

PENGARUH KEGIATAN SENAM BEBEK TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI ANAK TK A DI TK ISLAM SULTAN AGUNG 01 SEMARANG

Rizkyana Kumalayanti, Purwadi, Dwi Prasetyawati D.H

Abstrak

Latar belakang yang mendorong penelitian ini adalah banyak dijumpai pada anak usia 4-5 tahun belum mempunyai sikap kepercayaan diri di sekolah seperti saat pagi hari tiba disekolah anak masih tidak bisa bergabung bermain dengan temannya hanya duduk/berdiam diri, saat *circle time* bagi anak yang kepercayaan dirinya masih belum ada anak tersebut saat membuat lingkaran hanya diam sampai anak tersebut diajak untuk bergandeng tangan membuat lingkaran, saat ada kejadian di dalam kelas anak yang kepercayaan dirinya kurang hanya berdiam diri melihat kegaduhan/keramaian yang ada, saat pembelajaran berlangsung bagi anak yang kepercayaan dirinya masih belum muncul anak tersebut berdiam tidak ada respon saat penyampaian materi seperti memberikan jawaban yang sangat singkat tidak diberi penjelasan, dan saat kegiatan akan pulang guru menanyakan apa saja yang telah dilakukan selama dikelas anak tersebut memberikan jawaban pelan sekali sampai kadang tidak terdengar suaranya. Permasalahan dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat pengaruh kegiatan senam bebek terhadap kepercayaan diri anak TK A di TK Islam Sultan Agung 01 Semarang. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kegiatan senam bebek terhadap kepercayaan diri anak TK A di TK Islam Sultan Agung 01 Semarang. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dalam bentuk *Quasi Experimental Design* dengan desain penelitian *Nonequivalent Control Group Design*. Populasi penelitian adalah seluruh TK di wilayah Kota Semarang. Sampel yang diambil adalah dua sekolah KB-TK Islam Sultan Agung 01 Semarang berjumlah 20 anak sebagai kelas eksperimen dan KB-TK Khodijah 04 Semarang berjumlah 20 anak sebagai kelas kontrol. Dengan menggunakan teknik *Non Probability Sampling* berbentuk *Purposive Sampling*. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui wawancara, observasi, angket dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji t diketahui $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($8,467463601 > 1,71$). Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak. Dengan kata lain terdapat pengaruh kegiatan senam bebek terhadap kepercayaan diri anak TK A di KB-TK Islam Sultan Agung 01 Semarang. Berdasarkan hasil penelitian ini saran yang dapat disampaikan adalah kegiatan senam bebek dapat digunakan sebagai media membangkitkan kepercayaan diri anak.

Abstract

The encouraging background of this research is found in children aged 4-5 years has not had the attitude of confidence in school as when the morning arrived at school children still can not join to play with her friend just sitting / silence, during circle time for children who trust he still has no child when making a circle just silent until the child is invited to join hands to make a circle, when there is an incident in the classroom a confident that the child is less just silent to see the noise / crowd that existed, while the lesson takes place for children with self confidence still not appear the child abide no response when the delivery of materials such as giving a very short answer was not given an explanation, and when the activity will go home the teacher ask what has been done during the classroom the child gave a slow answer once until sometimes not heard his voice. The problem in this research is whether there is influence of duck gymnastics activity to the confidence of kindergarten children in Islamic Kindergarten Sultan Agung 01 Semarang. The objectives to be achieved in this research is to find out whether there is influence of duck gymnastics activity to the confidence of the kindergarten children in Islamic Kindergarten Sultan Agung 01 Semarang. This type of research is quantitative research in the form of Quasi Experimental Design with the design of the study Nonequivalent Control Group Design. Populasi research is all kindergarten in the city of Semarang. Samples taken are two schools of KB-TK Islam Sultan Agung 01 Semarang amounted to 20 children as experimental class and Kindergarten Khodijah 04 Semarang is 20 children as control class. By using technique of Non Probability Sampling berbentuk Purposive Sampling. Data in this research obtained by interview, observation, questionnaire and documentation. The results showed that t test is known to be more than t table ($8,467463601 > 1.71$). From these results it can be concluded that H_0 is rejected. In other words there is the influence of duck gymnastics activities to the confidence of the kindergarten children in the Islamic Kindergarten of Sultan Agung 01 Semarang. Based on the results of this research suggestions that can be delivered is the activity of duck gymnastics can be used as a medium to generate confidence of children

A. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan upaya pembinaan yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan dengan tujuan untuk mengembangkan seluruh potensi anak agar kelak dapat berfungsi sebagai manusia yang cerdas dan bermnfaat bagi bangsa. Menurut Undang-Undang No.20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional BAB 1, Pasa1, butir 14 “Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut”.

