

# HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DENGAN KEDISIPLINAN ANAK KELOMPOK B

**Indri Wulan Suryani**

**Titin Faridatun Nisa'**

**Yulias Wulani Fajar**

Program Studi PG-PAUD Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Trunojoyo Madura

email: *indrisuryani40@gmail.com*

## **Abstract: The Correlation Between Physical Activities and Children's Discipline of Group B.**

Learning in early childhood has been done through studying and playing activities. Based on the result of pre-observations in TK Pertiwi 1 Getas found that the teachers do the learning process through fun physical activities to develop children's physical motoric. Physical activities are expected to develop the children's indirectly i.e. submissive and orderly in the game of physical activities. The physical activities are like jump rope game, trains game, ducts ball, throwing ball, gymnastics, and zig-zag running. The physical activities are based on Standards Rate of Achievement Child Development aged 5-6 years. This study is purposed to determine the correlation between physical activities and children's discipline. This study uses quantitative approach and correlational research techniques. The technique of collecting data is through observations, interviews, and documentations. The data analysis is using Pearson Product Moment Correlation. The research subject of this study is the 27 students of group B. The results of data analysis found the correlation value is 0.29 and the contribution of physical activities and children's discipline is 8.41%. The data analysis shows a low correlation between physical activities and children's discipline. The low correlation is caused by the teachers have been growing the discipline through habituation in learning process.

**Key words:** Physical Activities, Discipline, Early Childhood Education.

## **Abstrak: Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kedisiplinan Anak Kelompok B.**

Pembelajaran pada anak usia dini dilakukan melalui kegiatan belajar sambil bermain. Berdasarkan hasil observasi awal di TK Pertiwi 1 Getas ditemukan bahwa guru melakukan pembelajaran melalui kegiatan aktivitas fisik yang menyenangkan untuk mengembangkan fisik motorik anak. Secara tidak langsung aktivitas fisik diharapkan mampu mengembangkan kedisiplinan anak yaitu sikap patuh dan tertib dalam permainan aktivitas fisik. Aktivitas fisik yang dilakukan yaitu permainan lompat tali, kereta-keretaan, salur bola, melempar bola, senam dan lari zig-zag. Aktivitas fisik dilakukan berdasarkan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak usia 5-6 tahun. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan kedisiplinan anak. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik penelitian korelasional. Teknik pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan *Korelasi Pearson Product Moment*. Subjek penelitian ini merupakan siswa Kelompok B sebanyak 27 siswa. Hasil analisis data diperoleh nilai korelasi sebesar 0,29 dan kontribusi hubungan aktivitas fisik dengan kedisiplinan anak sebesar 8,41%. Analisis data tersebut menunjukkan hubungan rendah antara aktivitas fisik dengan kedisiplinan anak. Hubungan rendah tersebut disebabkan guru telah menumbuhkan kedisiplinan melalui pembiasaan dalam pembelajaran.

**Kata kunci :** Aktivitas Fisik, Kedisiplinan, Pendidikan Anak Usia Dini.

Pendidikan anak usia dini (PAUD) dapat tergolong dalam jalur pendidikan formal, informal, dan non formal. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 14 menyatakan bahwa PAUD adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani, agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut, baik pendidikan secara formal di sekolah maupun secara nonformal. Tujuan PAUD adalah untuk mengoptimalkan perkembangan anak (nilai agama dan moral, fisik-motorik, kognitif, bahasa, sosial-emosional dan seni) sesuai dengan tahapan usia anak, salah satunya aspek fisik-motorik.

Perkembangan fisik motorik penting dikembangkan, salah satunya melalui aktivitas fisik. Aktivitas fisik menurut Widiyanti (2014:331) merupakan suatu kegiatan gerakan tubuh yang dihasilkan otot rangka yang mengeluarkan energi. Misalnya pada kegiatan senam, *jogging*, berjalan, dan lain sebagainya. Permainan aktivitas fisik merupakan suatu permainan yang melibatkan unsur gerakan fisik secara dominan yang dapat mengeluarkan energi. Permainan aktivitas fisik misalnya permainan petak umpet, permainan gerak dan lagu, bermain bola, dan lain sebagainya.

PAUD juga bertujuan membentuk karakter pada anak (Suyadi, 2014:24). Sujiono dan Sujiono (2010:17) menyatakan bahwa kegiatan pembelajaran di PAUD dilakukan melalui kegiatan belajar sambil bermain. Hal ini dimaksudkan karena pada usia ini anak memperoleh informasi atau

pengetahuan melalui kegiatan yang menyenangkan yakni melalui bermain. Penanaman sikap sebagai bentuk pendidikan karakter pada PAUD dapat dilakukan melalui pembiasaan dan pemberian contoh perbuatan yang baik.

Nilai-nilai yang bersumber dari agama, Pancasila, budaya, dan tujuan pendidikan nasional dalam Samani (2012:1) ada 18 nilai-nilai dalam pengembangan pendidikan budaya dan karakter bangsa antara lain religius, jujur, toleransi, disiplin, kerja keras, kreatif, mandiri, demokratis, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, cinta tanah air, menghargai prestasi, bersahabat atau komunikatif, cinta damai, gemar membaca, peduli lingkungan, peduli sosial, dan tanggung jawab. Disiplin merupakan salah satu nilai dalam pendidikan karakter. Rahayuningsih (2013:28) mengemukakan bahwa disiplin merupakan cerminan sikap dan perbuatan yang sesuai dengan aturan-aturan yang telah ditetapkan. Disiplin merupakan tindakan yang menunjukkan perilaku tertib dan patuh pada berbagai ketentuan dan peraturan. Sikap disiplin diajarkan pada PAUD dengan mengaplikasikan melalui kegiatan yang menyenangkan yang disesuaikan dengan tahapan usia dan aspek yang dikembangkan.

