

**PENGARUH PEMBERIAN *CORE STABILITY EXERCISE*  
TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK  
USIA 5-6 TAHUN DI TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH  
PANDANWANGI KECAMATAN TEMPEH  
KABUPATEN LUMAJANG**

**SKRIPSI**



Oleh:  
Arina Khikmatul Maula  
NIM : 214101050002

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
APRIL 2025**

**PENGARUH PEMBERIAN *CORE STABILITY EXERCISE*  
TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK  
USIA 5-6 TAHUN DI TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH  
PANDANWANGI KECAMATAN TEMPEH  
KABUPATEN LUMAJANG**

**SKRIPSI**

diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan  
Jurusan Pendidikan Islam dan Bahasa  
Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini



Oleh:  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI Arina Khikmatul Maula SIDDIQ  
NIM: 214101050002  
J E M B E R

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
APRIL 2025**

**PENGARUH PEMBERIAN *CORE STABILITY EXECISE*  
TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK  
USIA 5-6 TAHUN DI TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH  
PANDANWANGI KECAMATAN TEMPEH  
KABUPATEN LUMAJANG**

**SKRIPSI**

diajukan kepada Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh  
gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan  
Jurusan Pendidikan Islam dan Bahasa  
Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Oleh:

**Arina Khikmatul Maula**  
**NIM : 214101050002**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R**

**Disetujui Pembimbing**

  
**Ali Mukti, M.Pd**  
NIP. 199112302019031007

**PENGARUH PEMBERIAN *CORE STABILITY EXECISE*  
TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK  
USIA 5-6 TAHUN DI TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH  
PANDANWANGI KECAMATAN TEMPEH  
KABUPATEN LUMAJANG**

**SKRIPSI**

telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu  
persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan  
Jurusan Pendidikan Islam dan Bahasa  
Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Hari : Senin

Tanggal : 28 April 2025

Tim Penguji

Ketua

Sekretaris

Dr. Rif'an Humaidi, M.Pd.I  
NIP. 197905312006041016

Yuli Indarti, S.KM., M.Kes  
NIP. 196907101993032006

Anggota :

1. Dr. Drs. H. Mahrus, M.Pd.I

2. Ali Mukti, M.Pd.

Menyetujui

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan



Dr. H. Abdul Mu'is, S.Ag., M.Si.  
NIP. 197304242000031005

## MOTTO

وَاللَّهُ أَخْرَجَكُمْ مِنْ بُطُونِ أُمَّهَاتِكُمْ لَا تَعْلَمُونَ شَيْئًا وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ

Artinya: “dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatu pun dan Dia menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan, dan hati nurani agar kamu bersyukur” (Q.S. An-Nahl: 78)<sup>1</sup>



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

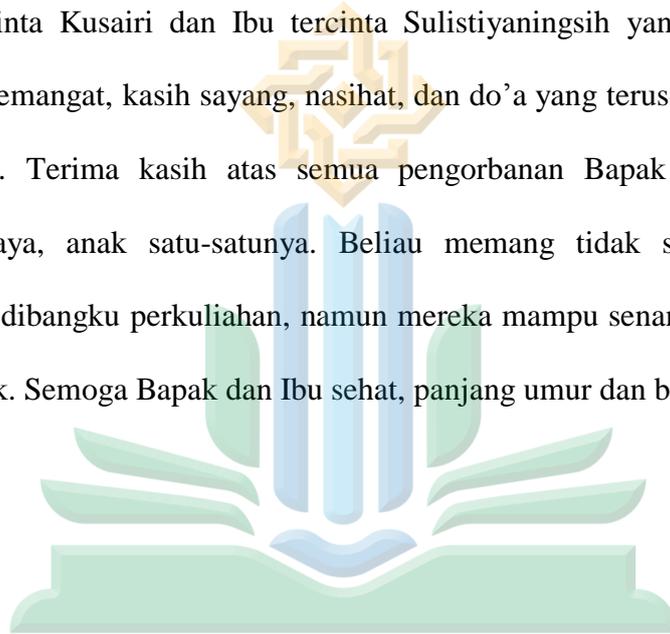
---

<sup>1</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Alquran dan Terjemahan*, (Bandung: jabal, 2004), 16:78.

## PERSEMBAHAN

Alhamdulillah atas berkat rahmat Allah atas selesainya tugas akhir (skripsi) ini untuk meraih gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)). Oleh karena itu, kupersembahkan skripsi ini kepada :

Bapak tercinta Kusairi dan Ibu tercinta Sulistyaningsih yang selalu memberi dukungan semangat, kasih sayang, nasihat, dan do'a yang terus-menerus mengalir untuk saya. Terima kasih atas semua pengorbanan Bapak dan Ibu tercinta terhadap saya, anak satu-satunya. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan dibangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan yang terbaik. Semoga Bapak dan Ibu sehat, panjang umur dan bahagia selalu.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## KATA PENGANTAR

Segenap puji syukur penulis sampaikan kepada Allah karena atas rahmat dan karunia-Nya, perencanaan, pelaksanaan, dan penyelesaian skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang” sebagai salah satu syarat menyelesaikan program sarjana dan dapat terselesaikan dengan lancar.

Kesuksesan ini dapat penulis peroleh karena dukungan banyak pihak. Oleh karena itu, penulis menyadari dan menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Hepni, S. Ag, MM., CPEM selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yang telah menerima penulis sebagai mahasiswa UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember.
2. Bapak Dr. H. Abdul Mu'is, S.Ag., M.Si. selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian ini hingga lancar.
3. Bapak Dr. Nuruddin, M.Pd.I selaku Ketua Jurusan PI dan Bahasa yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian ini hingga lancar.
4. Bapak Dr. Khairul Anwar, M.Pd.I selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini yang telah memberikan arahan serta kesempatan untuk melakukan penelitian ini hingga lancar.
5. Ibu Riyas Rahmawati, M.Pd selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing, memberi arahan, serta nasihat kepada penulis.

6. Bapak Ali Mukti, M.Pd selaku Dosen Pembimbing yang telah memberi bimbingan dan pengarahan dalam skripsi ini dengan sangat baik.
7. Segenap Jajaran Dosen dan Staff Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Program Studi Pendidikan Islam Anak Usia Dini UIN KHAS Jember yang telah membekali penulis dengan berbagai ilmu selama mengikuti perkuliahan sampai akhir penulisan skripsi.
8. Ibu Mujianah, S.Pd selaku kepala sekolah dan seluruh dewan guru TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang yang telah membantu dan memberi data-data yang diperlukan selama penelitian.
9. Siswa-siswi kelompok B TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang yang telah mengikuti proses penelitian dengan baik.
10. Seluruh sahabat dan teman-teman yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis berharap, semoga skripsi ini dapat memberikan hal yang bermanfaat dan menambah wawasan bagi pembaca khususnya kepada penulis sendiri. Akhirnya, semoga segala amal baik pihak-pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan tugas skripsi ini, mendapatkan balasan yang barokah dari Allah SWT.

Jember, 20 Maret 2025  
Penulis

**Arina Khikmatul Maula**  
NIM. 214101050002

## ABSTRAK

**Arina Khikmatul Maula, 2025:** Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

**Kata Kunci:** Pemberian *Core Stability Exercise*, Perkembangan Motorik Kasar, Anak Usia 5-6 Tahun.

Perkembangan motorik kasar merupakan gerakan yang melibatkan otot-otot besar untuk pengendalian gerakan tubuh sebagai aspek penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak terutama pada usia 5-6 tahun. Di TK NU Muslimat Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang terdapat perkembangan anak yang tidak sesuai dengan usianya, seperti anak berusia 5 tahun masih kesulitan untuk menyeimbangkan tubuh, anak belum mampu berlari dan melompat dengan sempurna, dan anak belum mampu melempar dan menangkap bola sesuai target. Salah satu cara yang dapat digunakan dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar, yaitu pemberian *core stability exercise* berupa permainan papan titian.

Rumusan masalah yang diteliti dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun Di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang?”. Tujuan penelitian ini, yaitu “untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun Di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang”.

Pendekatan pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan adalah *pre-experimental* dengan rancangan *one group pretest dan posttest design*. Instrumen pengumpulan data menggunakan angket perkembangan motorik kasar. Populasi seluruh kelompok B dan sampel sebanyak 30 anak. Analisis data yang digunakan untuk uji Validitas, Reliabilitas, Normalitas, Homogenitas, dan uji *Paired Sample t-Test* menggunakan program SPSS.

