



Optimalisasi Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Teknik Dasar Parkour Pada Kelas B di R.A. Perwanida Barabai

Imam Al Hakam (1st); Nor Izzatil Hasanah (2nd)

^{1,2}Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

¹imamalhakam@gmail.com, ²izhanorhasanah@gmail.com

Corresponding Author: Nor Izzatil Hasanah-izhanorhasanah@gmail.com

Submitted: 23 12 22 / Accepted: 21 08 23 / Published: 14 12 23

Abstract

This article was motivated by the poor gross motor development of children at RA Perwanida Barabai. Therefore, this study aims to test the effectiveness of parkour in developing children's motor skills. Quantitative research with a quasi-experimental approach was used as the research method. This research uses only one class and uses a pre-test and post-test. The test results in the posttest class reached an average of 91.19. The average value of 69.18 was achieved in the pre-test class. Testing the hypothesis with the independent t-test found that the results of the paired sample test for data from the pretest of the experimental class and the posttest of the experimental class obtained a p value of 0.000 < 0.05, this indicates that the H₁ hypothesis is accepted or not. In other words, it can be concluded that there are significant or significant differences between the pre-test and post-test, that this research can have a significant impact on the use of basic parkour techniques to optimize gross motor skills for early childhood at the age of 5-6 years at RA Perwanida Barabai.

Keywords: Experiment; basic parkour techniques; early childhood.

Abstrak

Artikel ini dilatarbelakangi oleh perkembangan motorik kasar anak di RA Perwanida Barabai yang kurang baik. Oleh karena itu peneliti nini bertujuan untuk menguji efektifitas parkour untuk mengembangkan motorik anak. Penelitian kuantitatif dengan pendekatan kuasi eksperimen dijadikan sebagai metode penelitian ini. Penelitian ini hanya menggunakan satu kelas dan menggunakan tes pre-test dan post-test. Hasil tes pada kelas posttest mencapai rata-rata 91,19. Nilai rata-rata 69,18 dicapai pada kelas pre-test. Pengujian hipotesis dengan independent t-test diketahui bahwa hasil uji sampel berpasangan untuk data Pretest kelas eksperimen dengan Posttest kelas eksperimen diperoleh nilai p sebesar 0,000 < 0,05, hal ini menunjukkan bahwa Hipotesis H₁ diterima atau tidak. Dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan atau signifikan antara pre-test dan post-test, bahwa penelitian ini dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap penggunaan teknik dasar parkour untuk mengoptimalkan motorik kasar anak usia dini. pada usia 5-6 tahun di RA Perwanida Barabai.

Kata kunci: Eksperimen; teknik dasar parkour; anak usia dini.

Pendahuluan

Pendidikan anak usia dini mempunyai pengertian yaitu pendidikan yang mengembangkan berbagai aspek kecerdasan yang merupakan potensi bawaan. Pendidikan anak usia dini diarahkan dalam rangka pemberian upaya untuk menghasilkan kemampuan dan keterampilan pada anak, membekali dan

menyiapkan anak sejak dini untuk membantu perkembangan kehidupan selanjutnya (Amurwaningsih & Hasanah, 2018). salah satu potensi bawaan yang perlu dikembangkan adalah aspek fisik dan motorik anak. Aspek fisik dan motorik anak terbagi menjadi fisik motorik kasar dan halus. Aspek motorik kasar berkaitan dengan pengembangan kemampuan yang berkaitan otot-otot besar yakni seperti kemampuan berjalan berlari, melompat, melompat, keseimbangan dan lain-lain. Sedangkan motorik halus berkaitan dengan pengembangan otot-otot kecil dan koordinasi mata (Fitriani & Adawiyah, 2018). Untuk mengembangkan aspek ini, biasanya para pendidik meancang berbagai kegiatan yang menarik dan menyenangkan untuk anak. Untuk motorik halus misalnya, biasanya guru mengajak anak untuk mewarna, bermain playdough, meronce, menggunting dan lain-lain, sedangkan untuk mengembangkan motorik kasar, biasanya guru mengajak anak untuk bermain seperti berjalan diatas titian, bermain lompat tali, bermain perosotan, dan lain-lain. Di masa pandemi, pembelajaran pada anak usia dini juga dilaksanakan secara daring atau online. Di saat itu, guru melaksanakan pembelajaran dengan menggunakan media komunikasi, seperti zoom, google meet, dan whatsapp. Di mana kegiatan di rasa hanya dapat berfokus pada perkembangan kognitif dan motorik halus anak. Sedangkan untuk mengembangkan aspek motorik kasar anak tidaklah terlalu maksimal (Fajrin & Sugito, 2022).