Permainan aktivitas fisik sering dilakukan di TK Pertiwi 1 Getas sebelum anak memulai pembelajaran. Aktivitas fisik sebelumnya dimaksudkan untuk mengembangkan perkembangan fisik-motorik anak. Penerapan permainan aktivitas fisik tersebut masih perlu dikembangkan sebagai upaya pengembangan pendidikan karakter anak terutama dalam nilai kedisiplinan. Melihat permasalahan diatas, peneliti mengajukan penelitian yang berisi kegiatan-kegiatan permainan, berupa

penerapan aktivitas fisik siswa Kelompok B di lembaga TK Pertiwi 1 Getas yang bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kedisiplinan pada anak Kelompok B. Bagaimana penerapan aktivitas fisik tersebut dapat berhubungan terhadap kedisiplinan anak. Untuk itu peneliti mengajukan penelitian yang berjudul "Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kedisiplinan Anak Kelompok B Di TK Pertiwi 1 Getas Kabupaten Nganjuk."

### **Aktivitas Fisik**

Farizati dalam Khomarun (2013:45) menyatakan aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang membutuhkan energi untuk mengerjakannya, seperti berjalan, menari, dan lain sebagainya. Dikutip dari Widodo (2013), menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan aktivitas fisik didefinisikan sebagai gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Menurut Widiyanti (2014:331), "aktivitas fisik adalah pergerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang mengeluarkan energi".

Kegiatan aktivitas fisik anak usia dini berkenaan dengan aspek fisik-motorik. Fridani (2014:2.4) mengemukakan bahwa perkembangan fisik/motorik merupakan perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Fikriyati (2013:21) menyatakan bahwa perkembangan fisik sangat berkaitan erat dengan perkembangan motorik anak. Motorik merupakan perkembangan pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara susunan saraf, otot, otak, dan *spinal cord*. Perkembangan motorik meliputi motorik kasar dan

halus. Permainan aktivitas fisik pada penelitian tergolong pada aspek motorik kasar.

Menurut Mansur dalam Fadlillah (2012:38) motorik kasar (*gross motor skill*), yaitu segala keterampilan anak dalam menggerakkan dan menyeimbangkan tubuhnya. Bisa juga diartikan sebagai gerakan-gerakan seorang anak yang masih sederhana, seperti melompat dan berlari. Fikriyati (2013:21) menyatakan bahwa motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri.

Aktivitas fisik merupakan suatu aktivitas atau kegiatan gerakan tubuh yang dapat mengeluarkan energi. Setiap gerakan yang dilakukan tubuh dan mengeluarkan energi merupakan aktivitas fisik. Aktivitas fisik pada anak usia dini termasuk dalam aspek perkembangan motorik kasar.

### **Permainan Aktivitas Fisik**

Mutiah (2010:91) mengemukakan bahwa bermain adalah kegiatan yang sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Bermain harus dilakukan atas inisiatif anak dan atas keputusan anak itu sendiri. Bermain harus dilakukan dengan rasa senang, sehingga akan menghasilkan proses belajar pada anak. Permainan merupakan aktivitas bermain yang melibatkan aturan-aturan dalam permainan. Permainan memberikan kesempatan pelatihan untuk mengenal aturan-aturan (sebelum ke masyarakat), mematuhi norma-norma dan larangan-larangan, berlaku jujur, setia (loyal), dan lain sebagainya.

Menurut Mutiah (2010:113) fungsi bermain terhadap sensoris motoris bagi anak penting untuk mengembangkan otot-otot dan energi yang ada. Kegiatan bermain dapat menjadi sumber belajar, penyesuaian pribadi dan sosial anak, dan anak belajar dalam memahami standar moral, serta anak belajar tentang nilai-nilai yang baik dan nilai yang kurang baik (buruk). Melalui kegiatan bermain anak mampu mempelajari lingkungannya.

Mutiah (2013:139) mengemukakan bahwa permainan memiliki beberapa jenis yaitu permainan sensori motor, permainan praktis, permainan pura-pura, permainan sosial, permainan fungsional, permainan konstruktif, dan *game*. Salah satu jenis permainan yaitu *game*. Jenis permainan *game* pada penelitian ini yaitu pada permainan salur bola. Permainan salur bola dimainkan secara berkelompok dan dapat terlihat kelompok pemenang yang mampu menyelesaikan permainan terlebih dahulu.

Dowda dkk; Jago dkk, dalam Santrock (2012:224) menyatakan bahwa aktivitas fisik sebaiknya rutin dilakukan setiap hari oleh anak-anak. Rekomendasi bagi aktivitas fisik anak prasekolah adalah dua jam per hari, terdiri dari satu jam aktivitas terstruktur dan satu jam aktivitas tidak terstruktur (*National Association for Sport and Physical Education AS*). Kehidupan anak-anak harus dipusatkan pada aktivitas, bukan makanan (Fahey, insel, & Roth; Graham, Holt/Hale, & Parker).