Pembelajaran bagi anak usia dini memiliki kekhasan tersendiri, kegiatan pembelajaran di TK mengutamakan bermain sambil belajar dan belajar sambil bermain. Bermain memotivasi peserta didik untuk mengetahui sesuatu lebih mendalam dan secara spontan peserta didik mengembangkan kemampuannya. Pembelajaran yang paling efektif untuk anak usia TK adalah melalui suatu kegiatan yang berorientasi bermain. Menurut Froebel, bermain sebagai bentuk kegiatan belajar di TK adalah bermain yang kreatif dan menyenangkan. Melalui bermain kreatif, peserta didik dapat mengembangkan semua kemampuannya. Pembelajaran di TK selain menekankan pada pembelajaran yang berorientasi bermain juga menekankan pembelajaran yang berorientasi perkembangan. Agar pembelajaran optimal, berorientasi pada bermain dan berorientasi pada perkembangan, maka pendekatan yang paling tepat dalam pembelajaran di TK adalah pembelajaran yang berpusat pada anak atau *active learning*. Melalui pendekatan ini peserta didik dapat menggunakan seluruh indranya dalam melakukan berbagai kegiatan (Masitoh, 2011:1-20).

Pada TK Islam Sultan Agung 01 Semarang guru menemukan banyak anak yang kurang dalam percaya diri atau tidak memiliki rasa percaya diri, bahkan pemalu jika berhadapan dengan orang lain bahkan dengan gurunya sendiri. Anak terlihat masih malu, ragu-ragu (kurang aktif) dalam mengikuti pembelajaran, misalnya dalam hal melakukan tanya jawab masih terdapat beberapa anak yang hanya diam saja. Sifat atau perilaku kurang percaya diri dapat menjadi masalah jika sifat ini berkelanjutan, yaitu menyebabkan potensi anak menjadi terkubur dan anak tidak berkembang secara optimal sesuai dengan potensinya.

Setelah melihat di lapangan saat anak-anak TK A dan TK B melakukan senam di halaman sekolahnya setiap hari Sabtu pukul 07.15 hingga 07.45 bahwa adanya permasalahan dalam kegiatan pengembangan di kelas yaitu kepercayaan diri anak masih kurang di TK Islam Sultan Agung 01 Semarang. Hal ini disebabkan karena banyak anak yang kurangnya kepercayaan diri anak saat melakukan kegiatan senam bebek. Seperti halnya saat anak melakukan senam ada anak yang tidak melakukan gerakan senam hanya diam saja melihat kesana kemari. Anak masih merasa takut dan cemas saat melakukan gerakan senam bebek. Saat kegiatan senam ada anak yang hanya diam melihat keluar halaman sekolah dan tidak mengikuti gerakan senam. Anak malu untuk menggerakkan badan mengikuti irama senam bebek, dengan hanya melihat kakak-kakak TK B yang sudah asik senam mengikuti irama dengan berinteraksi dengan teman yang lain. Anak masih merasa ragu-ragu dalam menggerakkan badan senam bebek, dengan melihat kakak TK B yang ada di depannya anak tersebut mengikuti gerakan senam yang selalu ketinggalan karna tidak konsentrasi. Anak masih tidak berani untuk menggerakkan badan untuk senam bebek, dan anak masih sulit bergaul dan memiliki sifat tertutup. Ada beberapa anak yang masih hanya melihat gerakan senam teman-teman yang lain dan hanya diam tidak melakukan interaksi dengan temannya.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka penulis bermaksud meneliti, mengkaji, dan membahas dalam penelitian yang berbentuk Penelitian Kuantitatif yang berjudul: Pengaruh Kegiatan Senam Bebek Terhadap Kepercayaan Diri Anak TK A Di TK Islam Sultan Agung 01 Semarang.

2. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui pengaruh kegiatan senam bebek terhadap kepercayaan diri anak di TK A di TK Islam Sultan Agung 01 Semarang.

3. Kajian Teori

a. Pengertian Senam

Menurut Hidayat (dalam Suharjana, 2008: 2) Senam dapat diartikan suatu latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan sengaja dan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis. Mahendra (2001: 2) mendefinisikan senam sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental dan spiritual. Senam, sebagai salah satu bentuk kegiatan pendidikan jasmani dapat dilakukan dalam berbagai bentuk dengan berbagai cara. Senam dapat dilakukan dengan alat ataupun tanpa alat.

Dalam Andriyani (2012: 1-2) Senam diartikan sebagai aktivitas fisik yang dilakukan baik sebagai cabang olahraga tersendiri maupun sebagai latihan untuk cabang olahraga dasar. Senam mengacu pada bentuk gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari komponen-komponen kemampuan motorik seperti: kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, agilitas, dan ketepatan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bawa senam adalah suatu latihan tubuh yang dipilih dan diciptakan dengan sengaja dan berencana, disusun secara sistematis dengan tujuan membentuk dan mengembangkan pribadi secara harmonis; sebagai suatu latihan tubuh yang dipilih dan dikonstruksi dengan sengaja, dilakukan secara sadar dan terencana, disusun secara sistematis dengan tujuan meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan, dan menanamkan nilai-nilai mental dan spiritual; dan Senam mengacu pada bentuk gerak yang dikerjakan dengan kombinasi terpadu dan menjelma dari setiap bagian anggota tubuh dari komponen-komponen kemampuan motorik seperti: kekuatan, kecepatan, keseimbangan, kelentukan, agilitas, dan ketepatan.