Pada hasil uji *Paired Sample T-Test* dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  atau 5 %  $df = n-1$   $(30-1) = 29$ . Terdapat nilai sig (*2-tailed*) sebesar 0,000 yang artinya  $0,000 < 0,05$ , dengan demikian  $H_0$  tidak diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

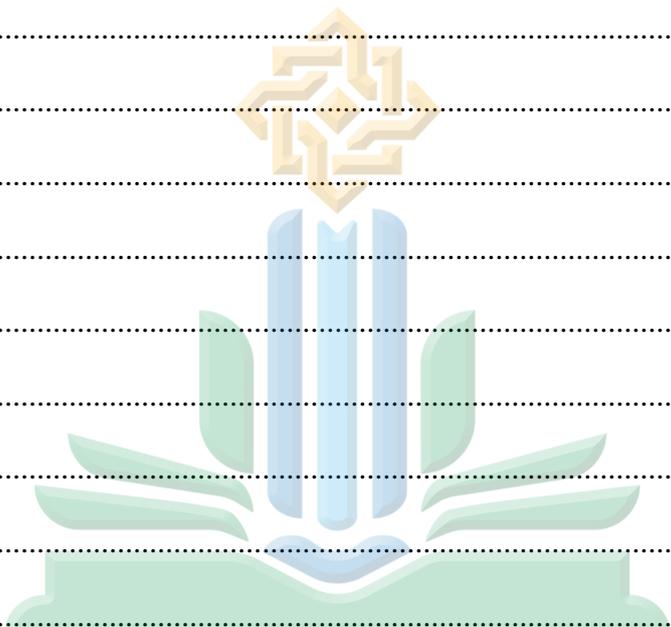
## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	<b>ii</b>
<b>PENGESAHAN TIM PENGUJI</b> .....	<b>iii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	9
C. Tujuan Masalah .....	9
D. Manfaat Penelitian .....	9
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	10
F. Definisi Operasional.....	12
G. Kerangka Konsep .....	14
H. Asumsi Penelitian.....	14
I. Hipotesis.....	15
J. Sistematika Pembahasan .....	16

<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA .....</b>	<b>18</b>
A. Penelitian Terdahulu .....	18
B. Kajian Teori .....	25
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	38
B. Populasi dan Sampel .....	38
C. Teknik dan Instrumen Penelitian .....	40
D. Uji Validitas dan Realibilitas .....	43
E. Analisis Data .....	44
<b>BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS .....</b>	<b>48</b>
A. Gambaran Obyek Penelitian .....	48
B. Penyajian Data .....	52
C. Analisis Dan Pengujian Data .....	53
D. Pembahasan.....	57
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>66</b>
A. Simpulan .....	66
B. Saran-saran.....	67
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>68</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>72</b>

## DAFTAR TABEL

No. Uraian	Hal.
Tabel 1.1.....	11
Tabel 1.2.....	12
Tabel 2.1.....	22
Tabel 2.2.....	32
Tabel 4.1.....	51
Tabel 4.2.....	51
Tabel 4.3.....	52
Tabel 4.4.....	53
Tabel 4.5.....	54
Tabel 4.6.....	54
Tabel 4.7.....	55
Tabel 4.8.....	56



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## DAFTAR GAMBAR

No. Uraian	Hal.
Gambar 1.1 Kerangka Konsep .....	14
Gambar 1.2 Paradigma.....	15



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 ayat 1, pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang diberikan kepada anak sejak lahir hingga 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.<sup>1</sup> Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan jenis pendidikan dimana fokusnya adalah pertumbuhan dan perkembangan fisik motorik (motorik halus dan motorik kasar) kecerdasan sosial emosional, kecerdasan spiritual, kecerdasan bahasa, dan kecerdasan kognitif. Pendidikan sangat penting untuk kehidupan manusia, mulai dari dalam kandungan dimana mereka dididik hingga menjadi dewasa dan orang tua. Oleh karena itu, anak-anak usia dini memerlukan bimbingan dalam semua hal, termasuk hubungan aktivitas sosial, moral, komunikasi, ataupun motoriknya.

Anak usia dini adalah anak-anak yang berusia antara 0-6 tahun. Pada usia tersebut, perkembangan terjadi sangat pesat. Oleh karena itu, usia dini dipandang sangat penting sehingga diistilahkan sebagai usia emas (*golden age*). Karena pada usia tersebut, perkembangan otak anak terjadi sangat cepat yang mencapai 50% hingga 80 % perkembangan usia selama hidupnya. Anak

---

<sup>1</sup> Sekretariat Negara Republik Indonesia. *Undang-undang Nomor 20 tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*, pasal 1 ayat (14).

usia dini merupakan individu yang sedang menjalani proses pertumbuhan dan perkembangan yang pesat serta penting untuk keberlangsungan hidup kedepannya.<sup>2</sup> Jadi kesimpulannya, anak usia dini merupakan anak berusia 0-6 tahun yang menjadi awal perkembangan dan kecerdasan anak terus meningkat, sehingga anak mulai peka untuk menerima berbagai stimulasi. Dalam proses stimulasi anak usia dini ada Standart Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia Dini atau dapat disebut dengan STPPA. Standar untuk tingkat pencapaian perkembangan anak usia dini disebut STPPA adalah kriteria untuk kemampuan anak dalam semua aspek perkembangan dan pertumbuhan, mencakup aspek nilai agama dan moral, fisik motorik, kognitif, bahasa, dan sosial emosional serta seni.<sup>3</sup>

Pada anak usia 5-6 tahun memiliki karakteristik khusus perkembangan yaitu berupa perkembangan aspek keterampilan fisik. Salah satu aspek perkembangan yang perlu dikembangkan dan distimulasi secara optimal yaitu pada aspek perkembangan fisik motorik. Aspek perkembangan fisik motorik memiliki peran penting terhadap perkembangan anak usia dini. Hal ini disebabkan fakta bahwa kemampuan fisik motorik berhubungan langsung dengan kemampuan gerak seluruh tubuh. Kemampuan gerak ini diperlukan untuk mengkomunikasikan ide dan perasaan melalui gerakan yang merupakan bagian penting dari kemampuan untuk melakukan banyak hal

---

<sup>2</sup> Rani Handayani, "Karakteristik Pola-pola Pengasuhan Anak Usia Dini dalam Keluarga," *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 2, no. 2 (2021): 160, <https://doi.org/10.19105/kiddo.v2i2.4797>.

<sup>3</sup> Noor Baiti dan Muhammad Afif Rahman, "Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Senam Irama," *PrimEarly: Jurnal Kajian Pendidikan Dasar dan Anak Usia Dini* 5, no. 2 (2022): 113, <https://doi.org/10.37567/prymerly.v5i2.1438>.

dengan baik. Pada usia lima hingga enam tahun, kemampuan kordinasi fisik motorik anak meningkat secara dramatis dan lebih cepat. Oleh karena itu, diperlukan lingkungan yang memungkinkan anak berpartisipasi dalam kegiatan fisik agar anak dapat menggunakan kemampuan motoriknya sepenuhnya.<sup>4</sup>

Perkembangan motorik dikendalikan oleh pusat saraf, serabut saraf, dan otot untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan kemampuan gerak jasmani. Perkembangan motorik pada anak secara garis besar dikategorikan menjadi dua, yaitu perkembangan motorik kasar dan motorik halus. Karena perkembangan fisik motorik anak dapat dengan mudah diamati melalui panca indera, seperti perubahan ukuran tubuhnya, perkembangan motorik adalah tolak ukur pertama untuk mengetahui tumbuh kembang anak.

Perkembangan motorik kasar adalah proses perkembangan yang melibatkan penggunaan otot-otot besar tubuh yang dipengaruhi oleh tingkat kematangan fisik anak. Perkembangan motorik kasar anak-anak di rentan usia 5 hingga 6 tahun sangat penting karena mempengaruhi perkembangan lainnya. Keterampilan motorik kasar pada anak usia tersebut meliputi kemampuan berjalan, melompat, naik-turun tangga, berlari, dan menendang. Parameter perkembangan motorik kasar anak pada usia 5-6 tahun termasuk kemampuan anak berjalan dengan langkah kaki selang-seling seperti orang

---

<sup>4</sup> Desy Rizka Erwanda dan Panggung Sutapa, "Pengembangan Media Permainan Tradisional Gobak Sodor untuk Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun," *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 7, no. 3 (2023): 3324, <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4562>.

dewasa, berlari dengan kecepatan dan arah yang tepat, melompat menggunakan kedua kaki secara bersama-sama, dan menggunakan salah satu kaki, memanjat dan menuruni tangga dengan baik, serta dapat menendang bola. Keterampilan motorik kasar membutuhkan unsur penting yaitu keseimbangan yang baik.<sup>5</sup> Berkaitan dengan perkembangan gerak atau motorik pada anak, diperkuat dengan satu ayat Al-Qur'an yang dijelaskan dalam surat Ar-Rum ayat 54:

لِلّٰهِ الَّذِي خَلَقَكُمْ مِنْ ضَعْفٍ ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ ضَعْفٍ قُوَّةً ثُمَّ جَعَلَ مِنْ بَعْدِ قُوَّةٍ ضَعْفًا وَشَيْبَةً يَخْلُقُ مَا يَشَاءُ وَهُوَ الْعَلِيمُ الْقَدِيرُ

Artinya : Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali) dan beruban. Dia menciptakan apa yang dikehendaki-Nya dan Dialah Yang Maha Mengetahui lagi Maha Kuasa. (QS. Ar-Rum : 54)<sup>6</sup>

Tafsir Ibnu Katsir Imam Ahmad mengatakan, telah menceritakan kepada kami Waki', dari Fudail dan Yazid. Keduanya mengatakan, telah menceritakan kepada kami Fudail Ibnu Marzuq, dari Atiyyah Al-Aufi yang mengatakan bahwa ia membacakan kepada Ibnu Umar firman Allah Swt: Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali). Ibnu Umar membacakan pula firman-Nya: Allah, Dialah yang menciptakan kamu dari

<sup>5</sup> Indah Pramita, I Putu Darmawijaya, dan Luh Made Diah Elena Enderwati, "Pengaruh Pemberian Core Stability Exercise Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Gianyar," *Journal of Innovation Research and Knowledge* 2, no. 4 (2022): 2086.