Berdasarkan *preliminari reseach* yang dilakukan dengan wawancara kepada kepala sekolah Raudhatul Athfal Perwanida Barabai diketahui bahwa pada masa pandemi anak-anak yang berada di kelompok A hanya diberikan tugas secara online sehingga keterampilan motorik halus perkembangan bahasa dan kognitif paling banyak di kembangkan sedangkan motorik kasarnya tidak berkembang optimal. Adapun setelah anak berada di kelompok B dan kegiatan sudah Kembali tatap muka, guru sangat merasa bahwa mengembangkan motorik kasar anak menjadi PR besar yang harus di perhatikan. Selain itu, berdasarkan hasil observasi, Peneliti menyadari keterampilan motorik kasar anak-anak dengan RA. Perwanida Barabai belum berkembang, karena dalam belajar dan bermain di luar ruangan, anak masih sering terjatuh saat melompat, menjadi tidak seimbang saat berjalan atau berlari, masih kesulitan untuk berdiri dengan satu kaki.

Menurut para pendidik di Raudhatul Athfal Perwanida Barabai, kegiatan pengembangan motorik kasar di Raudhatul Athfal Perwanida Barabai biasanya dilakukan dengan mengajak anak untuk melakukan permainan bola dan permainan bebas (perosotan, ayunan, jungkat-jungkit, dll) tanpa memperhatikan perkembangan motorik kasar anak secara detail. Melihat hal ini, maka peneliti beranggapan bahwa perlu adanya upaya yang serius untuk mengembangkan aspek motorik kasar anak dengan memperhatikan dan pemilihan kegiatan bermain yang sesuai dengan minat dan karakteristik anak. Sehingga pengembangan motorik kasar anak tidak hanya sekedar dibiarkan dan dibebaskan bermain *outdoor* secara bebas tanpa adanya perhatian dan pengamatan secara terukur.

Parkour adalah salah satu kegiatan yang dapat menjadi alternatif dalam mengembangkan motorik kasar anak. Dari berbagai sumber teknik dasar parkour cocok untuk anak usia dini karena bermain teknik dasar parkour mengembangkan kemampuan motorik kasar anak seperti berjalan, melompat, *rolling* serta dapat meningkatkan gerakan lokomotor dan non lokomotor dengan optimal (Muntaha, Sidrah, 2018). Di dalam parkour ada 3 aspek yang dikembangkan, pertama adalah kekuatan (*strength*), kedua adalah stamina and kecepatan (*stamina dan speed*), dan ketiga adalah teknik dan fokus (*technique and focus*). Ketiga aspek tersebut kemudian dituangkan dalam beberapa Teknik dasar yaitu

1. *Jumping*, gerakan melompat secara vertical maupun horizontal dengan menggunakan dua kaki secara bersamaan (Sukmawan, Andrea Aji, 2015)
2. *Running*, pergerakan yang dinamis sesuai kemauan dari praktisi parkour dan sudah diperhitungkan dari awal. Dalam teknik running ini dapat dikembangkan menjadi 3 teknik lagi yaitu: *jogging, sprint* dan *studdle*.

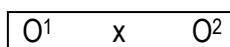
3. *Landing*, teknik mendarat di permukaan tanah.
4. *Precision Jump*, teknik melakukan lompatan statis dari satu objek ke objek lainnya untuk melatih power kontrol.
5. *Rolling*, gerakan berguling kedepan maupun kebelakang, dalam teknik ini biasanya diaplikasikan setelah melakukan lompatan. (Utomo, Ilham Nur, 2015)

Kajian terbaru yang dijadikan acuan dalam penelitian ini adalah: Penerapan Teknik Dasar Parkour Pada Mata Pelajaran PJOK Lompat Jauh Gaya Jongkok Kelas V MIN Muara Banta Kota Kandungan. penggunaan dasar untuk memperkuat otot kaki dan lengan serta teknik dasar parkour. (Muntaha, Sidrah, 2018). Improving gross motor skills in 5- 6 year old children by jumping rope at PAUD Al-Ikhlas, South Tangerang (Muslimah, 2019). Mengembangkan keterampilan motorik kasar anak melalui permainan keluar Usia 4-5 di Taman Kanak-kanak oleh Pembina Kota Agung Tanggamus (Arini, 2019). Berdasarkan paparan tersebut, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas teknik dasar parkour terhadap optimalisasi motorik kasar pada anak Kelompok B di RA Perwanida.