b. Manfaat Senam

Latihan senam bagi anak yang dilakukan dengan cara yang benar dan teratur dalam jangka waktu yang cukup akan bermanfaat bagi anak, seperti dikemukakan oleh Sumanto dan Sukiyo dalam Suharjana (2008: 4) bahwa senam yang dilakukan secara benar dan teratur dalam waktu yang cukup, akan berguna untuk:

- 1) Mempertahankan atau meningkatkan taraf kebugaran jasmani.
- 2) Membentuk sikap dan gerak.
- 3) Mengedarkan korsi terhadap kekurangan benaran sikap dan gerak.
- 4) Membentuk kondisi fisik, seperti kekuatan otot, kelentukan, daya tahan, ketangkasan, kecepatan.
- 5) Membentuk berbagai sikap kejiwaan, seperti keberanian, kepercayaan diri, dan kerjasama.
- 6) Memberi rangsangan untuk pertumbuhan tubuh.
- 7) Menumbuhkan dan memupuk rasa tanggung jawab terhadap kesehatan diri sendiri dan masyarakat.

Melalui pembelajaran senam, kemampuan fisik anak akan dibentuk, sehingga diharapkan semenjak awal kemampuan fisik

anak akan dibentuk dan dikembangkan. Menurut Syahara dalam Suharjana (2008:4) bahwa sifat yang benar-benar spesifik dalam senam adalah meningkatkan kemampuan fisik dan keterampilan motorik seperti keseimbangan, kelentukan, kekuatan, kelincahan, daya tahan, serta koordinasi.

Selain kemampuan fisik, mental anak juga akan dibentuk karena dalam pembelajaran senam, latihan atau gerakannya banyak yang memiliki derajat tingkat kesulitan yang cukup tinggi bagi anak. Sehingga dalam pelaksanaannya membutuhkan kesiapan mental seperti konsentrasi terhadap gerakan, keberanian, serta kepercayaan diri.

Menurut Jean dan John (2008: 6) Senam memiliki begitu banyak pengaruh bagi individu bila datang berolahraga dengan sikap dan respek yang baik. Senam dapat menyenangkan, menggairahkan, dan memberi banyak pesona. Senam memberikan kesempatan untuk berteman dengan teman baru dan belajar untuk saling tolong-menolong. Dengan demikian akan merasa yakin pada diri sendiri dan bangga dengan prestasi.

c. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri dapat diartikan sebagai sikap mental individu dalam menilai diri maupun objek sekitar, sehingga individu tersebut memiliki keyakinan akan kemampuan diri dalam melakukan sesuatu sesuai kemampuan. Kepercayaan diri adalah kepercayaan terhadap kemampuan, kapasitas serta pengambilan keputusan yang terdapat dalam diri sendiri. (Sarastika, 2014:42).

Kepercayaan diri merupakan hal penting yang harus dimiliki anak untuk menapaki roda kehidupan. Rasa percaya diri berpengaruh terhadap perkembangan mental dan karakter anak. Mental dan karakter anak yang kuat akan menjadi modal penting bagi masa depan ketika menginjak usia dewasa, sehingga mampu

merespon setiap tantangan dengan lebih realistis (Rahayu, 2013: 62).

Ghufron dan Risnawita (2010:35) mengatakan kepercayaan diri merupakan sikap mental seseorang dalam menilai diri maupun objek sekitarnya sehingga orang tersebut mempunyai keyakinan akan kemampuan dirinya untuk dapat melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuannya.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah kemampuan yang harus dimiliki oleh anak karena kepercayaan diri berpengaruh terhadap perkembangan mental dan karakter anak dalam menilai diri maupun objek sekitar sehingga mempunyai keyakinan akan kemampuan dirinya.

d. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Orang yang memiliki rasa percaya diri akan merasa yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, sehingga bisa menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Menurut Sarastika (2014: 51-52) ada beberapa aspek yang terkait dengan rasa percaya diri, yaitu:

1) Keyakinan akan kemampuan diri

Sikap positif mengenai dirinya bahwa ia paham dengan apa yang dilakukannya.

2) Optimis

Selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan, dan kemampuannya.

3) Obyektif

Memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

4) Bertanggung jawab

Kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.