<sup>6</sup> Departemen Agama Republik Indonesia, *Alquran dan Terjemahan*, (Bandung: Jabal, 2004), 30:54.

keadaan lemah, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah keadaan lemah itu menjadi kuat, kemudian Dia menjadikan (kamu) sesudah kuat itu lemah (kembali). Kemudian Ibnu Umar berkata, "Aku belajar dari Rasulullah Saw. ayat ini sebagaimana yang kamu bacakan kepadaku, dan aku menerimanya dari beliau sebagaimana aku menerimanya darimu".<sup>7</sup>

Pada Al-Qur'an surah Ar-Rum ayat 54 menjelaskan tentang proses penciptaan manusia dari keadaan lemah yakni dari nuthfah, alaqah, mudghah, lalu menjadi tulang yang dilapisi daging, hingga akhirnya lahir menjadi bayi, lalu menjadi kanak-kanak, baligh, dan dewasa (kuat). Dalam surah tersebut menjelaskan bahwa gerak merupakan sifat kehidupan, dan gerak tersebut mengalami perubahan, hal ini dapat kita amati dari sejak manusia lahir sampai dewasa.<sup>8</sup> Dari gerak yang tidak beraturan menjadi beraturan, misalnya pada masa ini, anak usia dini masih belum mampu melompat menggunakan satu kaki dengan gerak seimbang, namun dengan stimulus yang tepat anak akan dapat melompat menggunakan satu kaki dengan gerak seimbang lebih mudah yang dilatih semenjak anak usia dini, karena pada usia ini fisik sedang mengalami pertumbuhan yang baik.

Kebutuhan fisik beberapa anak tidak dipenuhi dengan baik, yang dapat mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak. Beberapa kendala umum dalam perkembangan motorik kasar anak termasuk kesulitan anak untuk mempertahankan keseimbangan tubuh, ketepatan dalam melempar dan

---

<sup>7</sup> Ika Kartika, Fajrul Hamdi Barmawi, dan Neni Yuningsih, "VISA : Journal of Visions and Ideas Kepemimpinan Ideal di Era Milenial VISA : Journal of Visions and Ideas," *Visa* 4, no. 1 (2024): 1042, <https://doi.org/47467/visa.v4i3.2545>.

<sup>8</sup> Kartika, Barmawi, dan Yuningsih, 1041.

menangkap objek, dan kelincahan dalam bergerak. Dalam konteks ini, perkembangan fisik motorik anak bisa dilatih dengan pemberian *core stability exercise* seperti alat permainan edukatif papan titian. Dengan menggunakan alat permainan edukatif papan titian dapat melatih kekuatan otot kaki, melatih keseimbangan tubuh anak melatih menggerakkan badan dan kaki, dan melatih keberanian dan percaya diri.<sup>9</sup>

*Core* adalah bagian yang menghubungkan tubuh bagian atas dengan bagian bawah. *Core* sebagai latihan kekuatan tubuh yang membantu program rehabilitasi (pemulihan cedera), dan mempersiapkan otot untuk kondisi yang lebih baik. Tidak terlalu sulit untuk latihan kekuatan tubuh, yang hanya membutuhkan waktu 16 menit dan beberapa kali seminggu. *Core* dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya keseimbangan, koordinasi, serta kekuatan. Menurut Kibler, Press, dan Sciascia, Kemampuan untuk mengontrol posisi dan gerakan bagian atas panggul dan kaki untuk memungkinkan transfer dan kontrol gerakan ke bagian tubuh bawah saat melakukan aktifitas dikenal sebagai *core stability*. *Core stability* juga lebih efektif dalam menstabilkan otot panggul, pinggul, dan bahu.<sup>10</sup>

Menurut data yang dihimpun oleh *World Health Organisation* (WHO) pada tahun 2016, anak-anak di berbagai negara mengalami keterlambatan perkembangan, termasuk keterlambatan motorik kasar. Angka kejadiannya berkisar 12-16 % di AS, 24 % di Thailand, 22% di Argentina dan 13%

---

<sup>9</sup> Nurul Mukhlisa dan Selia Dwi Kurnia, "Penerapan permainan papan titian dalam mengembangkan motorik kasar pada anak usia dini," *Educhild 2*, no. 1 (2020): 73.

<sup>10</sup> Eva Faridah dan Sandey Tantra Paramitha, *Model latihan Core Stability exercise di Era digital, Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* (Bandung: Widina Bhakti Persada Bandung, 2022), 30.

hingga 18% di Indonesia.<sup>11</sup> Berdasarkan data profil kesehatan Jawa Timur tahun 2023 menunjukkan hasil, bahwa 53% anak mengalami perkembangan normal sesuai usia, 13 % dari kelompok tersebut menunjukkan ketidakteraturan dalam perkembangannya, dan 34% memiliki masalah yang memerlukan pengujian lebih lanjut, sehingga 10 % dari penyimpangan perkembangan tersebut terdapat pada aspek motorik kasar<sup>12</sup>. Dari data laporan bulanan dinas kesehatan kabupaten Lumajang pada tahun 2023, 6 balita (0,08%) menunjukkan penyimpangan SDIDTK (Stimulasi, Deteksi, Intervensi Dini Tumbuh Kembang) pada motorik kasar laki-laki dan 10 balita (0.15%) pada motorik kasar perempuan. Dengan demikian, 16 balita (0,11%) dari jumlah bayi yang mendapatkan SDIDTK di kabupaten Lumajang mengalami penyimpangan motorik kasar.<sup>13</sup>

Kelainan dalam perkembangan motorik kasar dapat disebabkan oleh kondisi yang memengaruhi sistem saraf atau tonus otot. Namun, kelainan ini tidak selalu menyebabkan masalah pada perkembangan motorik kasar. Ada atau tidaknya keterlambatan perkembangan motorik pada seorang anak dapat bergantung pada faktor-faktor seperti lingkungan, kepribadian, dan agen sosial anak tersebut. Orang yang paling berdampak pada perkembangan anak adalah anggota keluarga dekat, terutama orang tua dan saudara kandung.<sup>14</sup>

---

<sup>11</sup> Andi Nur et al., "Perkembangan Motorik Kasar pada Balita di Posyandu Tanjung Karang Kelurahan Labuan Bajo," *Pustaka Katulistiwa* 3, no. 2 (2022): 44.

<sup>12</sup> Iit Ermawati Martantya Eny Widyantika, Yessy Nur Endah Sary, "Gross motor development nutritional status, malnutrition, normal nutrition C," *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan dan Kandungan* 15, no. 3 (2023): 324.

<sup>13</sup> Martantya Eny Widyantika, Yessy Nur Endah Sary, 325.

<sup>14</sup> Nur et al., "Perkembangan Motorik Kasar pada Balita di Posyandu Tanjung Karang Kelurahan Labuan Bajo," *Pustaka Katulistiwa* 3, no. 2 (2022): 45.

Keluarga adalah pendidik utama dalam pertumbuhan dan perkembangan anak yang tidak akan terlepas dari lingkungan yang merawat dan mengasuhnya. Anak menghabiskan 80% harinya bersama keluarga dan lingkungannya. Jadi, pendidikan dan pengetahuan yang paling penting akan berasal dari keluarga dan lingkungannya. Keluarga dan lingkungan akan mempengaruhi anak. Penjabaran tersebut mencapai kesimpulan bahwa mengembangkan kemampuan motorik memerlukan stimulasi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada 2 Oktober 2024 melalui wawancara dengan guru dan orang tua wali murid di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang, terdapat permasalahan pada perkembangan motorik kasar anak, hal tersebut dibuktikan pada saat pemeriksaan DDTK atau Deteksi Dini Tumbuh Kembang Anak yang dilaksanakan enam bulan sekali oleh lembaga sekolah yang bekerja sama dengan posyandu menunjukkan bahwa terdapat perkembangan anak yang tidak sesuai dengan usianya, contohnya terdapat beberapa anak yang berusia 5 tahun masih kesulitan untuk menyeimbangkan tubuh, anak belum mampu berlari dan melompat dengan sempurna, dan anak belum mampu melempar dan menangkap bola sesuai target.<sup>15</sup>

Melihat latar belakang tersebut, maka penting melatih aspek perkembangan motorik kasar pada anak usia dini dengan melakukan gerakan *core stability exercise*. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik membahas lebih lanjut mengenai “Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Terhadap

---

<sup>15</sup> Guru dan wali murid, diwawancarai oleh Penulis, Lumajang, 2 Oktober 2025.

Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas peneliti dapat merumuskan suatu rumusan masalah yaitu apakah terdapat pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang?”