Sumantri (2005:117) mengemukakan bahwa agar anak bisa tumbuh dan berkembang perlu diperhatikan sifat pertumbuhan dan perkembangan mereka. Sifat-sifat

tersebut digunakan sebagai upaya memberikan kondisi yang sesuai bagi anak-anak dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Sesuai dengan sifat-sifat pertumbuhan, perkembangan, serta minat dalam melakukan aktivitas, sebagai pengalaman yang perlu diberikan kepada anak meliputi aktivitas fisik yang cukup atau gerakan yang memerlukan penggunaan otot-otot besar; permainan sederhana yang hanya memerlukan penjelasan sedikit, pengorganisasian yang sederhana, dan tidak terlalu lama untuk setiap macam permainan; kesempatan mencoba-coba berbuat sesuatu dan meniru gerakan-gerakan; belajar bekerjasama, dan berusaha bersama dengan teman-temannya; dan kesempatan menggunakan sarana bermain dengan berbagai ukuran mula-mula memainkan objek yang agak besar kemudian semakin kecil.

Permainan aktivitas fisik banyak dijumpai pada permainan tradisional. Direktorat Permuseuman dalam Lusiana (2012:19) mengemukakan bahwa permainan tradisional mempunyai makna suatu (permainan) yang dilakukan dengan berpegang teguh pada norma (aturan) dan adat kebiasaan yang ada secara turun-menurun dan dapat memberikan rasa puas atau senang bagi si pelaku. Menurut Agustini (2010) menyatakan bahwa permainan tradisional merupakan bentuk kegiatan suatu permainan dan atau olahraga yang berkembang dari suatu kebiasaan masyarakat tertentu.

Sujiono (2008:8.28) menyatakan bahwa beberapa permainan tradisional sangat cocok diangkat sebagai permainan kreatif yang dapat mengembangkan fisik motorik anak. Misalnya, permainan gobak sodor, kasti,

dan lain sebagainya. Permainan-permainan tersebut sedikit dimodifikasi untuk disesuaikan dengan kemampuan fisik-motorik anak.

Permainan aktivitas fisik anak dapat diajarkan dalam permainan-permainan tradisional maupun permainan yang dimodifikasi. Permainan-permainan tersebut merupakan permainan yang melibatkan aktivitas fisik dalam melaksanakan permainan tersebut. Permainan disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak.

### **Kedisiplinan**

Kata karakter dalam Megawangi (2012:5) berasal dari kata Yunani, *charassein*, yang berarti mengukir sehingga membentuk sebuah pola. Karakter yang baik tidak secara otomatis dimiliki oleh setiap manusia begitu ia dilahirkan, tetapi memerlukan proses panjang melalui pengasuhan dan pendidikan (proses “pengukiran”). Samani (2012:4) menyatakan bahwa karakter diwarnai sebagai cara berpikir dan berperilaku yang khas tiap individu untuk hidup dan bekerja sama.

Berdasarkan Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 dalam Kurniawan (2013:39) yang dikeluarkan oleh pusat kurikulum Departemen Pendidikan Nasional tahun 2010 mendeskripsikan karakter yang dikembangkan berdasarkan nilai-nilai tersebut diantaranya: religius, jujur, toleransi, disiplin, kerja keras, kreatif, mandiri, demokrasi, rasa ingin tahu, semangat kebangsaan, cinta tanah air, menghargai prestasi, bersahabat/komunikatif, cinta damai, gemar membaca, peduli lingkungan, peduli sosial, dan tanggung jawab. Disiplin

merupakan nilai dalam pendidikan karakter yang perlu dikembangkan. Disiplin perlu dikembangkan pada anak sejak dini.

Disiplin yang dinyatakan oleh Shalihah (2010:64) dapat diartikan sebagai proses melatih pikiran dan karakter secara bertahap sehingga anak memiliki kontrol diri dan berguna bagi masyarakat. Menurut D. Soemarno dalam Rahayuningsih (2013:28) menyatakan bahwa disiplin sebagai suatu kondisi yang tercipta dan terbentuk melalui proses dari serangkaian ketaatan, kepatuhan, kesetiaan, keteraturan, dan ketertiban. Pengertian lain disiplin adalah sejenis perilaku taat atau patuh yang sangat terpuji. Menurut Elizabeth B. Hurlock dalam Rahayuningsih (2013:28) menyatakan bahwa disiplin adalah berasal dari kata yang sama dengan *discipline* yakni seorang yang belajar dari atau secara sukarela mengikuti seorang pemimpin.

Berdasarkan paparan diatas dapat disimpulkan bahwa disiplin merupakan seperangkat sikap kepatuhan dan ketertiban terhadap suatu aturan yang telah ditetapkan. Sikap kepatuhan dan ketertiban diajarkan melalui pengulangan dan pemberian contoh perbuatan disiplin. Disiplin biasanya diterapkan dalam sekolah, kemiliteran, dan lain sebagainya.

Aulina (2013:38) menyatakan bahwa tujuan disiplin adalah membentuk perilaku sedemikian rupa sehingga akan sesuai dengan peran yang ditetapkan kelompok budaya, tempat individu itu diidentifikasi. Orang tua atau pun guru diharapkan dapat menerangkan terlebih dahulu apa kegunaan atau manfaat disiplin bagi

anak sebelum mereka melakukan kegiatan pendisiplinan terhadap anak. Hal ini dilakukan supaya anak memahami maksud dan tujuan berdisiplin pada saat mereka menjalaninya. Pada akhirnya akan berbuah manfaat yang positif bagi perkembangan anak itu sendiri. Tujuan disiplin untuk anak usia dini adalah untuk membentuk sikap atau perilaku anak yang sesuai dengan budaya yang terdapat di masyarakat.