5) Rasional

Analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

4. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experimental design*. Desain penelitian ini menggunakan *the non ekuivalen, pretest-posttes design*. Menurut Sugiyono (2014:77), desain ini mempunyai kelas kontrol, tetapi tidak dapat berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel-variabel luar yang mempengaruhi pelaksanaan eksperimen. Pada penelitian ini, kelas eksperimen diberi perlakuan kegiatan senam bebek dan kelas kontrol diberi perlakuan pembelajaran dengan kegiatan senam gemari. Sesuai dengan tujuan dan karakteristik penelitian ini, maka desain penelitian yang digunakan adalah metode *nonequivalent control group design*. Dalam design ini terdapat dua kelas yang masing-masing dipilih secara random (E). Kelas pertama diberi perlakuan (X) dan kelas yang lain tidak. Kelas yang diberi perlakuan disebut kelas eksperimen dan kelas yang tidak diberi perlakuan disebut kelas kontrol. Adapun gambaran mengenai desain *nonequivalent control group design*. (Sugiyono, 2014: 79) sebagai berikut:

Tabel 3.1

O ₁	X	O ₂
<hr/>		
O ₃		O ₄

Keterangan :

O₁ : Pengukuran kemampuan awal kelas eksperimen

O₂ : Pengukuran kemampuan akhir kelas eksperimen

X : Pemberian perlakuan

O₃ : Pengukuran kemampuan awal kelas kontrol

O₄ : Pengukuran kemampuan akhir kelas kontrol

Menurut Sugiyono (2015: 193) terdapat dua hal utama yang memengaruhi kualitas data hasil penelitian, yaitu, *kualitas instrumen penelitian, dan kualitas pengumpulan data*. Kualitas instrumen penelitian berkenaan dengan validitas dan reliabilitas instrumen dan kualitas pengumpulan data berkenaan ketepatan cara-cara yang digunakan untuk mengumpulkan data. Dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik penulisan data yang berupa observasi dan dokumentasi.

Sebelum instrumen digunakan untuk mengambil data penelitian, instrumen penelitian harus diujicobakan terlebih dahulu. Hasil uji coba dianalisis untuk mengetahui validitas dan reliabilitas butir instrumen.

a. Uji Validitas

Untuk menguji validitas instrumen digunakan rumus korelasi *product moment* (Arikunto, 2010: 213).

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = Koefisien korelasi tiap item

N = Banyaknya subjek uji coba

$\sum x$ = Jumlah skor item

$\sum y$ = Jumlah skor soal

$\sum x^2$ = Jumlah kuadrat skor item

$\sum y^2$ = Jumlah kuadrat skor item

$\sum xy$ = Jumlah perkalian skor

Hasil r_{xy} yang diperoleh dikonsultasikan dengan r_{tabel} product moment dengan $\alpha = 5\%$. Jika $r_{xy} > r_{tabel}$ maka instrumen tes dikatakan valid (Arikunto, 2007: 170).

b. Uji Reliabilitas

Pada instrumen dengan menggunakan skala Likert maka uji reliabilitas instrumen menggunakan instrumen skor non diskrit. Untuk instrumen non diskrit analisis reliabilitasnya menggunakan rumus *alpha* (Arikunto, 2010: 239).

$$r_{11} = \left[\frac{k}{(k-1)} \right] \left[1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas Instrumen

k = Banyaknya butir pertanyaan atau banyaknya soal

$\sum \sigma_b^2$ = Jumlah varians butir

σ_t^2 = Varians total

Dengan rumus diatas varians yang didapat dari instrumen yang peneliti buat yaitu dengan rumus varians dapat dicari dengan:

$$\sigma_b^2 = \frac{\sum X^2 - \frac{(\sum X)^2}{N}}{N} \dots\dots\dots$$

(Arikunto, 2007: 196)

Keterangan :

X = Skor pada belah awal dikurangi skor pada belah kiri

N = Jumlah peserta tes

Hasil perhitungan r_{11} dibandingkan dengan r_{tabel} *product moment* dengan kriteria pengujian jika $r_{11} > r_{tabel}$ maka instrumen dikatakan reliabel. Jika $r_{11} \leq r_{tabel}$ maka instrumen dikatakan tidak reliabel.

kriteria reabilitas butir soal:

antara 0,80 sampai 1,00 sangat tinggi

antara 0,60 sampai 0,80 tinggi

antara 0,40 sampai 0,60 cukup

antara 0,20 sampai 0,40 rendah

antara 0,00 sampai 0,20 sangat rendah

B. PEMBAHASAN

1. Hasil

Uji coba instrumen dilakukan di KB-TK Islam Sultan Agung 02 Semarang. Adapun perhitungan validitas butir soal adalah sebagai berikut:

$$\begin{aligned}
 N &= 23 & \sum Y^2 &= 14275 \\
 \sum Y &= 563 & \sum X^2 &= 129 \\
 \sum X &= 53 & \sum XY &= 1323 \\
 r_{xy} &= \frac{N \cdot \sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{(N\sum x^2 - (\sum x)^2)(N\sum y^2 - (\sum y)^2)}} \\
 &= \frac{23 \cdot 1323 - (53)(563)}{\sqrt{(23 \cdot 129 - (53)^2)(23 \cdot 14275 - (563)^2)}} \\
 &= \frac{30429 - 29839}{\sqrt{(2967 - 2809)(328325 - 316969)}} \frac{28590 - 28160}{\sqrt{(1170 - 1024)(806550 - 774400)}} \\
 &= \frac{590}{\sqrt{(158)(11356)}} \\
 &= \frac{590}{\sqrt{1794248}} \\
 &= \frac{590}{1339,495427} \\
 &= 0,44046
 \end{aligned}$$

Dari tabel r product moment, dengan $N=23$ dan $\alpha = 5\%$, maka diperoleh $r_{tabel} = 0,413$. Dari perhitungan di atas diperoleh $r_{xy} > r_{tabel}$ yaitu $0,44046 > 0,413$. Jadi butir item nomor 1 valid.