## **C. Tujuan Masalah**

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan dari penelitian ini, yaitu “untuk mengetahui Apakah terdapat pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

## **D. Manfaat Penelitian**

Penelitian yang digunakan ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik manfaat secara teoritis maupun praktis. Masing-masing manfaat dijelaskan sebagai berikut:

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini bisa sebagai tambahan landasan ilmu mengenai pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun.

## 2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat dari penelitian ini, secara praktis yaitu:

- a. Bagi peneliti, sebagai calon tenaga pendidik, menjadi sebuah pengalaman baru tentang pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.
- b. Bagi TK Muslimat NU Salafiyah, mengetahui apakah ada pengaruh dalam pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun.
- c. Bagi guru dan kepala sekolah sebagai rujukan, informasi atau referensi, dan juga dapat menjadi evaluasi.
- d. Bagi UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, penelitian ini diharapkan menjadi bahan kajian bagi lembaga UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, khususnya mahasiswa yang ingin menambah ilmu tentang pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

## E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup merupakan penjelasan mengenai batasan sebuah subjek yang ada di dalam sebuah masalah.

### 1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah sesuatu yang berbentuk atribut, nilai orang, objek, atau kegiatan yang telah ditentukan oleh peneliti untuk

mencari informasi, dipelajari, dan ditarik kesimpulan pada suatu penelitian. Pada penelitian itu terdapat dua macam variabel, yaitu variabel terikat (variabel *dependent*) dan variabel bebas (variabel *independent*). Variabel terikat bisa disebut dengan variabel (Y) sedangkan variabel bebas disebut dengan variabel (X). variabel yang digunakan dalam penelitian ini antara lain:

- a. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah perkembangan motorik kasar (Y)
  - b. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar pada anak yaitu pemberian *core stability exercise* (X)
2. Indikator Variabel

Indikator variabel merupakan rujukan empiris dari variabel yang diteliti.

Menurut Peraturan Menteri Pendidikan tentang Standart Nasional Pendidikan Anak Usia Dini ditetapkan indikator kemampuan pembelajaran sains anak dalam perkembangan kognitif, diantaranya:

**Tabel 1.1**  
**Indikator Pencapaian Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini**

Lingkup Perkembangan	Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia 5-6 Tahun
II. Fisik-Motorik A. Motorik Kasar	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan</li> <li>2. Melakukan koordinasi gerakan mata, kaki, tangan, dan kepala dalam menirukan tarian atau senam</li> <li>3. Melakukan permainan fisik dengan</li> </ol>

	aturan
	4. Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri
	5. Melakukan kegiatan kebersihan diri

Sumber: Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomer 137 Tahun 2014

## F. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan unsur penelitian yang menjelaskan penentuan dan pengukuran variabel, sehingga definisi operasional ini berisi informasi ilmiah yang akan membantu peneliti lain yang ingin menggunakan variabel yang sama.<sup>16</sup> Manfaat dari operasional, yaitu: 1) mengidentifikasi kriteria yang dapat diobservasi yang sedang didefinisikan; 2) menunjukkan bahwa satu konsep atau objek mungkin mempunyai lebih dari satu definisi operasional; 3) mengetahui bahwa definisi operasional bersifat unik dalam situasi dimana definisi tersebut harus digunakan.<sup>17</sup> Variabel dalam penelitian memiliki banyak jenis dan dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

**Tabel 1.2**  
**Definisi Operasional**

No	Variabel	Definisi Operasional	Indikator	Alat Ukur	Skala Pengukuran	Skor
1.	Pemberian core stability exercise (variabel bebas "X")	<i>Core Stability Exercise</i> merupakan suatu latihan untuk mempertahankan dan	Anak mampu berjalan di atas papan titian dengan seimbang	Angka	Skala Ordinal	1= belum berkembang 2 = mulai berkembang 3 = berkembang sesuai harapan 4 = berkembang

<sup>16</sup> Andi Fitriani Djollong, "Teknik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif (Technique of Quantitative Research)," *Istiqra'* 2, no. 1 (2014): 93.

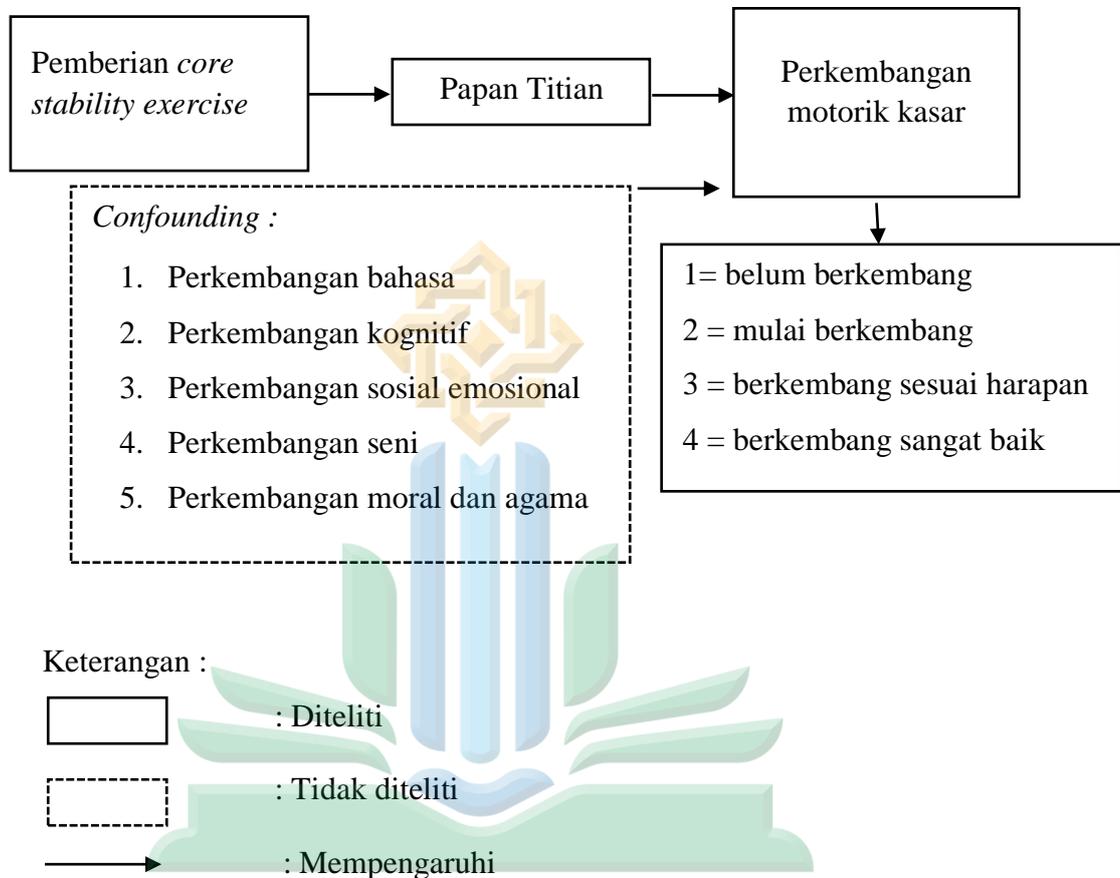
<sup>17</sup> Jonathan Sarwono. *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006), 67.

		menjaga keseimbangan tubuh saat melakukan aktivitas dengan menggunakan permainan papan titian yang dilakukan sebanyak 4 kali intervensi				sangat baik $\text{Skor Total} = \frac{\text{nilai skor tercapai}}{\text{nilai skor maksimal}} \times 100$
2.	Pekembangan Motorik Kasar (Variabel Terikat "Y")	Perkembangan motorik kasar adalah perkembangan yang melibatkan kinerja dari otot-otot besar yang dipengaruhi oleh kematangan diri anak	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan</li> <li>2) Melakukan koordinasi gerakan mata kakitangan-kepala dalam menirukan tarian atau senam</li> <li>3) Melakukan permainan fisik dengan aturan</li> <li>4) Terampil menggunakan tangan kanan dan kiri</li> <li>5) Melakukan kegiatan kebersihan diri</li> </ol>			Ketercapaian : 86% - 100% = Sangat Berkembang Baik 70% - 85% = Berkembang Sesuai Harapan 55% - 69% = Mulai Berkembang Dibawah 55% = Belum Berkembang <sup>18</sup>

<sup>18</sup> Farah Fajri Romadhoni, *Pengaruh Metode Eksperimen Pembelajaran Sains Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 Tahun Di RA Ulul Albab Jember Tahun 2023/2024* (Skripsi UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2024), 10.