Disiplin menurut Elizabeth B. Hurlock dalam Amanatuz (2013:17) terdapat 3 macam antara lain disiplin otoriter, disiplin yang lemah dan disiplin demokratis. Pendisiplinan tersebut memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing. Disiplin demokratis yang lebih banyak digunakan karena pendisiplinan ini menunjukkan alasan kepada anak terhadap aturan-aturan yang ditetapkan, maupun pada hukuman apabila anak melanggarnya. Penelitian yang akan dilakukan didasarkan pada disiplin demokratis karena penanaman demokrasi ini didasarkan pada alasan mengapa anak diminta melakukan suatu tindakan yang harus dilakukan.

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2013:7) menyatakan bahwa penelitian kuantitatif dinamakan metode tradisional, hal ini dikarenakan metode ini sudah cukup lama digunakan sehingga sudah mentradisi sebagai metode untuk penelitian. Metode ini disebut metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan statistik.

Teknik penelitian menggunakan teknik korelasional. Menurut Nana Sudjana dan Ibrahim dalam Sugiyono (2013:7) menyatakan bahwa studi korelasi mempelajari hubungan antara dua variabel atau lebih, yakni sejauh mana variasi dalam satu variabel menyatakan studi hubungan (*associational study*) disebut juga studi korelasional (*correlational study*), meneliti hubungan antara dua hal, dua variabel atau lebih. Penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kedisiplinan anak.

Sumber data penelitian yaitu menggunakan sampel jenuh. Sugiyono (2013:85) menyebutkan sampling jenuh adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang kecil karena semua anggota populasi digunakan dalam penelitian. Sampel pada penelitian ini mencantumkan seluruh anak kelompok B TK Pertiwi 1 Getas yaitu 27 anak sebagai sumber data.

Penelitian ini, teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi yang digunakan dalam penelitian yaitu melalui observasi partisipan. Observasi partisipan dilakukan dimana peneliti terlibat dalam kegiatan dan sebagai pengamat. Data observasi menggunakan daftar cek atau *checklist* menggunakan skala pengukuran skala likert dengan menggunakan 4 opsi yaitu belum berkembang, mulai berkembang, berkembang sesuai harapan, dan berkembang sangat baik. Data diperoleh

dari pengamatan guru dan pengamatan peneliti sebagai pembanding dengan menggunakan pedoman penilaian observasi. Data pengamatan dari guru dan peneliti tersebut merupakan data yang akan dihitung. Wawancara pada penelitian menggunakan wawancara tidak terstruktur kepada pengajar di TK Pertiwi 1 Getas. Dokumentasi digunakan sebagai data pendukung yang dimaksudkan untuk memperjelas dan memperkuat data penelitian yang dilakukan.

Penelitian ini teknik analisis data menggunakan *Korelasi Pearson Product Moment*. Penggunaan analisis data menggunakan *Korelasi Pearson Product Moment* karena data berbentuk interval. Riduwan (2011:138) mengemukakan bahwa kegunaan *Korelasi Pearson Product Moment* yaitu untuk mengetahui derajat hubungan antara variabel bebas (*independent*) dengan variabel terikat (*dependent*).

Rumus *Korelasi Pearson Product Moment* (Riduwan, 2011:138) yaitu:

$$r = \frac{n \cdot (\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{(n \cdot \sum X^2 - (\sum X)^2) \cdot (n \cdot \sum Y^2 - (\sum Y)^2)}}$$

Keterangan:

- = Koefisien Korelasi
- = Jumlah Skor Total Variabel X
- = Jumlah Skor Total Variabel Y
- = Jumlah Responden

Selanjutnya untuk menyatakan besar kecilnya sumbangan variabel X terhadap Y dapat ditentukan dengan rumus koefisien determinan sebagai berikut.

$$KD = r^2 \times 100\%$$

Keterangan:

KD = Nilai Koefisien Determinan

r = Nilai Koefisien Korelasi

Persyaratan analisis *Korelasi Pearson Product Moment* antara lain data berdistribusi normal dan berpola linier. Uji normalitas data menggunakan Chi-Kuadrat karena data berbentuk interval.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembelajaran yang dilakukan dalam penelitian ini melalui kegiatan aktivitas fisik berupa kegiatan permainan fisik motorik. Permainan-permainan fisik motorik tersebut berupa permainan lompat tali, kereta-keretaan, salur bola, melempar bola, senam, dan lari zig-zag. Permainan-permainan tersebut merupakan beberapa permainan yang termasuk ke dalam permainan tradisional, yaitu permainan lompat tali dan permainan kereta-keretaan. Permainan aktivitas fisik telah disesuaikan dengan tingkat perkembangan anak sesuai dengan STTPA (Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak) pada usia 5-6 tahun (Kelompok B).