Metode

Jenis penelitian yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Pendekatan yang digunakan adalah metode penelitian eksperimen semu atau quasi eksperimen. Proses pelaksanaan penelitian quasi eksperimen dengan menggunakan group *Pretest-Posttest* design dapat digambarkan sebagai berikut:

Keterangan:



Ket:

O¹ : *Pretest* (sebelum pemberian Treatment)

X: Treatment atau perawatan

O²: post test (setelah Treatment)

Tujuan dari rancangan di atas adalah agar peneliti melakukan penelitian dengan mengamati kelompok eksperimen. Kemudian dilakukan pre-test (O¹) terlebih dahulu untuk melihat potensi awal sebelum memberikan efek, kemudian dilakukan treatment (X) dan kemudian dilakukan post-test (O²) untuk melihat pengaruh dari efek yang diberikan tersebut. Dan untuk melihat anak tersebut apakah ada perkembangan atau perbedaan setelah dilakukan pengujian tersebut. (Sugiyono, 2018)

Penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif dengan tahapan perumusan masalah, desain penelitian, topik dan objek penelitian, pemilihan sampel penelitian, sumber data, instrumentasi, teknik perolehan data, teknik analisis data yang dibagi menjadi beberapa pengujian yaitu uji deskripsi data, uji normalitas, homogenitas tes dan tes hipotesis. tetapi juga menarik kesimpulan. Alat tes pre test dan post test yang disediakan berupa tabel evaluasi dan diisi oleh penguji untuk membandingkan nilai pre test dan post test untuk mengetahui apakah ada pengaruhnya terhadap *gross engine* optimalisasi anak memiliki pengembangan kompetensi. Alat penelitian yang digunakan berasal dari beberapa penelitian terdahulu yang digunakan oleh para ahli.

Subyek penelitian ini adalah Anak Usia Dini Kelompok B di R.A. Perwanida Barabai memiliki 18 anak, 7 diantaranya laki-laki dan 11 perempuan. Para anak memperoleh materi dan latihan tentang teknik dasar Parkour. Selain itu, hasil data instrumental dianalisis dengan membandingkan hasil anak sebelum

dan sesudah tes dengan SPSS 23, yaitu uji H.paired-samples t-test (uji statistik parametrik). Tingkat signifikansi uji t sampel bebas berpasangan adalah 0,05 dengan selang kepercayaan 95%. Pengujian hipotesis dilakukan dengan data nilai *Pretest Posttest* pada kelas eksperimen (Arikunta, 2010). Instrumen penelitian yang digunakan tercantum dalam tabel 1 di bawah ini:

Tabel 1. Instrumen Penelitian

Instrumen Penelitian Optimalisasi Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di R.A Perwanida Barabai									
Variabel	Indikator	Sub Indikator	NO	ITEM	SCOR PENILAIAN				
					BB	MB	BSH	BSB	
Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun	Landing/ mendarat	anak dapat melakukan gerakan mendarat dengan aman	1	Anak mampu mendarat dengan aman saat meloncat					
			2	Anak mampu menjaga keseimbangan saat <i>landing</i> tanpa terjatuh					
			3	anak mampu menggunakan telapak tangan di depan untuk membantunya menyeimbangkan dan menyangga saat mendarat					
	Berjalan dan Running	jogging & berlari dengan cepat		4	Anak mampu berlari dengan arah yang lebih teratur.				
				5	Anak mampu jogging dengan pergerakan yang dinamis				
		berjalan lurus		6	anak mampu berjalan dengan seimbang di papan titian				
				7	Anak mampu berjalan lurus kedepan				
	8			anak mampu berjalan dengan tangan terayun					
	Melompat	melompat dengan dua kaki secara bergantian		9	Anak mampu melompat ditempat dengan ketinggian +-20 cm.				
				10	Anak mampu melompat sebanyak 2-5 lompatan secara berturut-turut.				
				11	Anak mampu melompat dengan dua kaki sebanyak 3 kali				
		melompat menggunakan dua kaki dengan seimbang tanpa terjatuh		12	Anak mampu melompat dengan dua kaki				
				13	Anak mampu melompat melewati berbagai media yang disediakan.				
	precision Jump	anak dapat menjaga keseimbangan saat melakukan lompatan presisi tanpa terjatuh		14	Anak mampu melompat melewati rintangan pijakan				
				15	anak mampu melompat secara seksama dalam keadaan diam dengan <i>full power</i>				
				16	Anak mampu Melompati papan pijakan sebanyak 3kali berjarak 30-50 cm				
		melatih power control/ keseimbangan		17	Anak mampu melompat dengan power control saat mendarat di pijakan selanjutnya				
				18	Anak mampu melompat dengan power control /dengan seimbang				
	Rolling/ berguling ke depan	mampu meminimalisir dampak jatuh dengan melakukan rolling		19	Anak mampu berguling kedepan setelah melakukan lompatan				
				20	anak mampu melakukan roll depan dengan benar				