## G. Kerangka Konsep

Gambar 1.1 Kerangka Konsep



## H. Asumsi Penelitian

Asumsi penelitian merupakan prinsip dasar dari landasan yang dapat diterima oleh peneliti. Asumsi ini berfungsi sebagai landasan untuk penelitian dan membantu menjelaskan variabel yang akan menjadi fokus penelitian dan merumuskan hipotesis.<sup>19</sup>

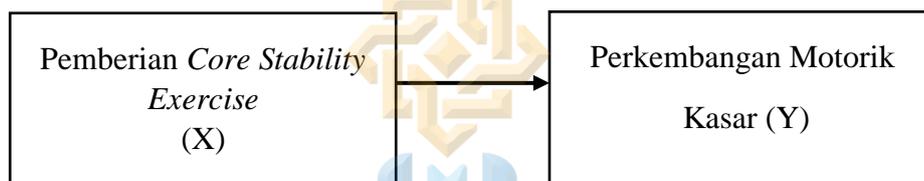
Peneliti sebelumnya sudah melakukan studi di beberapa jurnal yang merumuskan hipotesisnya. Karena jurnal yang berkaitan dengan yang

<sup>19</sup> Tim Penyusun, Pedoman Penulisan Karya Ilmiah (Jember : UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2024), 72.

dilakukan peneliti, maka peneliti dapat berasumsi bahwa adanya pengaruh dari pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.

Untuk lebih jelasnya peneliti membuat rancangan variabel yang berisikan paradigma penelitian dalam penelitian sebagai berikut:

**Gambar 1.2 Paradigma**



Secara singkat penelitian ini akan membuktikan ada tidaknya pengaruh yang signifikan antara variabel bebas (pemberian *core stability exercise*) dengan variabel terikat (perkembangan motorik kasar).

## I. Hipotesis

Hipotesis adalah teori yang dibuat berdasarkan asumsi tunggal selama menyusun teori atau eksperimen dan diuji.<sup>20</sup> Hipotesis merupakan suatu dugaan sementara yang diajukan terhadap hasil penelitian. Berdasarkan kerangka teoritis dan kerangka berfikir diatas maka hipotesis penelitian dapat ditarik sebagai berikut:

$H_0$  : Tidak ada pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

<sup>20</sup> Jim Hoy Yam dan Ruhayat Taufik, "Hipotesis Penelitian Kuantitatif. Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi," *Jurnal Ilmu Administrasi* 3, no. 2 (2021): 96–102.

H<sub>1</sub> : Ada pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

## J. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan berisi tentang alur pembahasan-pembahasan skripsi mulai dari bab pendahuluan hingga bab penutup.

Pada bab I ini berisi tentang pendahuluan yang memuat gambaran umum tentang penelitian atau dasar dari penulisan skripsi. Dalam bab ini terdapat beberapa sub bab yang meliputi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, ruang lingkup penelitian (variabel penelitian dan indikator penelitian), definisi operasional, asumsi penelitian, hipotesis, dan sistematika pembahasan.

Pada bab II berisi kajian pustaka yang mana terdapat sub-sub bab yang berupa penelitian terdahulu dan kajian teori. Dalam penelitian terdahulu berisi persamaan dan perbedaan antara yang telah diteliti dan peneliti. Sedangkan kajian teori berisi tentang teori-teori yang diambil dari beberapa referensi yang berkaitan dengan peneliti.

Pada bab III ini berisi tentang metode penelitian yang meliputi pendekatan dan jenis penelitian, populasi dan sampel, teknik dan instrument pengumpulan data, dan analisis data.

Pada bab IV ini berisi tentang penyajian data dan analisis yang mana termasuk inti dari penulisan skripsi. Dalam bab ini terdapat sub-sub bab, antara lain: gambaran obyek penelitian; penyajian data; analisis dan pengujian hipotesis; dan pembahasan.

Pada bab V ini merupakan bab terakhir atau penutup skripsi. Pada bab ini meliputi kesimpulan dan saran-saran. Kesimpulan ini diambil dari bab IV yang akan dijelaskan hasilnya secara singkat hasilnya.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Penelitian Terdahulu

Pada bagian ini peneliti mencantumkan berbagai hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian yang hendak dilakukan, kemudian membuat ringkasan, baik peneliti yang sudah dipublikasikan atau belum dipublikasikan (skripsi, tesis, laporan penelitian, artikel, dan sebagainya). Dengan melakukan langkah ini, akan dapat dilihat sampai sejauh mana orisinalitas dan posisi penelitian yang hendak dilakukan.

1. Luh Made Diah Endarwati, Indah Pramita, dan I Putu Darmawijaya dengan judul jurnal “Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Terhadap Keseimbangan Dinamis pada Anak Usia 5-6 Tahun di PAUD Gianyar”<sup>22</sup>

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest* dan *posttest*.

Analisis data yang digunakan yaitu hasil *pretest* dan *posttest*. Hasil menunjukkan bahwa *core stability exercise* dapat meningkatkan keseimbangan dinamis yang signifikan pada anak usia 5-6 tahun di PAUD Gianyar.

Dari hasil penelitian tersebut terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Persamaan dari penelitian

---

<sup>22</sup> Indah Pramita, I Putu Darmawijaya, dan Luh Made Diah Elena Endarwati, “Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Gianyar.” *Journal of nnovation Research and noeledge* 2, no. 4 (2022).

ini yaitu 1) membahas pengaruh *core stability exercise*, 2) menggunakan metode *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest* dan *posttest*. Perbedaan dari kedua penelitian ini yaitu 1) dalam penelitian terlebih dahulu mencari pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap keseimbangan dinamis melalui latihan yang berupa *superman*, *supine bridge*, dan *donkey kick*, sedangkan penelitian yang sekarang mencari pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar melalui kegiatan berjalan di atas papan titian (papan keseimbangan), 2) penelitian terlebih dahulu teknik pengumpulan data menggunakan pengukuran *modified bass test*, sedangkan penelitian yang sekarang menggunakan kuesioner penilaian menurut indikator Permendikbud No. 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.

2. Nur Aini, Nurul Halimah, Rachma Putri Kasimbara, dan Agung Hadi Endaryanto dengan judul skripsi “Pengaruh *Core Stability Exercise* Terhadap Keseimbangan Statis Anak Usia 7-9 Tahun di SD Tanwir Surabaya”<sup>23</sup>

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode *quasi experiment* dengan pendekatan *one group pretest* dan *posttest*. Dalam mengumpulkan data dilakukan latihan *straigh leg raise*, *chrunces*, *bird dog*, dan *side plank*. Hasil menunjukkan bahwa ada pengaruh dari

---

<sup>23</sup> Nur Aini et al., “Pengaruh Core Stability Exercise Terhadap Keseimbangan Statis Anak Usia 7-9 Tahun Di SD Tanwir Surabaya,” *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 2, no. 1 (2023).

*core stability exercise* terhadap perubahan keseimbangan statis pada anak usia 7-9 tahun di SD Tanwir Surabaya.

Dari hasil penelitian tersebut terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh penelii. Persamaan dari penelitian ini yaitu 1) membahas pengaruh *core stability exercise*, 2) rancangan penelitian menggunakan *on group pretest* dan *posttest*. Perbedaan dari kedua penelitian ini yaitu 1) dalam penelitian terlebih dahulu mencari pengaruh *core stability exercise* terhadap keseimbangan statis melalui latihan *straigh leg raise*, *chrunces*, *bird dog*, dan *side plank*, sedangkan penelitian yang sekarang mencari pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar melalui kegiatan berjalan di atas papan titian (papan keseimbangan), 2) metode yang digunakan dalam penelitian terlebih dahulu yaitu *quasi eksperimen* sedangkan penelitian yang sekarang *pre-eksperimental*, 3) sasaran dalam dalam penelitian terlebih dahulu yaitu anak usia 7-9 tahun, sedangkan penelitin yang sekarang anak usia 5-6 tahun.

3. Nurizka Ghina Afiata, Indarwati, dan Ari Sapti Mei Leni dengan judul jurnal “Pengaruh *Balance Strategy Exercise* Terhadap Keseimbangan Anak Usia Dini”<sup>24</sup>

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest* dan *posttest*.

Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*.

---

<sup>24</sup> N Afiata Ghina, I Indarwati, dan A S M Leni, “Pengaruh Balance Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Anak Usia Dini Di Bustanul Athfal Aisyiyah Jetis Ii Sukoharjo,” *Physio Journal* 2, no. 1 (2022).

Hasil menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian *balance strategy exercise* terhadap peningkatan keseimbangan pada anak usia dini.

Dari hasil penelitian tersebut terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh penelii. Persamaan dari penelitian ini yaitu 1) menggunakan metode *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest* dan *posttest*. 2) meningkatkan perkembangan motorik kasar. Perbedaan dari kedua penelitian ini yaitu 1) dalam penelitian terlebi dahulu mencari pengaruh *balance strategy exercise* terhadap keseimbangan anak melalui *pediatric balance scale*, sedangkan penelitian yang sekarang mencari pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar melalui kegiatan berjalan di atas papan titian (papan keseimbangan).

4. Miftahul Nur Amaliyah dengan judul “Pengaruh *Core Strengthening Exercise* Terhadap Keseimbangan Statis Anak Usia 5-6 Tahun”<sup>25</sup>

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan metode *quasi experiment* dengan *pre and post test ith group control design*. Pengukuran keseimbangan statis menggunakan *pediatric reach test*. Hasil menunjukkan bahwa ada pengaruh *core strathening exercise* terhadap keseimbangan statis anak usia 5-6 tahun.