Dengan demikian instrumen tersebut dinyatakan valid karena harga $r_{xy} (0,44046) > r_{tabel} (0,413)$

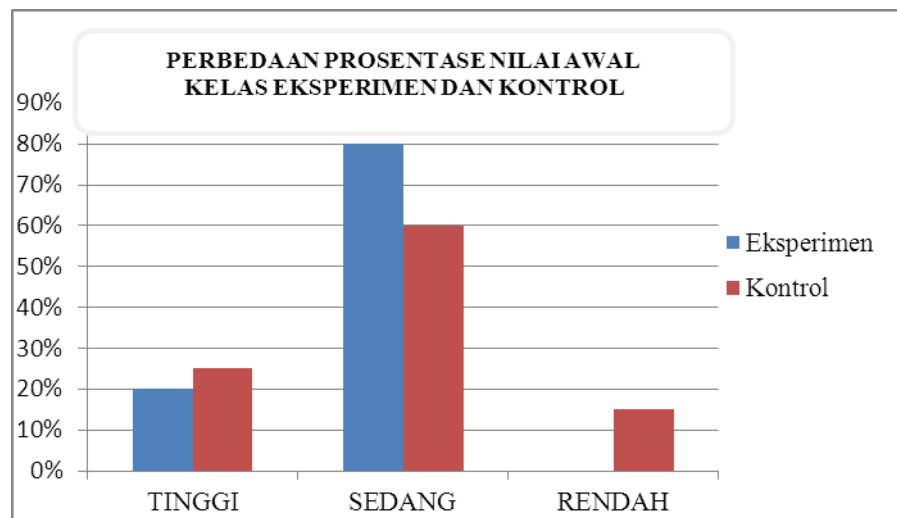
Sedangkan hasil analisis reliabilitas butir soal dapat dilihat pada tabel 3.8 sebagai berikut :

r_{11}	$r_{tabel} (N = 23, \alpha = 0,05)$	Keterangan
0,6958	0,413	Reliabel

Hasil perhitungan r_{11} dibandingkan dengan r_{tabel} *product moment* dengan kriteria pengujian jika $r_{11} > r_{tabel}$ maka instrumen dikatakan reliabel. Jika $r_{11} \leq r_{tabel}$ maka instrumen dikatakan tidak reliabel.

Dari perhitungan yang dilakukan oleh peneliti didapat $r_{11} = 0,6958$ dan $r_{tabel} = 0,413$, maka dapat disimpulkan bahwa $r_{11} > r_{tabel}$ dengan nilai $0,6958 > 0,413$. Hal ini menunjukkan bahwa butir instrumen yang disusun merupakan instrumen yang reliabel (Arikunto, 2007: 196).

a. Deskripsi Pre-Asesmen Kelas Eksperimen



Gambar 4.9 Grafik Perbedaan Prosentase Nilai Awal Kelas Ekperimen dan Kelas Kontrol

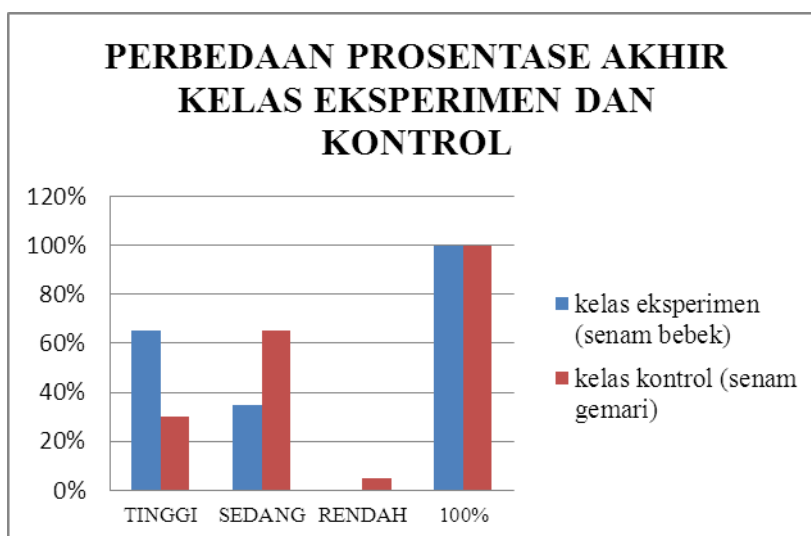
Berdasarkan data awal kedua kelas diatas baik kelas eksperimen maupun kelas kontrol didapat data terkait kepercayaan diri anak. Adapun data diilustrasikan dalam tabel distribusi frekuensi dan prosentase data awal kelas eksperimen dan kelas kontrol berikut:

Kategori	Kelas Eksperimen		Interval	Kelas Kontrol	
	Frekuensi (F)	Prosentase		Frekuensi	Prosentase
Tinggi	4	20%	24-30	5	55%
Sedang	16	80%	17-23	12	60%
Rendah	0	0%	10-16	3	15%
Jumlah	20	100%		20	100%
	30				

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi dan Prosentase Data Awal
Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol**

Berdasarkan data diatas maka perlu diadakan analisis awal pada kedua hasil *pre asesment* untuk mengetahui seberapa besar perbedaannya. Hasil *pre asesment* kelompok eksperimen menunjukkan pada kelas interval 10 – 16 sebanyak 4 siswa atau 20% berada pada kategori rendah, pada kelas interval 17 – 23 sebanyak 16 siswa atau 80% berada pada kategori sedang dan pada kelas interval 24 – 30 sebanyak 0 siswa atau 0% berada pada kategori tinggi. Hasil *pre asesment* kelompok kontrol menunjukkan pada kelas interval 10 – 16 sebanyak 3 siswa atau 15% berada pada kategori rendah, pada kelas interval 17 – 23 sebanyak 12 siswa atau 60% berada pada kategori sedang dan pada kelas interval 24 – 30 sebanyak 5 siswa atau 55% berada pada kategori tinggi.

Dilihat dari rata – rata hasil *pre asesment* kelompok eksperimen sebesar 21,1 dan rata – rata hasil *pre asesment* kelompok kontrol sebesar 20,95. Atas dasar pertimbangan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh kepercayaan diri anak. Langkah yang ditempuh peneliti dengan cara kegiatan senam bebek pada TK A TK Islam Sultan Agung 01 Semarang.



Gambar 4.12 Perbedaan Prosentase Nilai Akhir Kelas Eksperimen dan Kontrol

Hasil analisis kepercayaan diri anak dengan kegiatan senam bebek sebelum diberikan *treatment (pre asesmen)* pada kelompok eksperimen dan setelah diberikan *treatment (post asesmen)* terdapat perbedaan. Berdasarkan data yang diperoleh dari presentase hasilnya setelah kepercayaan diri anak dengan kegiatan senam bebek dibandingkan persentase hasil sebelum diberikan *treatment* atau perlakuan.

Pada akhirnya hasil data setelah dilakukan *treatment* atau perlakuan dengan kegiatan senam bebek mampu memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri anak TK A di TK Islam Sultan Agung 01 Semarang. Supaya mengetahui hasil selisih rata-rata *pretest* dan *posttest*, yang diberikan dalam bentuk grafik sebagai berikut:

Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi dan Prosentase Data Akhir Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol

Kategori	Kelas Eksperimen		Interval	Kelas Kontrol	
	Frekuensi (F)	Prosentase		Frekuensi	Prosentase
Tinggi	13	65%	30-24	6	30%
Sedang	7	35%	23-17	13	65%
Rendah	0	0%	16-10	1	5%
Jumlah	20	100%		20	100%
	30				

Berdasarkan data akhir yang telah dilaksanakan dan diberikan sebuah *treatment* atau perlakuan dengan peneliti memberikan contoh gerakan senam bebek pada kelas eksperimen. Sedangkan kelas kontrol tidak mendapatkan *treatment*. Akan tetapi tetap diberikan *post-treatment*. Hasil *post-treatment* atau nilai akhir yang telah diperoleh dari kelas eksperimen 13 anak masuk dalam kategori tinggi dengan nilai interval 24-30. Kategori sedang dengan nilai interval 17-23 diperoleh 7 anak. Kategori rendah dengan nilai 10-16 diperoleh 0

anak. Sedangkan pada kelas kontrol dengan kategori tinggi dengan nilai interval 24-30 diperoleh 6 anak , kategori sedang dengan nilai interval 17-23 diperoleh 13 anak, kategori rendah dengan nilai interval 10-16 diperoleh 1 anak.

Dari data nilai akhir kepercayaan diri anak dari kelas eksperimen dan kelas kontrol, yang sebelumnya kelas eksperimen diberikan sebuah *treatment* dapat memberikan pengaruh positif dibandingkan kelas kontrol yang tidak diberikan suatu perlakuan atau *treatment*, adapun alasan kelas kontrol tidak diberikan perlakuan atau *treatment* supaya terdapat sebuah perbedaan antara kelas eksperimen dan kelas kontrol.

Hasil analisis kepercayaan diri anak dengan kegiatan senam bebek sebelum diberikan *treatment* (*post-treatment*) terdapat perbedaan. Pada akhirnya hasil data setelah dilakukan *treatment* atau perlakuan dengan peneliti memberikan contoh gerakan senam bebek, mampu memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri anak pada anak TK A TK Islam Sultan Agung 01 Semarang.

Untuk mengetahui sampel berasal dari distribusi populasi yang berdistribusi normal dilakukan dengan menggunakan uji Liliefors, dan taraf signifikan 5%.