Keterangan :

1. BB (Belum Berkembang) : Anak belum mampu melakukan kegiatannya dengan sendiri skor 50-59 mendapatkan skor 1.
2. MB (Mulai berkembang) : Anak sudah mulai mampu, melakukan kegiatan dengan bantuan orang lain indikator penilaian skor 60-69 mendapatkan skor 2.
3. BSH (Berkembang Sesuai Harapan) : Anak mampu melakukan kegiatannya sendiri dengan skor 70-79 mendapatkan skor 3.
4. BSB (Berkembang Sangat Baik) : Anak mampu melakukan kegiatannya sendiri secara konsisten , nilai 80-100 mendapat skor 4.

Hasil

Data disajikan dengan menggunakan berbagai teknik akuisisi data, yaitu Nonpengujian dan dokumentasi. Untuk mengetahui gambaran awal pengetahuan anak kelas B sebelum mempelajari teknik dasar parkour. Kemudian di kelas B dilakukan treatment atau perlakuan menggunakan teknik dasar parkour dengan 3-5 pertemuan. Sebelum kegiatan penelitian dilaksanakan dilakukan beberapa kegiatan salah satunya dengan cara melakukan pemanasan sebelum kegiatan, mengarahkan, mendampingi dan memberi contoh gerakan parkour serta menyanyikan bersama lagu-lagu sebagai berikut:

Teknik parkour teknik parkour
Gerakannya melompat-melompat
Berguling-guling, berguling-guling
Bertiti Bertiti
Teknik parkour teknik parkour
Gerakannya melompat-melompat,
Berguling-guling, berguling
Bertiti Bertiti

Setelah mempelajari teknik dasar parkour, dilakukan post test di kelas. Hal ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan akhir anak setelah belajar melakukan teknik dasar parkour dengan benar pada anak usia dini untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar. Kegiatan yang dilakukan selama penelitian didokumentasikan pada gambar 1 - gambar 4 di bawah ini:



Gambar 1 *Precision Jump/Meloncat Dengan Dua Kaki*



Gambar 3. Lari Kecil



Gambar 2. Melompat dengan 1 kaki



Gambar 4 Berjalan Lurus di Papan Titian

Berdasarkan hasil *Pretest* anak kelas eksperimen B diperoleh mean = 69,18 simpangan baku (s.d.) = 1,315. Dari tabel di atas diperoleh skor tertinggi 71,45 dan terendah 66,55. Selanjutnya, Berdasarkan hasil *Posttest* anak pada kelas eksperimen diperoleh nilai mean (rata-rata) = 91,19 standar deviasi (sd) = 2,234. Diperoleh nilai tertinggi yaitu 96,05 dan nilai terendah 87,60. Setelah diketahui hasil perkembangan anak pada saat *Pretest* dan *posttest*, selanjutnya peneliti akan melakukan uji t namun sebelum melakukan pengujian t-test dengan sampel berhubungan (dependen), peneliti perlu mengetahui normalitas data. Jika normalitas data terpenuhi maka t-test bisa digunakan, tetapi jika normalitas data tidak terpenuhi maka akan digunakan uji non parametrix.