Dari hasil penelitian tersebut terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Persamaan dari penelitian ini yaitu 1) meningkatkan perkembangan motorik kasar. Perbedaan dari

---

<sup>25</sup> Miftahul Nur Amaliyah, “Pengaruh *Core Strengthening Exercise* Terhadap Keseimbangan Statis Anak Usia 5-6 Tahun,” (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2016).

kedua penelitian ini yaitu 1) penelitian terlebih dahulu mencari pengaruh *core strengthening exercise* terhadap keseimbangan statis anak melalui *pediatric reach test*, sedangkan penelitian yang sekarang mencari pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar melalui kegiatan berjalan di atas papan titian (papan keseimbangan)., 2) penelitian ini menggunakan menggunakan metode *quasi experiment* dengan *pre and post test ith group control design*, sedangkan penelitian yang sekarang menggunakan metode *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest* dan *posttest*.

**Tabel 2.1**  
**Persamaan dan Perbedaan**

No.	JUDUL PENELITIAN	PERSAMAAN	PERBEDAAN
1.	Pengaruh Pemberian <i>Core Stability Exercise</i> Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Anak Usia 5-6 Tahun di PAUD Gianyar	1) Membahas pengaruh <i>core stability exercise</i> 2) Jenis metode menggunakan <i>pre-eksperimental</i> dengan rancangan <i>one group pretest</i> dan <i>posttest</i> .	1) Dalam penelitian terlebih dahulu mencari pengaruh pemberian <i>core stability exercise</i> terhadap keseimbangan dinamis melalui latihan yang berupa <i>superman</i> , <i>supine bridge</i> , dan <i>donkey kick</i> , sedangkan penelitian yang sekarang mencari pengaruh pemberian <i>core stability exercise</i> terhadap perkembangan motorik kasar melalui kegiatan berjalan di atas papan titian (papan keseimbangan). 2) Penelitian terlebih dahulu teknik pengumpulan data menggunakan pengukuran <i>modified bass test</i> , sedangkan penelitian yang sekarang menggunakan

			kuesioner penilaian menurut indikator Permendikbud No. 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.
2.	Pengaruh <i>Core Stability Exercise</i> Terhadap Keseimbangan Statis Anak Usia 7-9 Tahun di SD Tanwir Surabaya	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Membahas pengaruh <i>core stability exercise</i></li> <li>2) Rancangan penelitian menggunakan <i>on group pretest</i> dan <i>posttest</i>.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Dalam penelitian terlebih dahulu mencari pengaruh <i>core stability exercise</i> terhadap keseimbangan statis melalui latihan <i>straigh leg raise, chrunces, bird dog, dan side plank</i>, sedangkan penelitian yang sekarang mencari pengaruh pemberian <i>core stability exercise</i> terhadap perkembangan motorik kasar melalui kegiatan berjalan di atas papan titian (papan keseimbangan).</li> <li>2) Metode yang digunakan dalam penelitian terlebih dahulu yaitu <i>quasi eksperimen</i> sedangkan penelitian yang sekarang <i>pre-eksperimental</i></li> <li>3) Sasaran dalam dalam penelitian terlebih dahulu yaitu anak usia 7-9 tahun, sedangkan peneliti yang sekarang anak usia 5-6 tahun.</li> </ol>
3.	Pengaruh <i>Balance Strategy Exercise</i> Terhadap Keseimbangan Anak Usia Dini	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Menggunakan metode <i>pre-eksperimental</i> dengan rancangan <i>one group pretest</i> dan <i>posttest</i></li> <li>2) Meningkatkan perkembangan motorik kasar</li> </ol>	Dalam penelitian ini mencari pengaruh <i>balance strategy exercise</i> terhadap keseimbangan anak melalui <i>pediatric balance scale</i> , sedangkan penelitian yang sekarang mencari pengaruh pemberian <i>core stability exercise</i> terhadap perkembangan motorik kasar melalui kegiatan berjalan di atas papan titian (papan keseimbangan).

4.	Pengaruh <i>Core Strengthening Exercise</i> Terhadap Keseimbangan Statis Anak Usia 5-6 Tahun	Meningkatkan perkembangan motorik kasar	<p>1) Penelitian terlebih dahulu mencari pengaruh <i>core strengthening exercise</i> terhadap keseimbangan statis anak melalui <i>pediatric reach test</i>, sedangkan penelitian yang sekarang mencari pengaruh pemberian <i>core stability exercise</i> terhadap perkembangan motorik kasar melalui kegiatan berjalan di atas papan titian (papan keseimbangan).</p> <p>2) Penelitian terlebih dahulu menggunakan metode <i>quasi experiment</i> dengan <i>pre and post test ith group control design</i>, sedangkan penelitian yang sekarang menggunakan metode <i>pre-eksperimental</i> dengan rancangan <i>one group pretest dan posttest</i></p>
----	--	---	---

Secara umum, perbedaan antara peneliti terdahulu dengan penelitian ini terletak pada model latihan, sasaran penelitian, dan instrumen penelitian. Peneliti terdahulu menggunakan model latihan yang bersangkutan pada kegiatan olahraga yang hanya fokus pada keseimbangan saja, sementara penelitian yang sekarang merupakan penemuan yang baru berupa pemberian *core stability exercise* yang fokus pada perkembangan motorik kasar anak melalui kegiatan berjalan di atas permainan outdoor papan titian yang ada di sekolah TK. Kegiatan tersebut bukan hanya melatih keseimbangan saja, namun pada kekuatan otot kaki pada anak. Pada penelitian terdahulu dalam instrumen pengambilan data hanya dilihat dari hasil akhir tes yang dilakukan, sementara penelitian yang sekarang instrumennya diambil melalui indikator

penilaian dalam Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, dengan menggunakan *pretest* dan *posttest*.

## B. Kajian Teori

Bagian ini berisi tentang membahas teori yang dijadikan sebagai perspektif dalam melakukan penelitian. Pembahasan teori secara lebih luas dan mendalam akan semakin memperdalam wawasan peneliti dalam mengkaji permasalahan yang hendak dipecahkan sesuai rumusan masalah dan tujuan penelitian.

### 1. Konsep Perkembangan Motorik Kasar

#### a. Definisi Motorik Kasar

Istilah motorik mengacu pada mekanisme biologis dan mekanis yang mempengaruhi gerak. Sedangkan istilah gerak mengacu pada perubahan yang terjadi pada bagian tubuh yang dapat dilihat.

Dengan demikian, motorik merupakan kemampuan yang bersifat lahiriah yang dimiliki seseorang untuk mengubah posisi tubuhnya. Gerakan motorik kasar adalah kemampuan untuk mengubah berbagai posisi tubuh dengan menggunakan otot-otot besar. Contoh gerakan motorik kasar adalah kemampuan untuk menggunakan lengan dan berjalan.<sup>26</sup>

Menurut Hurlock, kemampuan motorik kasar sebagai pengendalian gerakan tubuh melalui kegiatan yang terkoordinir antara

---

<sup>26</sup> Mukhlisa dan Kurnia, "Penerapan Permainan Papan Titian Dalam Mengembangkan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini." *Educhild* 2, no. 1 (2020): 67.

susunan saraf, otot, otak, dan *spinal cord*, yaitu kemampuan yang diperlukan sejak usia balita sebagai bagian dari pertumbuhan dan perkembangan anak. Jadi motorik kasar adalah gerakan yang melibatkan otot-otot besar untuk mengontrol gerakan tubuh selama pertumbuhan dan perkembangan anak.<sup>27</sup> Pengembangan motorik kasar bagi anak usia dini memiliki tujuan yakni memperkenalkan gerakan kasar, melatih gerakan kasar, meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan dan cara hidup sehat. Manfaat pengembangan motorik kasar bagi anak usia dini adalah untuk meningkatkan kemampuan mengelola, mengontrol gerakan dan koordinasi, serta meningkatkan keterampilan dan cara hidup sehat sehingga dapat menunjang pertumbuhan jasmani anak yang kuat dan terampil.

#### b. Macam-macam Motorik Kasar

Kemampuan motorik kasar terdiri dari kerja otot-otot besar pada anggota tubuh manusia, kemampuan motorik kasar dibagi menjadi tiga kategori,<sup>28</sup> yaitu:

- 1) Kemampuan nonlokomotor, kemampuan ini merupakan kemampuan yang menggunakan anggota tubuh tanpa bergerak atau berpindah tempat, contohnya termasuk mendorong, meregang,

<sup>27</sup> Addriana Bulu Baan, Hendriana Sri Rejeki, dan Nurhayati, "Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini," *Jurnal Bungampu* 6, no. 1 (2020): 16.

<sup>28</sup> Sirin Nida Juliana, "Keterlambatan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini," *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini* x, no. 2 (2022): 562, <https://doi.org/dx.doi.org/10.35473/ijec.v4i2.1660>.

menekuk, menarik, loncat, jalan di tempat, berdiri dengan satu kaki dan mengayuh kaki bergantian.

- 2) Kemampuan lokomotor, kemampuan ini memungkinkan tubuh bergerak dari satu tempat ke tempat lain, contohnya seperti berjalan, berlari, melompat dan meluncur.
- 3) Kemampuan manipulatif, yaitu kemampuan anak untuk menguasai berbagai macam objek gerakan yang menggunakan tangan dan kaki. Gerakan seperti gerakan melempar, menendang, memukul, menangkap objek, menggiring atau memantulkan bola dan memutar tali.