Adapun kriteria uji normalitas adalah:

Jika $L_0 < L_{tabel}$ maka sampel berdistribusi normal

Jika $L_0 > L_{tabel}$ maka sampel tidak berdistribusi normal

Dari hasil perhitungan normalitas untuk masing-masing sampel diperoleh data seperti pada tabel berikut ini:

Tabel 4.7 Normalitas Samepl Data Awal

Kelas	N	Lo	L_{tabel}	Keterangan	Kesimpulan
Eksperimen	20	0,191042169	0,198115623	$L_0 < L_{tabel}$	Berdistribusi normal
Kontrol	20	0,132241276	0,198115623	$L_0 < L_{tabel}$	Berdistribusi normal

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan uji Liliefors, dapat disimpulkan bahwa kelas eksperimen dan kelas kontrol berdistribusi normal. Dengan demikian sampel dari keduanya berdistribusi normal.

Uji homogenitas sampel dilakukan untuk mengetahui apakah sampel diperoleh dari populasi yang homogen. Pengujian dapat dilakukan dengan rumus sebagai berikut:

$$x^2 = (\ln 10) \{B - \sum n_i - 1\} \log_{s_i} 2$$

$$s^2 = \frac{19(9,463157895) + 19(14,73684211)}{38} = \frac{459,800000095}{38} = 12,1$$

$$\text{Log } s^2 = \log 12,1 = 1,08278537040618$$

$$B = (1,08278537040618) (38) = 41,14584407543485$$

$$\begin{aligned} x^2 &= (2,3026) (41,14584407543485 - (19 \log s_1^2) + (19 \log s_2^2)) \\ &= (2,3026) (41,14584407543485 - (19 \cdot 0,97603609) + (19 \cdot 1,16840443)) \\ &= (2,3026) (41,14584407543485 - (18,54468571 + 22,19968417)) \\ &= (2,3026) (41,14584407543485 - 40,74436988) \\ &= (2,3026) (0,40147419543485) \\ &= 0,924434 \end{aligned}$$

Dari perhitungan di atas dengan uji Barlett didapat 0,924434 sedangkan Chi-Kuadrat dengan taraf nyata 5% dan dk=1 diperoleh $x^2 = 3,84$. Karena $x^2_{hitung} < x^2_{tabel} = 0,924434 < 3,84$ maka H_0 diterima sehingga dapat dikatakan $\sigma_1^2 = \sigma_2^2$ atau semua varians sampel sama. Dengan kata lain bahwa kedua kelompok berasal dari kondisi yang sama (homogen).

Apabila data berdistribusi normal dan homogen, selanjutnya diadakan uji hipotesis. Uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji perbedaan dua rata-rata (uji-t). Statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah hipotesis kerja, yaitu: $H_0: \mu \leq \mu_0$

$$H_1: \mu > \mu_0$$

Sebelum penghitungan uji t, data akhir setelah di berikan perlakuan pada kelas eksperimen dan kelas kontrol dapat

meningkatkan kepercayaan diri anak. Hal ini dibuktikan dengan nilai data awal dan nilai data akhir anak meningkat dengan rata-rata kelas eksperimen yaitu 24,55 dan rata-rata kelas kontrol yaitu 22. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa data kelas eksperimen meningkat signifikan dibandingkan data kelas kontrol.

Hasil uji t satu pihak (pihak kanan) dapat dilihat pada tabel 4.8 berikut:

Tabel 4.8 Uji t Satu Pihak

Simpangan baku	T_{hitung}	t_{tabel}	Keterangan	Kesimpulan
1,06473578	8,467463601	1,71	t > t _{tabel}	H ₀ Ditolak

Dari perhitungan di atas diperoleh $t_{hitung} = 8,467463601$. Hasil tersebut kemudian dikonsultasikan dengan t_{tabel} dari tabel distribusi t dengan $dk = 38$ yang di dapat dari $dk = (n_1 + n_2 - 2)$ dan taraf signifikansi 0,05, karena tidak ada nilainya maka dilakukan interpolasi sehingga diperoleh $t_{tabel} = 1,71$, artinya $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka artinya H_0 ditolak, H_1 diterima. Hal ini berarti kepercayaan diri anak dengan kegiatan senam bebek lebih tinggi dibandingkan menggunakan senam gemari. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh kegiatan senam bebek terhadap kepercayaan diri anak TK A TK Islam Sultan 01 Semarang.

2. Pembahasan

Rata-rata data awal pada kelas eksperimen untuk kepercayaan diri anak sebesar 21,1. Sedangkan pada kelas kontrol rata-rata data awal mengenai kepercayaan diri anak sebesar 20,95. Berkaitan dengan data awal maka kepercayaan diri anak TK A di TK Islam Sultan Agung 01

Semarang masih tergolong sedang. Adapun kriteria sesuai dengan kelas intervalnya sebagai berikut kriteria tinggi dengan kelas interval 24-30, kriteria sedang dengan kelas interval 17-23, dan kriteria rendah dengan kelas interval 10-16. Sehingga perlu diberikan kegiatan untuk meningkatkan kepercayaan diri anak.

