh kegiatan senam sehat terhadap kecerdasan kinestetik anak di usia dini. Dan waktu penelitian akan di laksanakan setelah adanya surat izin dari pihak kampus dan penulis akan mengatur jadwal

dengan pihak sekolah untuk memulai penelitian, dengan tahun ajaran baru 2026/2027.

b. Subjek Penelitian

Subjek dari penelitian ini adalah anak-anak berusia 5-6 tahun yang terdaftar sebagai siswa di TK IKI PTPN7 Pering Baru Kabupaten Seluma pada tahun ajaran 2025/2026. Penentuan subjek dilakukan dengan pertimbangan bahwa usia 5-6 tahun adalah fase krusial dalam perkembangan anak, di mana kemampuan fisik dan kecerdasan kinestetik tumbuh dengan cepat dan memerlukan stimulasi yang sesuai.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

a. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya.

Dalam studi ini, populasi yang dimaksud adalah seluruh anak berusia 5-6 tahun yang terdaftar sebagai siswa di TK IKI PTPN7 Pering Baru Kabupaten Seluma pada tahun ajaran 2025/2026.

b. Sampel

Sampel adalah bagian dari sejumlah karakteristik yang dimiliki oleh populasi yang digunakan untuk penelitian. Arikunto (2006: 134) menyatakan, apabila

jumlah subjeknya kurang dari 100 maka lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi, tetapi apabila jumlahnya lebih besar maka diambil sebanyak 10-15 % atau 20-25% atau lebih.

D. Defenisi Opsional Variabel

1. Variabel X (Aktivitas Senam Sehat)

Aktivitas senam sehat merupakan gerakan fisik yang mudah yang dilakukan oleh anak-anak berusia 5-6 tahun secara konsisten, teratur, dan menyenangkan, dengan waktu pelaksanaan 20 sampai 30 menit, satu kali dalam seminggu, selama sebulan. Tujuan dari senam ini adalah untuk merangsang perkembangan motorik anak.

2. Variabel Y (Perkembangan Motorik Kasar)

Motorik kasar merujuk pada kemampuan yang dimiliki anak berusia 5-6 tahun dalam mengatur gerakan tubuhnya, mempertahankan keseimbangan, berkoordinasi, bergerak dengan cepat, dan melakukan keterampilan motorik dasar. Penilaian dilakukan dengan mengamati performa anak selama pretest dan posttest.

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam pengumpulan data di penelitian ini menggunakan 3 tahap pengumpulan.

1. Observasi

Dilaksanakan untuk melihat secara langsung pelaksanaan aktivitas senam sehat serta perkembangan

kecerdasan kinestetik anak. Observasi dilakukan dengan menggunakan alat berupa lembar observasi yang mencakup indikator-indikator motorik kasar, seperti kemampuan mengendalikan gerakan tubuh, koordinasi motorik, kelincahan, dan keterampilan dalam menggunakan anggota tubuh.

2. Tes atau Penilaian Kinerja (Performance Test)

Kegiatan ini berupa latihan langsung anak dalam melaksanakan gerakan senam yang sehat. Evaluasi dilakukan berdasarkan panduan yang sudah ditentukan sesuai dengan indikator motorik kasar.

3. Dokumentasi

Mengumpulkan informasi dalam bentuk gambar, rekaman video, atau jurnal selama pelaksanaan senam sehat. Dokumentasi ini berfungsi sebagai alat bukti tambahan untuk menguatkan hasil pengamatan dan uji coba.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan perangkat yang dimanfaatkan oleh peneliti atau pengajar untuk mengukur, menilai, atau memahami hasil dari suatu kegiatan atau penelitian. Di dalam ranah penelitian pendidikan, instrumen evaluasi umumnya berupa formulir pengamatan, ujian, kuesioner, atau panduan wawancara.