#### c. Aspek-aspek Motorik Kasar

Aspek-aspek terkandung dalam kemampuan motorik kasar anak,<sup>29</sup> yaitu:

- 1) Kekuatan adalah kemampuan otot tertentu untuk menghasilkan tenaga saat kontraksi. Anak-anak harus memiliki kekuatan otot sejak usia dini. Bermain dengan menggunakan otot, seperti berlari, melompat, melempar, memanjat, bergantung, dan mendorong akan sangat sulit bagi anak jika tidak memiliki kekuatan otot.
- 2) Kecepatan adalah kemampuan untuk menyelesaikan tugas dalam jumlah waktu tertentu. Misalnya semakin jauh jarak yang ditempuh anak dalam lari, maka semakin jauh jarak yang ditempuh anak.

---

<sup>29</sup> Mukhlisa dan Kurnia, "Penerapan permainan papan titian dalam mengembangkan motorik kasar pada anak usia dini." *Educhild 2*, no. 1 (2020): 72.

- 3) Keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk mempertahankan tubuh dalam berbagai posisi. Misalnya anak berdiri diatas papan titian dan anak berjalan diatas papan titian.
- 4) Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah posisi dan arah tubuhnya dengan cepat dan tepat saat bergerak dari titik ke titik lain. Misalnya bermain menjala ikan, bermain kucing dan tikus, atau bermain hijau hitam semakin cepat waktu yang ditempuh untuk menyentuh maupun kecepatan untuk menghindar maka semakin tinggi kelincahannya.

d. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Kasar

Berikut beberapa hal yang dapat mempengaruhi stimulasi motorik kasar anak,<sup>30</sup> sebagai berikut:

1) Faktor keluarga

Orang tua bersama para pendidik dan lingkungan sangat memiliki peran penting dalam membantu anak dalam mengembangkan kecerdasan yang dimilikinya

2) Faktor lingkungan

Anak yang tidak mempunyai kesempatan untuk belajar seperti sering digendong dapat mengalami keterlambatan motorik yang lambat. Salah satu penyebab gangguan perkembangan motorik adalah kelainan tonus otot atau penyakit *neuromuscular*.

---

<sup>30</sup> Nurul Arifiyanti et al., "Motorik Kasar Anak Usia Dini," *Jurnal Al-Athfal* 2, no. 2 (2019): 42.

### 3) Faktor guru

Guru semestinya memberikan metode yang tepat dalam menyampaikan pembelajaran motorik kasar pada anak, oleh karena itu dibutuhkan untuk metode praktik dalam menyampaikan.

### 4) Media

Media edukatif dan sumber pembelajaran dapat berasal dari lingkungan alam sekitar atau materi yang dibuat oleh guru.

Menurut Hurlock, ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi perkembangan motorik anak,<sup>31</sup> yakni:

- 1) Perkembangan motorik bergantung pada kematangan otot dan syaraf
- 2) Belajar keterampilan motorik tidak terjadi sebelum anak matang
- 3) Perkembangan motorik mengikuti pola yang dapat diramalkan (mengikuti perubahan kegiatan)
- 4) Menentukan norma perkembangan motorik
- 5) Perbedaan individu mempengaruhi laju perkembangan motorik

#### e. Stimulasi Perkembangan Motorik Kasar

Salah satu komponen perkembangan anak yang memerlukan stimulasi adalah kemampuan motorik kasarnya. Stimulasi adalah perangsangan yang diterima anak yang bersumber dari lingkungan di luar individu. Stimulasi yang diberikan kepada anak juga dapat berfungsi sebagai penguat atau *reinforcement*. Stimulasi adalah komponen penting dalam proses tumbuh kembang anak. Jika anak menerima stimulasi yang

---

<sup>31</sup> Asyruni Multahada et al., "Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Kreatif," *PrimEarly: Jurnal Kajian Pendidikan Dasar dan Anak Usia Dini* 5, no. 1 (2022): 17, <https://doi.org/10.37567/prymerly.v5i1.1248>.

terarah dan teratur, maka pertumbuhannya akan lebih cepat. Hal lain yang harus diperhatikan saat memberikan stimulasi adalah orang tua atau pun guru harus memberikan stimulasi sesuai dengan kebutuhan dan usia perkembangan anak.<sup>32</sup>

Stimulus dalam meningkatkan motorik kasar ini sangat penting sebab dengan stimulus motorik kasar yang dilakukan dengan baik dan benar, dapat mengantarkan anak mencapai perkembangan yang optimal. Perkembangan pada motorik kasar anak dapat dipraktikkan dengan menggerakkan anggota tubuh mereka dengan cara yang akan membantu mereka memperoleh kemampuan motorik. Melalui kegiatan bermain anak bisa mencapai perkembangan fisik, intelektual, dan emosi. Anak usia dini senang bermain karena membantu mereka mengembangkan keterampilan motorik mereka.

Pada umumnya ada tiga cara yang dapat dilakukan anak dalam mengembangkan kemampuan motorik kasarnya,<sup>33</sup> yaitu:

- 1) Coba-coba, anak melakukannya sendiri dengan coba-coba tanpa bantuan orang lain. Anak melakukannya secara acak sehingga bisa menyebabkan keterampilan yang diperoleh anak di bawah kemampuan si anak.

---

<sup>32</sup> Bonita Mahmud, "Urgensi Stimulasi Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini," *DIDAKTIKA: Jurnal Kependidikan* 12, no. 1 (2019): 81, <https://doi.org/doi.org/10.30863/didaktika.v12i1.177>.

<sup>33</sup> Bonita Mahmud, "Urgensi Stimulasi Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini," *DIDAKTIKA: Jurnal Kependidikan* 12, no. 1 (2019): 82-83, <https://doi.org/doi.org/10.30863/didaktika.v12i1.177>.

- 2) Meniru, anak mengamati suatu model dari orang-orang yang berada di sekitarnya kemudian menirunya. Kelemahan dari cara ini adalah anak bisa saja meniru kelemahan atau keterbatasan dari model.
- 3) Pelatihan, anak belajar dengan bimbingan guru, orang tua, atau pengasuh sehingga dapat meniru dengan tepat. Kehadiran pembimbing juga dapat menggunakan alat bantu berupa benda-benda yang ada di sekitar atau alat permainan edukatif.

Selain itu, ada beberapa hal yang dapat dilakukan orang tua dan pendidik untuk mendukung anak dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar mereka, yaitu:

- 1) Berjalan dengan berbagai gerakan
- 2) Berjalan naik turun tangga
- 3) Menjaga keseimbangan diatas papan titian maju, mundur, ke samping sambil membawa benda
- 4) Meminta anak berdiri sambil memegang bola kemudian bola dilemparkan ke atas dan anak berusaha menangkap kembali bola tersebut.

Untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak maka orang tua dan guru harus memberikan stimulasi kepada anak. Stimulasi yang diberikan harus disesuaikan dengan usia perkembangan anak. Stimulasi motorik kasar ini bisa diberikan melalui aktivitas bermain. Selain itu, orang tua dan guru juga dapat memberikan program stimulasi melalui rangkaian proses latihan yang terarah dan teratur.

## f. Instrumen Penilaian Perkembangan Motorik Kasar

## 1) Scoring Penilaian

Adapun tingkat pencapaian perkembangan motorik kasar yang harus dimiliki oleh anak usia 5-6 tahun, sebagai berikut:<sup>34</sup>

**Tabel 2.2**  
**Standar Tingkat Pencapaian Anak Usia Dini**

No.	Indikator	Skor Penilaian			
		1	2	3	4
	<b>Usia 5-6 Tahun</b>				
1.	Berlari dan langsung menendang bola				
2.	Berdiri dengan satu kaki tanpa jatuh				
3.	Berjalan lurus pada garis yang telah ditentukan dengan membawa benda				
4.	Berlari lurus dan zigzag melalui rintangan tanpa jatuh				
5.	Melompat melewati rintangan dengan satu kaki				
6.	Berjinjit dengan tangan di pinggang dan menginjak garis yang telah ditentukan				
7.	Melambungkan bola dengan satu tangan dan menangkap bola dengan dua tangan				
8.	Melakukan gerakan terkoordinasi melalui gerakan senam irama				

Keterangan paraf penilaian

Skor	Keterangan
4	Berkembang sangat baik (BSB)
3	Berkembang sesuai harapan (BSH)
2	Mulai berkembang (MB)
1	Belum berkembang (BB)

<sup>34</sup> Uswatun Hasanah, "Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini," *Jurnal Pendidikan Anak* 5, no. 1 (2016): 724, <https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12368>.