Kegiatan aktivitas fisik terlaksana dengan baik sesuai dengan yang direncanakan peneliti. Kegiatan penelitian dilakukan dengan bantuan pengajar dari TK Pertiwi 1 Getas. Sesuai hasil observasi menggunakan daftar cek atau *checklist* diperoleh data aktivitas fisik dan kedisiplinan anak sebagai berikut. Pada hari pertama penelitian, kegiatan yang dilakukan yaitu

permainan lompat tali dan melempar bola. Permainan lompat tali dilakukan pada ketinggian 20 cm dan ketinggian 30 cm. Nilai rata-rata anak pada ketinggian 20 cm yaitu sebesar 3,44 dan pada ketinggian 30 cm sebesar 3,57. Berdasarkan nilai rata-rata, teramati bahwa kemampuan anak berkembang sangat baik pada permainan aktivitas fisik di permainan lompat tali. Kegiatan lompat tali ini, sikap kedisiplinan anak diamati bagaimana anak mampu melompat sesuai aturan permainan dan tertib menunggu giliran. Aspek melompat sesuai aturan permainan memperoleh rata-rata 3,39, dan aspek tertib menunggu giliran memperoleh rata-rata sebesar 3,56.

Permainan melempar bola dilakukan setelah permainan lompat tali. Aspek melempar bola nilai rata-rata sebesar 3,61 dan aspek menangkap bola pada permainan salur bola memiliki nilai rata-rata sebesar 3,13. Aspek kedisiplinan yang diamati pada permainan melempar bola yaitu kepatuhan siswa dalam aturan permainan dan bermain sesuai dengan waktu yang ditetapkan oleh guru. Patuh terhadap aturan permainan nilai rata-rata yaitu 3,04 dan aspek bermain sesuai waktu yang ditetapkan yaitu sebesar 3,24. Aspek patuh terhadap permainan dan aspek bermain sesuai waktu yang ditetapkan kemampuan anak berkembang sangat baik.

Kegiatan pada hari kedua yaitu kegiatan permainan salur bola dan kereta-keretaan. Aspek yang diamati pada permainan salur bola yaitu menerima bola dan menyalurkan bola. Rata-rata nilai menerima bola yaitu sebesar 3,35 dan menangkap bola adalah sebesar 3,39. Aspek menerima bola dan menangkap bola kemampuan anak

berkembang sangat baik. Kedisiplinan siswa teramati dalam permainan salur bola yaitu menirukan gerakan yang dicontohkan oleh guru dan melakukan kegiatan sesuai dengan urutan pada aturan permainan. Aspek menirukan gerakan yang dicontohkan guru rata-rata nilai sebesar 3,33, dan aspek melakukan gerakan sesuai aturan permainan rata-rata nilai sebesar 3,28. Kedua aspek tersebut kemampuan anak berkembang sangat baik.

Permainan kedua pada hari kedua yang dilakukan yaitu permainan kereta-keretaan. Terdapat tiga rintangan yang disediakan dalam permainan ini yaitu “terowongan”, “jembatan”, dan “putaran”. Ketiga rintangan permainan dilakukan secara bergantian. Aspek aktivitas fisik yang diamati yaitu berjalan berkelompok dan melewati rintangan. Aspek berjalan berkelompok rata-rata memperoleh nilai sebesar 3,43 dan aspek melewati rintangan memperoleh nilai rata-rata sebesar 3,80. Kedua aspek aktivitas fisik pada permainan kereta-keretaan berkembang sangat baik. Aspek kedisiplinan pada permainan kereta-keretaan tersebut yaitu sikap patuh terhadap aturan permainan dan bermain sesuai waktu yang telah ditetapkan oleh guru dalam permainan. Aspek patuh terhadap aturan permainan nilai rata-rata yaitu sebesar 3,22 dan aspek bermain sesuai waktu yang ditetapkan yaitu sebesar 3,17. Berdasarkan nilai rata-rata kedua aspek tersebut diketahui kemampuan anak berkembang sangat baik.

Kegiatan pada hari ketiga yaitu kegiatan senam dan lari zig-zag. Aktivitas fisik yang diamati pada kegiatan senam yaitu koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dan koordinasi gerakan sesuai irama. Aspek koordinasi

gerakan mata-kaki-tangan-kepala nilai rata-rata yang diperoleh yaitu sebesar 3,28, dan aspek koordinasi gerakan sesuai irama memperoleh nilai rata-rata sebesar 3,63. Kedua aspek tersebut diketahui kemampuan anak berkembang sangat baik. Kedisiplinan siswa diamati dalam kegiatan senam yaitu sikap meniru gerakan yang dicontohkan oleh guru dan bermain sesuai dengan waktu yang ditetapkan oleh guru. Aspek meniru gerakan yang dicontohkan guru dan aspek bermain sesuai waktu yang ditetapkan masing-masing menunjukkan nilai rata-rata yaitu sebesar 3,39 dan 3,26. Kemampuan anak pada aspek meniru gerakan yang dicontohkan guru dan aspek bermain sesuai waktu yang ditetapkan berkembang sangat baik.

Permainan kedua pada hari ketiga yaitu permainan lari zig-zag. Permainan lari zig-zag aspek yang diamati yaitu berlari dan melewati rintangan. Aspek berlari memperoleh nilai rata-rata sebesar 3,52, dan aspek melewati rintangan memperoleh nilai sebesar 3,48, sehingga kemampuan anak berkembang sangat baik. Kedisiplinan yang dapat teramati dalam kegiatan lari zig-zag ini yaitu siswa patuh terhadap aturan permainan dan siswa mampu tertib menunggu giliran dalam permainan. Aspek patuh terhadap aturan permainan memperoleh nilai rata-rata sebesar 3,26, dan aspek tertib menunggu giliran sebesar 3,50. Kedua aspek tersebut kemampuan anak berkembang sangat baik.