Instrumen yang dipakai dalam penelitian ini adalah lembar observasi tentang motorik kasar anak. Alat ini digunakan untuk mengamati dan mengevaluasi kemampuan motorik anak usia 5-6 tahun saat mengikuti aktivitas senam sehat. Pengamatan dilakukan secara langsung oleh peneliti dengan mengamati tingkah laku dan kemampuan anak saat melaksanakan gerakan senam.

Indikator motorik kasar yang diperhatikan mencakup kemampuan koordinasi tubuh, keseimbangan, kelenturan, ketepatan gerak, kelincahan, stamina fisik, serta kemampuan dalam mengontrol gerakan. Setiap indikator dinilai menggunakan skala perkembangan anak, yaitu Belum Berkembang, Mulai Berkembang, Berkembang Sesuai Harapan, dan Berkembang Sangat Baik.

Selain lembar observasi, dokumentasi juga digunakan sebagai alat pendukung untuk memperkuat data penelitian. Dokumentasi ini terdiri dari foto, video mengenai kegiatan senam sehat, dan catatan pelaksanaan kegiatan. Alat penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data yang objektif tentang pengaruh kegiatan senam sehat terhadap peningkatan kecerdasan kinestetik pada anak usia 5-6 tahun.

G. Teknik Analisis Data

Teknik pengolahan data dalam studi ini bertujuan untuk mengidentifikasi dampak dari aktivitas senam sehat terhadap perkembangan kecerdasan kinestetik pada anak usia 5-6 tahun.

Informasi yang dianalisis dikumpulkan dari pengamatan kecerdasan kinestetik pada kelompok yang diberi perlakuan dan kelompok yang tidak diberi perlakuan. Proses analisis data dilakukan melalui beberapa langkah seperti berikut:

1. Analisis Statistik Deskriptif

Analisis deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi secara umum, meliputi

- Nilai rata-rata (mean)
- Nilai maksimum dan minimum
- Standar deviasi

Analisi ini bertujuan untuk mengetahui gambaran awal tingkat kecerdasan kinestetik anak sebelum dan sesudah diberi perlakuan kegiatan senam sehat.

Rumus nilai rata-rata (mean)

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

$\bar{X}$ = nilai rata-rata

$\sum X$ = jumbla seluruh skor

N =jumbla subjek penelitian

2. Uji normalitas

Mengetahi apakah data berdistribusi normal atau tidal (syarat untuk menggunakan uji prametis seperti t-test

$$W = \frac{(\sum a_i x_i)^2}{\sum (x_i - \bar{x})^2}$$

W = Nilai statistik Shapiro Wilk

x_i = Data Yang Telah Ditentukan Dari
Ter kecil Sampai Terbesar

$\bar{x}$ = Nilai Rata-rata (mean)

α_i = Konstanta Shapiro wilk (Diambi.l
dari tabel shapiro wilk sesuai jumlah sampel)

$\sum (x_i - \bar{x})^2$ = Jumlah Kuadrat Selisih data
Mean

3. Uji hipotesis

Langka-laka umum

1. Tentukan hipotesis

H_1 =Tidak ada pengaruh/perbedaan

Contohnya tidak ada pengaruh kegiatan senam
terhadap kecerdasan kinestetik anak

H_2 =ada pengaruh/perbedaan

Contohnya ada pengaruh kegiatan senam sehat
terhadap kecerdasan kinestetik anak

2. Tentukan taraf signifikat (α)

0,05 (5%)

3. Hitung nilai statistik uji

Gunakan rumus t,F atau X^2 sesuai dengan jenis
uji

4. Badingkan dengan nilai tabel

Jika nilai hitung > nilai tabel tolak H_1

Jika nilai hitung < nilai tabel trimah H_1 (tidak
ada pengaruh)

5. Tulis kesimpulan penelitian

Contoh:

Misalnya, mean sebelum senam 70, mean sesudah senam 80, Sd Selisih 20 dan n 25

$$\text{Maka } t = \frac{80-70}{10/\sqrt{25}} = \frac{10}{5} = 5$$