Dengan demikian terdapat pengaruh kegiatan senam bebek terhadap kepercayaan diri anak TK A di TK Islam Sultan Agung 01 Semarang. Dari kajian diatas dijelaskan, kegiatan senam bebek dapat berpengaruh dalam kepercayaan diri anak untuk berbicara, bergerak, berinteraksi, semangat, antusiasnya anak dalam melakukan gerakan senam, maupun saat dikelas, pembelajaran, kedatangan, *circle time*, saat diberi pertanyaan, saat ada kejadian yang kurang baik, istirahat berlangsung, dan saat mengulas kegiatan yang telah dilakukan sehari dikelas. Dari irama lagu senam yang asik membuat anak lupa akan menutup dirinya / larut dalam nyanyian dan gerakan, dan bergabung bersama teman-teman mengikuti ramainya semangat teman yang lain dalam kegiatan.

C. PENUTUP

Kesimpulan

Setelah mengetahui data homogen, pada kedua kelas diberikan perlakuan, kelas eksperimen peneliti memberikan contoh gerakan senam bebek dan kelas kontrol diberikan kegiatan senam gemari. Diperoleh data akhir terkait dengan kepercayaan diri anak pada pertemuan ketiga di kelas eksperimen mengalami peningkatan dengan rata-rata 24,55. Sedangkan di kelas kontrol diperoleh rata-rata 22.

Dari kedua data tersebut di kelas eksperimen taraf kenaikannya lebih tinggi daripada di kelas kontrol. Kenaikan rata-rata tersebut dikarenakan anak melihat contoh dan mengikuti irama lagu yang asik dan mudah. Maka setelah data akhir di kelas eksperimen dihitung diperoleh $t_{hitung} = 8,467463601$ dari tabel distribusi t sedangkan $dk = (n_1 + n_2 - 2)$, $dk = (20+20-2)$, jadi $dk = 38$ dan taraf signifikan $0,05$ karena tidak ada nilainya maka dilakukan interpolasi sehingga diperoleh $t_{tabel} = 1,71$, artinya $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka H_0 ditolak.

Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak karena $t_{hitung} (8,467463601) > t_{tabel} (1,71)$ sehingga dengan demikian terdapat pengaruh kegiatan senam bebek terhadap kepercayaan diri anak TK A di TK Islam Sultan Agung 01 Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfianika, Ninit. 2016. *Buku Ajar Metode Penelitian Pengajaran Bahasa Indonesia*. Yogyakarta: Deepublish
- Andriyani, Fis. 2012. *Dr Olahraga Menjelaskan Senam Lantai*. Jakarta: Balai Pustaka
- Firanda, Silvia Ayu. 2012. "Perbedaan Rasa Percaya Diri Antara Anak Yang Mengikuti *Playgroup* Dan Tidak Mengikuti *Playgroup* Pada kelompok A di Taman Kanak-Kanak Aisyiyah Bustanul Athfal 3 Surabaya". Skripsi. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya
- Ghufron, M.Nur dan S, Rini Risnawita. 2010. *Teori – Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz
- Jean Treatta Mary, John. 2008. *Dasar-Dasar Senam*. Bandung: Angkasa
- Meriyati. 2016. "Membangun Karakter Anak Sejak Usia Dini. Jurnal Studi Gender dan Anak", Vol.I, No. 1. Lampung: IAIN Raden Intan Lampung

- Mursid. 2015. *Belajar Dan Pembelajaran PAUD*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Musbikin, Imam. 2012. *Pintar Mengatasi Masalah Tumbuh Kembang Anak*. Jogjakarta: FlashBooks
- Nur Abdurakhman R, Latifatul Fajriyah Eva. 2014. "Pengaruh Penerapan Senam *Hook Ups* Terhadap Tingkat Percaya Diri Anak. Jurnal. Cirebon: PSIK STIKES
- Nur Mutia, Laila. 2013. "Model Pembelajaran Senam Irama Dengan Modifikasi Alat Gada Pada Siswa Kelas V SD Ngijo 1 Kota Semarang Tahun 2011/2012". Skripsi. Semarang: UNNES
- Pangastuti Ratna. 2014. *Edutainment PAUD*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Sarastika, Pradipta. 2014. *Stop Minder & Groggi*. Yogyakarta: Araska
- Sistem Pendidikan Nasional 2003 Pasal 28 ayat (3). Jakarta: Kemendiknas
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2015. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Suharjana, F. 2004. *Pembelajaran Senam Dalam Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar*. Diklat. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Suharjana, F. 2008. *Seminar Olahraga Nasional Ke II "Peran Olahraga Dalam Pembentukan Karakter"*. Seminar. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta
- Suyadi. 2010. *Psikologi Belajar PAUD*. Yogyakarta: Pedagogia
- Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini Nomor 137 Tahun 2014. Jakarta: Kemendikbud
- Tim Parents guide. 2012. *Growing UP Usia 5-6 Tahun*. Jakarta: Tiga Serangkai
- Yofita Rahayu, Aprianti. 2013. *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Melalui Kegiatan Bercerita*. Jakarta: Indeks