Berdasarkan data-data hasil penelitian yang telah dilakukan di TK Pertiwi 1 Getas diperoleh rekapitulasi nilai rata-rata hasil observasi sebagai berikut.

**Tabel 1**  
**Rekapitulasi Nilai Rata-rata Hasil**  
**Observasi**

No.	Nama Anak	Aktivitas Fisik	Kedisiplinan
1	Anak 1	3,63	3,46
2	Anak 2	3,63	3,50
3	Anak 3	3,50	3,46
4	Anak 4	3,58	3,58
5	Anak 5	3,42	3,46
6	Anak 6	3,42	3,17
7	Anak 7	3,42	3,38
8	Anak 8	3,79	3,58
8	Anak 9	3,33	3,33
9	Anak 10	3,38	3,29
10	Anak 11	3,75	2,79
11	Anak 12	3,17	3,13
12	Anak 13	3,38	2,71
13	Anak 14	3,46	3,25
14	Anak 15	3,50	3,42
15	Anak 16	3,79	3,04
16	Anak 17	3,33	3,17
17	Anak 18	3,58	3,67
18	Anak 19	3,29	3,04
19	Anak 20	3,58	3,25
20	Anak 21	3,29	3,29
21	Anak 22	3,96	3,79
22	Anak 23	3,29	3,29
23	Anak 24	3,42	3,42
24	Anak 25	3,29	3,42
25	Anak 26	3,17	3,42
26	Anak 27	3,33	2,88
<b>Jumlah</b>		<b>93,67</b>	<b>89,17</b>

Data diatas merupakan data keseluruhan dan di rata-rata dari permainan aktivitas fisik dan kedisiplinan anak yang kemudian dijadikan data dalam penelitian. Aktivitas fisik merupakan variabel X dan kedisiplinan merupakan variabel Y. Data tersebut merupakan data yang dianalisis.

Setelah uji persyaratan analisis data pada penelitian ini yaitu uji normalitas data dan uji linieritas data dilakukan, dan dihasilkan data berdistribusi normal dan berpola linier maka analisis korelasi dapat dilanjutkan. Taraf kesalahan pengujian analisis data  $\alpha = 0,05$  (5%) diperoleh nilai r sebesar

0,29 dan sebesar 1,51 untuk diperoleh nilai 8. Berdasarkan perhitungan analisis data tersebut dapat diperoleh nilai , maka terima , sehingga tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kedisiplinan anak.

Besar kontribusi aktivitas fisik dengan kedisiplinan anak dapat dihitung sebagai berikut. Penelitian ini dapat diketahui bahwa aktivitas fisik terdapat hubungan sebesar 8,41% dengan kedisiplinan anak kelompok B di TK Pertiwi 1 Getas. Kedisiplinan anak sebesar 91,59% dipengaruhi oleh faktor yang lain.

### **Pembahasan**

Permainan yang dilakukan banyak terdapat unsur gerakan lokomotor dan non lokomotor. Gerakan lokomotor merupakan gerakan fisik yang dapat berpindah tempat, sedangkan gerakan non lokomotor merupakan gerakan fisik tanpa berpindah tempat. Gerakan lokomotor terdapat pada permainan lompat tali, kereta-keretaan, senam, dan lari zig-zag. Sedangkan gerakan non lokomotor terdapat pada permainan salur bola dan melempar bola.

Pembelajaran yang dilakukan di TK Pertiwi 1 Getas melalui permainan aktivitas fisik dimaksudkan untuk mengoptimalkan perkembangan fisik-motorik anak. Secara tidak langsung diharapkan kedisiplinan anak mampu dikembangkan melalui permainan aktivitas fisik. Hal ini dalam permainan tersebut anak harus mematuhi aturan dalam setiap permainan, sehingga kedisiplinan anak akan teramati dalam permainan aktivitas fisik tersebut.

Permainan-permainan yang dilakukan pada penelitian berdasarkan

STPPA usia 5-6 tahun pada perkembangan fisik motorik anak dan sosio-emosional anak. Perkembangan fisik motorik yang digunakan pada permainan yaitu aspek motorik kasar anak dengan indikator melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan; melakukan koordinasi gerakan mata-kaki-tangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam; dan melakukan permainan fisik dengan aturan. Perkembangan sosio-emosional anak yang digunakan pada penelitian yaitu pada aspek rasa tanggung jawab untuk diri sendiri dan orang lain dengan indikator menaati aturan kelas (kegiatan, aturan) dan pada aspek perilaku prososial dengan indikator bermain dengan teman sebaya.

Permainan lompat tali dan permainan kereta-keretaan merupakan permainan tradisional. Permainan lompat tali dan permainan kereta-keretaan termasuk dalam permainan lokomotor. Hal ini sesuai dengan pendapat Sujiono (2010:45) yang menerangkan bahwa kemampuan gerakan motorik (*locomotor skill*) seperti menggerakkan tubuh melalui ruang, berjalan, melompat, berbaris, berlari, dan lain sebagainya.

Rata-rata anak telah mampu melakukan lompatan pada permainan lompat tali. Hanya terdapat satu anak yaitu pada siswa 13 yang tidak mampu melakukan 3 kali lompatan pada permainan lompat tali. Anak hanya mampu melompat pada lompatan ketiga. Akan tetapi, pada lompat tali dengan ketinggian 30 cm anak mampu melakukan 2 lompatan dari 3 kali pengulangan kegiatan.