Dari hasil uji normalitas nilai *Pretest* kelas eksperimen B diperoleh nilai signifikansi (p) pada uji Kolmogorov Smirnov adalah 0.2 ($p > 0.05$), sehingga data berdistribusi normal. Nilai signifikansi (p) pada uji Shapiro-Wilk adalah 0.841 ($p > 0.05$), sehingga data berdistribusi normal. Dari hasil uji normalitas nilai *Posttest* kelas eksperimen B, Nilai signifikansi (p) pada uji KolmogorovSmirnov adalah 0.24 ($p > 0.05$), sehingga data berdistribusi normal. Nilai signifikansi (p) pada uji Shapiro-Wilk adalah 0.203 ($p > 0.05$), sehingga data berdistribusi normal. Maka dapat disimpulkan bahwa $L_{hitung} < L_{tabel}$ artinya kelas B berdistribusi normal.

Selanjutnya peneliti juga perlu melakukan uji homogenitas. Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah data memiliki 6 distribusi yang seragam atau heterogen. Tujuannya adalah untuk memilih jenis uji yang akan digunakan. Kriteria untuk memeriksa homogenitas adalah nilai signifikansi ($p \geq 0,05$) yang menunjukkan bahwa dataset berasal dari populasi dengan varians yang sama (seragam). Nilai signifikansi ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa setiap kelompok data berasal dari populasi dengan varian yang berbeda (heterogen). Dengan melihat hasil uji normalitas dan homogenitas di atas dapat diketahui bahwa t-test dapat dilakukan untuk mengetahui optimalisasi kegiatan parkour. Berikut ini adalah hasil dari pengujian tersebut:

Tabel 2. Paired Sample Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Nilai Pretest - Nilai Posttest	-22.00278	2.40076	.56587	-23.19665	-20.80891	-38.883	17	.000

Selisih perbedaan antara *Pretest* dan *Posttest* adalah 22.002 dengan simpangan baku 2.40076 dan standar error sebesar 0.56587. Selisih tersebut dalam selang kepercayaan 95% adalah antara -23.1966 sd -20.8089. Maka nilai t hitung sebesar -38.883 pada degree of freedom 17 sehingga p value sebesar 0,000

Pembahasan

Parkour adalah salah satu olahraga penuh tantangan yang memiliki makna bergerak dari 1 titik ke titik lain seefisien dan secepat mungkin dengan prinsip mengedepankan keindahan gerak serta keselamatan dengan menggunakan kemampuan dari tubuh pemain parkour itu sendiri. Olahraga parkour ini pada awalnya berkembang di Prancis dan diperkenalkan ke seluruh dunia oleh seseorang yang berwargan kenaaegaraan Prancis yang bernama David Bell (Rochhausen, 2011). Di Indonesia parkour mulai dikenal sejak tahun 2007 dan saat ini sudah banyak komunitas parkour yang terbentuk berbagai kota di Indonesia (Brymer et al., 2009) (Mahmud, 2020). Hingga saat ini parkour terus berkembang dan mendapatkan perhatian dengan disediakannya fasilitas parkour di kota-kota besar (Soengkono & Gandha, 2019.) Olahraga parkour dipercaya dapat memberikan manfaat untuk membentuk tubuh, meningkatkan ketahanan jantung, dan dapat membuat otot-otot kita menjadi lebih lentur. Namun jika tidak sering berlatih, parkour juga bisa mengakibatkan cedera ringan maupun berat. (Dunamei et al., 2018) berikut adalah beberapa fokus yang dikembangkan dalam olahraga parkour, pertama adalah kekuatan (*strength*), kedua adalah stamina and kecepatan (*stamina dan speed*), dan ketiga adalah teknik dan fokus (*technique and focus*) (Rifqy, 2019). Ketiga fokus tersebut kemudian dituangkan dalam beberapa gerakan dasar yaitu:

1. *Jumping*, gerakan melompat secara vertikal maupun horizontal dengan menggunakan dua kaki secara bersamaan (Sukmawan, Andrea Aji, 2015)
2. *Running*, pergerakan yang dinamis sesuai kemauan dari praktisi parkour dan sudah diperhitungkan dari awal. Dalam teknik running ini dapat dikembangkan menjadi 3 teknik lagi yaitu: *jogging*, *sprint* dan *studdle*.
3. *Landing*, teknik mendarat di permukaan tanah.
4. *Precision Jump*, teknik melakukan lompatan statis dari satu objek ke objek lainnya untuk melatih power kontrol.
5. *Rolling*, gerakan berguling kedepan maupun kebelakang, dalam teknik ini biasanya diaplikasikan setelah melakukan lompatan. (Utomo, Ilham Nur, 2015).