Rata-rata kemampuan anak pada aspek berjalan berkelompok dalam permainan kereta-keretaan berkembang sangat baik, akan tetapi terdapat tiga anak yang kurang mampu berjalan berkelompok. Kemampuan anak dalam berjalan berkelompok berkembang sesuai harapan, sedangkan aspek melewati rintangan, ketiga anak tersebut berkembang sangat baik.

Sikap kritis muncul pada anak dalam mengomentari temannya yang tidak patuh dalam permainan, hal ini teramati dalam permainan salur bola. Sesuai dengan pendapat Sumantri (2005:116) yang menegaskan bahwa dalam hubungan dengan teman-teman bermainnya, anak kecil mulai bisa menilai satu sama lain. Anak mulai bisa menilai apa yang dilakukan oleh temannya terutama dalam hal penampilan gerakannya, karena itu anak kecil sudah bisa bermain dalam kelompok-kelompok, namun dengan sifat individualistik dan egosentriknya mereka masih seringkali bertengkar.

Permainan salur bola merupakan jenis permainan game. Menurut Mutiah (2010:139) game merupakan kegiatan-kegiatan yang dilakukan untuk memperoleh kenikmatan yang melibatkan aturan dan sering kali bersifat kompetisi. Permainan ini terdapat aturan permainan yang harus ditaati oleh pemain. Permainan ini terdapat unsur menang dan kalah, sehingga bersifat kompetisi.

Permainan melempar bola, senam, dan lari zig-zag sering dilakukan di TK Pertiwi 1 Getas. Permainan melempar bola terlihat kedisiplinan anak kurang baik. Hal ini terlihat pada kegiatan pengulangan yang dilakukan dalam permainan melempar bola dimana

terdapat dua anak memainkan bolanya sendiri, sehingga anak kurang patuh dalam aturan permainan. Kedua anak tersebut yaitu pada siswa 11 dan siswa 13.

Berdasarkan ketiga kegiatan yang sering dilakukan di TK Pertiwi 1 Getas yaitu kegiatan melempar bola, senam, dan lari zig-zag. Kegiatan senam merupakan kegiatan yang rutin dilakukan. Kegiatan senam rutin dilakukan setiap hari Sabtu. Kedisiplinan anak teramati sangat baik pada kegiatan senam karena rutin dilakukan setiap hari Sabtu. Sikap disiplin pada anak dipengaruhi oleh faktor pembiasaan, hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Shalihah. Menurut Shalihah (2010:64), disiplin dapat diartikan sebagai proses melatih pikiran dan karakter secara bertahap, sehingga anak memiliki kontrol diri dan berguna bagi masyarakat.

Kegiatan lari zig-zag diketahui bahwa anak mampu berlari secara bergantian sesuai urutan nama yang dibacakan oleh guru, sehingga kedisiplinan anak teramati dengan baik. Kedisiplinan lain juga teramati ketika anak mampu berbaris setelah melakukan lari zig-zag. Kegiatan lari zig-zag merupakan kegiatan untuk melihat kemampuan gerakan motorik (locomotor skill). Kemampuan anak dalam permainan lari zig-zag disesuaikan dengan (STPPA) usia 5-6 tahun yaitu anak mampu melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelincahan. Kegiatan lari zig-zag melibatkan koordinasi gerakan kaki dan mata dalam kegiatan yang dilakukan. Kelincahan anak dapat teramati ketika anak mampu berlari melewati semua rintangan dan tidak jatuh.

Diketahui bahwa dalam pengendalian anak, Pengajar TK Pertiwi 1 Getas terlebih dahulu anak harus dibimbing sebelum kegiatan dimulai, anak-anak diarahkan pada kegiatan yang akan dilakukan lalu anak dibariskan, diberikan contoh, arahan, dan bimbingan sehingga anak mendengarkan dan anak diajak praktik bersama dengan guru. Pengendalian anak yang dilakukan oleh pengajar di TK Pertiwi 1 Getas sesuai dengan pendapat dari Aulina. Aulina (2013:38) menyatakan orang tua atau pun guru diharapkan dapat menjelaskan terlebih dahulu apa kegunaan atau manfaat disiplin bagi anak sebelum mereka melakukan kegiatan pendisiplinan terhadap anak. Hal ini dilakukan supaya anak memahami maksud dan tujuan berdisiplin pada saat mereka menjalaninya.

Pengendalian yang dilakukan didasarkan disiplin demokratis dimana guru memberikan pengarahan kepada anak mengapa aturan tersebut ditetapkan dan harus dipatuhi oleh anak. Disiplin demokratis dalam pelaksanaannya anak diberikan pemahaman mengenai arti peraturan-peraturan dan mengapa kelompok sosial mengharapkan anak mematuhi peraturan-peraturan itu (Amanatuz, 2013:17).

Berdasarkan hasil perhitungan yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa hipotesis nol ( $H_0$ ) yang diterima dalam uji hipotesis. Hal ini berarti tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kedisiplinan anak kelompok B TK Pertiwi 1 Getas. Hubungan aktivitas fisik dengan kedisiplinan anak Kelompok B TK Pertiwi 1 Getas yang dinyatakan dengan nilai  $r$  hanya sebesar 0,29 sehingga nilai  $KP$  sebesar 8,41%, yang menunjukkan hubungan rendah. Hal ini dipengaruhi oleh faktor lain yaitu

kedisiplinan anak dibiasakan pada setiap kegiatan pembelajaran. Oleh karena itu, pada penelitian ini terlihat bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kedisiplinan anak meskipun rendah. Dengan kata lain, terdapat hubungan yang rendah antara aktivitas fisik dengan kedisiplinan anak.

## SIMPULAN

Kegiatan aktivitas fisik di TK Pertiwi 1 Getas yang dilakukan pada penelitian antara lain lompat tali, kereta-keretaan, salur bola, melempar bola, senam, dan lari zig-zag. Kedisiplinan anak dilihat berdasarkan sikap patuh dan tertib pada aturan-aturan kegiatan aktivitas fisik yang dilakukan. Analisis yang dilakukan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan kedisiplinan anak Kelompok B TK Pertiwi 1 Getas memperoleh nilai  $r = 0,29$  (hubungan rendah).

Berdasarkan uji hipotesis yang dilakukan diketahui nilai  $r = 0,29$  sehingga nilai koefisien determinan sebesar 8,41%. Aktivitas fisik memiliki hubungan sebesar 8,41% (hubungan rendah) dengan kedisiplinan anak Kelompok B TK Pertiwi 1 Getas. Kedisiplinan telah dibiasakan oleh pendidik dalam setiap kegiatan pembelajaran, sehingga aktivitas fisik memiliki hubungan yang rendah dengan kedisiplinan anak.

## Saran

Berdasarkan simpulan dari hasil penelitian, saran peneliti sebagai berikut.

### 1. Guru

Hendaknya guru menanamkan sikap disiplin pada anak usia dini melalui pembiasaan pada setiap kegiatan

pembelajaran yang dilakukan salah satunya dapat melalui permainan aktivitas fisik.

## 2. Orang Tua

Hendaknya orang tua bekerjasama dengan guru dalam menanamkan sikap disiplin pada anak agar hasil sikap disiplin anak lebih optimal.

## 3. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya perlu mengembangkan dan memperluas cakupan konten yang relevan pada penelitian untuk meninjaklanjuti dari hasil penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amanatuz, K. Y. A. 2013. Penanaman Kedisiplinan Melalui Program Kegiatan Hansek (Ketahanan Sekolah) Di SMK Negeri 7 Semarang. (Online). Skripsi. (<http://lib.unnes.ac.id>), diakses pada 04 Juni 2016.
- Aulina, C. N. 2013. *Penanaman Disiplin pada Anak Usia Dini*. (Online). 2 (1): 36-49, (<http://journal.umsida.ac.id>), diakses 03 April 2016
- Fadlillah, M. 2012. *Desain Pembelajaran PAUD Tinjauan Teoretik & Praktik*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Fikriyati, M. 2013. *Perkembangan Anak Usia Emas*. Yogyakarta: Laras Media Permai.
- Fridani, L. 2014. *Materi Pokok Evaluasi Perkembangan AUD*. Tangerang: Universitas Terbuka.
- Khomarun.; Wahyuni, E.S.; & Nugroho, M.A. 2013. *Pengaruh Aktivitas Fisik Jalan Pagi Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi Stadium I Di Posyandu Lansia Desa Makam Haji*. (Online). 2 (2): 144-149, (<http://jurnal.poltekes-solo.ac.id>), diakses 16 April 2016.
- Kurniawan, S. 2013. *Pendidikan Karakter: Konsepsi dan Implementasinya Secara Terpadu di Lingkungan Keluarga, Sekolah, Perguruan Tinggi, dan Masyarakat*. Yogyakarta: Arruzz Media.
- Lusiana, E. 2012. *Membangun Pemahaman Karakter Kejujuran Melalui Permainan Tradisional Jawa Pada Anak Usia Dini Di Kota Pati*. (Online). Skripsi. (<http://lib.unnes.ac.id>), diakses pada 03 April 2016.
- Megawangi, R. 2012. *Menyemai Benih Karakter*. Bogor: Indonesia Heritage Foundation.
- Mutiah, D. 2010. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana.
- Rahayuningsih, D. P. 2013. *Peningkatan Kemampuan Disiplin Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Bermain Peran di RA Muslimat NU Mafatihul Islamiyah*. (Online).1 (1): 26-33, (<http://e-journal.ikip-veteran.ac.id>), diakses pada 03 April 2016.
- Riduwan. 2011. *Belajar Mudah Penelitian untuk Guru-Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.

- Samani, M & Hariyanto. 2012. *Konsep dan Model Pendidikan Karakter*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Santrock, J. W. 2012. *Life-Span Development*. Surabaya: Erlangga.
- Shalihah, M. 2010. *Mengelola PAUD Mendidik Budi Pekerti, Anak Usia Dini bagi Program PAUD, TK Play Group, dan di Rumah*. Bantul: Kreasi Wacana Offset.
- Sujiono, Bambang. 2008. *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sujiono, Y. N. & Sujiono B. 2010. *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*. Jakarta: PT Indeks.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sumantri. 2005. *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Suyadi. 2014. *Teori Pembelajaran Anak Usia Dini dalam Kajian Neurosains*. Bandung: Rosdakarya.
- Widiantini, W. & Tafal, Z. 2014. *Aktivitas Fisik, Stres, dan Obesitas pada Pegawai Negeri Sipil*. (Online).8 (7): 330-336, (<http://journal.fkm.ui.ac.id>), diakses 16 April 2016.
- Widodo, A. 2012. *Kaitan Aktivitas Fisik dengan Kesehatan*, (Online), (<https://pustakaolahraga.wordpress.com>), diakses 26 Mei 2015.