Kegiatan Parkour ini dapat diadaptasi untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak usai dini karena pada anak usai dini khususnya pada usia 5-6 tahun diharapkan anak dapat melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan dan melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam (Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2014) Hal tersebut sejalan dengan *basic* teknik olah raga parkour. Berdasarkan beberapa hasil penelitian juga menjelaskan bahwa parkour adalah salah satu kegiatan yang dapat menjadi alternatif dalam mengembangkan motorik kasar anak usia sekolah dasar. Dari berbagai sumber teknik dasar parkour cocok untuk anak usia dini karena bermain teknik dasar parkour mengembangkan kemampuan motorik kasar anak seperti berjalan, melompat, rolling serta dapat meningkatkan gerakan lokomotor dan non lokomotor dengan optimal (Muntaha, Sidrah, 2018). Hal serupa juga dipaparkan oleh Fernández-Río & Suarez yang menjelaskan bahwa hasil risetnya menunjukkan parkour dapat dianggap sebagai konten pendidikan karena semua hasil positif berbeda yang dibawanya ke kelas pendidikan jasmani. Selain itu, parkour juga dianggap sebagai kegiatan yang menyenangkan, mempromosikan integrasi anak, dan mengajarkan mereka cara mengatasi rasa takut (Fernández-Río & Suarez, 2016). Riset Coolkens dkk juga menunjukkan bahwa keterlibatan anak-anak dalam parkour lebih tinggi pada waktu istirahat yang terorganisir dibandingkan dengan waktu istirahat yang diawasi. Tiga riset tersebut menunjukkan bahwa parkour adalah olahraga yang diminati oleh anak-anak dan memberikan dampak yang positif untuk perkembangan fisik motorik mereka. (Coolkens et al., 2018). Selain 3 penelitian tersebut, hasil riset juga menunjukkan bahwa olahraga parkour memiliki peran dalam promosi kesehatan berbasis sekolah. Di lingkungan sekolah, seringkali sulit untuk mempromosikan kesehatan dan perilaku sehat dengan cara yang masuk akal dan menarik bagi anak. Parkour bisa menjadi pendekatan baru dan berbeda (Grabowski & Thomsen, 2017).

Pada penelitian sebelumnya parkour telah di uji pengaruh atau keefektifannya pada anak usia sekolah dasar. Oleh karena itu, pada penelitian ini, peneliti bermaksud untuk mengetahui efektifitasnya jika dimainkan oleh anak usia idin yang berumur 5-6 tahun. Penelitian ini hanya menggunakan satu kelas dan menggunakan tes pre-test dan post-test. Hasil tes pada kelas posttest mencapai rata-rata 91,19. Nilai rata-rata 69,18 dicapai pada kelas pre-test. Pengujian hipotesis dengan independent t-test diketahui bahwa hasil uji sampel berpasangan untuk data *Pretest* kelas eksperimen dengan *Posttest* kelas eksperimen diperoleh nilai p sebesar $0,000 < 0,05$, hal ini menunjukkan bahwa Hipotesis H_1 diterima atau tidak. Dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan atau signifikan antara pre-test dan post-test, bahwa penelitian ini dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap penggunaan teknik dasar parkour untuk mengoptimalkan motorik kasar anak usia dini. pada usia 5-6 tahun di RA Perwanida Barabai.

Simpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti tentang optimalisasi perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun melalui teknik dasar parkour pada kelas B di R.A. Perwanida Barabai. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa perhitungan ditinjau dari hasil uji T yaitu: Hasil uji *Paired samples test* terhadap data *Pretest* Eksperimen kelas B dengan *Posttest* Eksperimen kelas B diperoleh p value sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti hipotesis terima H_1 atau dengan kata lain dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan bermakna atau signifikan antara *Pretest* dan *Posttest*, dengan nilai rata-rata *Pretest* sebesar 69,18 dan nilai rata-rata *Posttest* sebesar 91,19. Ini memberikan bukti bahwa dapat memberikan dampak yang besar terhadap penggunaan teknik dasar parkour untuk mengoptimalkan kemampuan motorik kasar pada anak usia dini usia 5-6 tahun di R.A Perwanida Barabai.

Referensi

- Amurwaningsih, L. L., & Hasanah, N. I. (2018). Pengaruh Meronce Dengan Media Tutup Botol Bekas Terhadap Keterampilan Motorik Halus Anak Kelompok B Paud Terpadu Ar-Rahmah Kertak Hanyar Kabupaten Banjar. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, 4(2), Article 2. <https://doi.org/10.18592/Jea.V4i2.2560>
- Arikunta, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Arini, A. (2019). *Mengembangkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Outbound Usia 4-5 Tahun Di Taman Kanak-Kanak Pembina Kotaagung Tanggamus* [Skripsi, Uin Raden Intan Lampung]. <http://repository.radenintan.ac.id/5735/>
- Brymer, E., Downey, G., & Gray, T. (2009). Extreme Sports As A Precursor To Environmental Sustainability. *Journal Of Sport And Tourism*, 14, 193–204. <https://doi.org/10.1080/14775080902965223>
- Coolkens, R., Ward, P., Seghers, J., & Iserbyt, P. (2018). Effects Of Generalization Of Engagement In Parkour From Physical Education To Recess On Physical Activity. *Research Quarterly For Exercise And Sport*, 89(4), 429–439. <https://doi.org/10.1080/02701367.2018.1521912>
- Dunamei, B. I., Effendi, H., & Komaini, A. (2018). Tinjauan Tentang Manfaat, Resiko, Dan Aturan Dalam Olahraga Parkour Pada Komunitas Core Team Parkour Freerun Padang. *Jurnal Stamina*, 1(1). <http://stamina.pj.unp.ac.id/index.php/jst/article/view/45>
- Fajrin, A. L., & Sugito, S. (2022). Kemampuan Motorik Kasar Anak Di Masa Pandemi Covid-19: Pembelajaran Daring Dan Luring. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 6890–6898. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.2043>
- Fernández-Río, J., & Suarez, C. (2016). Feasibility And Students' Preliminary Views On Parkour In A Group Of Primary School Children. *Physical Education And Sport Pedagogy*, 21(3), 281–294. <https://doi.org/10.1080/17408989.2014.946008>
- Fitriani, R., & Adawiyah, R. (2018). Perkembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini. *Jurnal Golden Age*, 2(01), 25. <https://doi.org/10.29408/goldenage.v2i01.742>
- Grabowski, D., & Thomsen, S. D. (2017). Parkour As Health Promotion In Schools: A Qualitative Study On Health Identity. *World Journal Of Education*, 5(3), 37–43. <https://eric.ed.gov/?id=Ej1158519>
- Mahmud, M. (2020). Perbedaan Lima Besar Kepribadian Dengan Pencarian Sensasi Pada Pelaku Olahraga Parkour. *Psikoborneo Jurnal Imiah Psikologi*, 8(3), 342–351. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo>

- Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2014). *Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini*. Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Muntaha, Sidrah. (2018). *Penerapan Teknik Basic Parkour Pada Mata Pelajaran Pjok Materi Lompat Jauh Gaya Jongkok Kelas V Min Muara Banta Kota Kandangan*. Uin Antasari Banjarmasin.
- Muslimah, E. (2019). *Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Permainan Lompat Tali Di Paud Al-Ikhlas* [Thesis]. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Rifqy, T. S. H. (2019). *Konstruksi Makna Parkour Menurut Pandangan Orangtua Praktisi Parkour Flow It Pekanbaru* [Other, Universitas Islam Riau]. <https://Repository.Uir.Ac.Id/7009/>
- Rochhausen, S. (2011). *Teaching Parkour Sports In School Gymnastics: A Practical Handbook Of Parkour & Freerunning Instruction For Indoor Gymnastics Classes With Children And Teenagers*. Bod – Books On Demand.
- Soengkono, W. W., & Gandha, M. V. (2019). Fasilitas Pelatihan Berseluncur Dan Parkour. | *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 1(1). <https://doi.org/10.24912/Stupa.V1i1.3983>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif* (1st Ed.). Alfabeta.
- Sukmawan, Andrea Aji. (2015). *Pengaruh Bermain Lompat Tali Terhadap Power Otot Tungkai Siswi Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bulutangkis Tahun 2015 Di Sma Muhammadiyah 2 Yogyakarta* [Thesis]. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Utomo, Ilham Nur. (2015). *Survei Minat Anak Kelas X Man 2 Semarang Terhadap Olahraga Parkour* [Thesis]. Universitas Negeri Semarang.