Rumus yang digunakan dalam menilai skor terakhir<sup>35</sup>:

$$\text{Skor Total} = \frac{\text{nilai skor tercapai}}{\text{nilai skor maksimal}} \times 100$$

## 2. Konsep *Core Stability Exercise*

### a. Definisi *Core Stability Exercise*

*Core* adalah bagian yang menghubungkan tubuh bagian atas dengan bagian bawah. *Core* dapat didefinisikan sebagai cara untuk melatih kekuatan tubuh yang sangat mendukung program rehabilitasi (pemulihan cedera), untuk mempersiapkan kondisi otot yang lebih baik. Melatih kekuatan tubuh tidak terlalu sulit, hanya membutuhkan waktu sekitar 16 menit dan beberapa kali dalam seminggu. *Core* dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya keseimbangan, koordinasi, serta kekuatan. Menurut Kibler, Press, dan Sciascia, *Core stability* adalah kemampuan untuk mengontrol posisi dan gerakan bagian atas panggul dan kaki untuk memungkinkan produksi yang optimal saat melakukan transfer dan kontrol gerakan ke bagian tubuh bawah pada saat melakukan aktifitas. *Core stability* juga lebih efektif dalam menstabilkan otot panggul, pinggul, dan bahu.<sup>36</sup>

*Core stability exercise* adalah suatu konsep latihan yang berfokus untuk melatih otot-otot stabilisasi pada *trunk*, *pelvic* dan ekstremitas bawah, yang bertujuan untuk melatih otot postural agar

<sup>35</sup> Wasilatul Bariroh, "Pengaruh Media Pop Up Book Terhadap Kecerdasan Naturalis Anak Usia Dini Di Kelompok B TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Lumajang Tahun Pelajaran 2023/2024," *Skripsi Universitas Jember*, 2024, 57.

<sup>36</sup> Eva Faridah dan Sandey Tantra Paramitha, *Model latihan Core Stability exercise di Era digital. Paper Knowledge. Toward a Media History of Documents* (Bandung: Widina Bhakti Persada Bandung, 2022), 30.

berkontraksi dan terkoordinasi secara optimal agar dapat mempertahankan postur dan keseimbangan tubuh dengan baik yang akan sangat berperan untuk melakukan gerakan saat beraktivitas. *Core stability* yang baik akan menciptakan peningkatan penampilan gerak serta dapat mencegah resiko jatuh atau terjadinya cedera. *Core stability* menjadi salah satu faktor penting dalam postural tubuh. Literatur kedokteran olahraga menggambarkan stabilitas batang tubuh sebagai fungsi kekuatan otot kompleks lumbar-pelvis-hip dan kontrol motorik. Sistem muskuloskeletal terdiri dari tulang dan struktur ekstremitas bawah, termasuk pinggul, panggul, dan tulang belakang. Seluruh ototnya, termasuk anggota badannya. Sejumlah otot bekerja sama untuk menstabilkan tulang belakang. Ini termasuk otot paravertebral, korset, perut, dan gluteal.<sup>37</sup>

b. Manfaat *Core Stability Exercise*

Manfaat pelatihan *core stability exercise* yaitu secara efektif merekrut otot-otot batang dan untuk mengontrol posisi dari tulang belakang lumbar selama gerakan statis dan dinamis. Dapat membantu mengurangi resiko cedera akibat dari postur tubuh yang buruk, membantu melindungi tulang belakang dan struktur kerangka dari

---

<sup>37</sup> Indah Pramita, I Putu Darmawijaya, dan Luh Made Diah Elena Endarwati, "Pengaruh Pemberian Core Stability Exercise Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Gianyar." *Journal of Innovation Research and Knowledge* 2, no. 4 (2022): 2088.

gerakan ekstrim dan dari kekuatan berlebihan atau abnormal berkaitan pada tubuh.<sup>38</sup>

c. Penerapan *Core Stability Exercise* Pada Motorik Kasar Anak Usia Dini

Keseimbangan dinamis pada anak usia dini sangat penting untuk ditingkatkan sebab anak yang keseimbangannya terpenuhi otomatis penguasaan terhadap gerak motorik kasarnya akan terbentuk secara otomatis. Agar anak-anak dapat melakukan hal-hal seperti berjalan, berlari, melompat, menaiki tangga, bermain, dan berolahraga, mereka membutuhkan keseimbangan dinamis. Anak-anak yang mengalami masalah keseimbangan sering kali juga mengalami masalah dalam mengendalikan gerakan anggota tubuh mereka, yang memberi kesan bahwa mereka canggung dan tidak bersemangat.

Anak-anak yang mengalami kesulitan menjaga keseimbangan lebih mungkin mengalami cedera akibat terjatuh dan aktivitas kehidupan sehari-hari lainnya. Anak-anak sering kali merasa sulit menjaga tubuh mereka tetap stabil saat bagian tubuh lainnya bergerak. Duduk tegak menjadi lebih sulit bagi saya. Kesulitan berjalan, berlari, dan berdiri, di antara kemampuan motorik fundamental lainnya. Untuk memaksimalkan keseimbangan ini, seseorang harus terlibat dalam aktivitas fisik yang mengaktifkan komponen keseimbangan dinamis. Salah satu metode terbaik adalah *core stability exercise* yang memiliki

---

<sup>38</sup> Moh Fasekhatul Lisanudin dan Andung Maheswara Rakasiwi, "Pengabdian Masyarakat Pelaksanaan Fisioterapi Pada Low Back Pain Pada Pekerja Batik Dengan Latihan Core Stability Exercise," *Jurnal ABDIMAS* 3, no. 1 (2022): 20.

kelebihan sebagai bentuk latihan yang lebih berfokus memberikan penguatan area otot perut yang memiliki peran sangat penting dalam keberhasilan tubuh untuk dapat menjaga keseimbangan ketika tubuh sedang bergerak.<sup>39</sup>

Salah satu penerapan dari *core stability exercise* ini melalui permainan papan titian, papan titian merupakan sebuah alat permainan edukatif yang terbuat dari papan kayu atau besi, dengan panjang minimal 2 m, lebar 20 cm dan tebal 3 cm. Adapun untuk tinggi rendahnya papan titian tergantung dari usia anak, apabila anak berada pada rentang usia 2-3 tahun tinggi titiannya kurang lebih 5 cm, kemudian anak usia 4-5 tahun tinggi titiannya kurang lebih 10 cm, dan anak usia 6-8 tahun tinggi titiannya kurang lebih 15 cm.<sup>40</sup> Tujuan dari kegiatan bermain papan titian yaitu untuk melatih kekuatan otot kaki, melatih keseimbangan tubuh, kemampuan untuk menggerakkan badan dan kaki dengan kekuatan otot, melatih keberanian dan percaya diri. Tata cara permainan tersebut yaitu berjalan di atas papan titian dari ujung satu ke ujung lainnya dengan dapat divariasikan dengan berjalan kedepan dan kesamping, tangan terlentang, tangan dipinggang, membawa beban, berjalan bungkuk, dan berjalan berjinjit.

---

<sup>39</sup> Indah Pramita, I Putu Darmawijaya, dan Luh Made Elena Endarwati, "Pengaruh Pemberian Core Stability Exercise Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Gianyar." *Journal of Innovation Research and Knowledge* 2, no. 4 (2022): 2093.

<sup>40</sup> Mukhlisa dan Kurnia, "Penerapan permainan papan titian dalam mengembangkan motorik kasar pada anak usia dini," *Educhild* 2, no. 1 (2020): 73.

d. Durasi Penerapan *Core Stability Exercie* Terhadap Motorik Kasar Anak Usia Dini

*Core stability exercise* cukup mudah dilakukan karena tidak memerlukan ruang atau peralatan khusus, serta jumlah latihannya mudah ditentukan. Perlakuan diberikan dengan intensitas maksimal tiga kali seminggu. Tahan posisi itu selama 3 set 10 hitungan. Waktu pemulihan adalah 2-5 menit per set.<sup>41</sup>



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

---

<sup>41</sup> Indah Pramita, I Putu Darmawijaya, dan Luh Made Elena Endarwati, Pramita, I Putu Darmawijaya, dan Luh Made Elena Endarwati, "Pengaruh Pemberian Core Stability Exercise Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Gianyar." *Journal of Innovation Research and Knowledge* 2, no. 4 (2022): 2089.

## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian yang digunakan adalah *pre-experimental* dengan rancangan *one group pretest dan posttest design*. Jenis penelitian ini digunakan untuk mencari pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang. Dalam rancangan ini dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum diberi perlakuan disebut *pretest* dan sesudah diberi perlakuan disebut *posttest*. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan.



O1 : pretest sebelum diberikan *core stability exercise*

X : intervensi (pemberian *core stability exercise*)

O2 : posttest setelah diberikan *core stability exercise*

#### B. Populasi dan Sampel

##### 1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

## 2. Sampel

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah anak yang berusia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang berjumlah 30 anak.

### 1) Kriteria inklusi

- a) Anak berusia 5-6 tahun
- b) Anak yang telah mendapatkan persetujuan dari orang tua bersedia menjadi responden
- c) Anak stunting
- d) Anak dengan kelainan tulang
- e) Mengikuti sampai akhir penelitian

### 2) Kriteria eksklusi

- a) Anak yang tidak hadir
- b) Responden menolak dijadikan subjek penelitian
- c) Anak yang mengalami distabilitas fisik

## 3. *Sampling*

Dalam penelitian ini, teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan.

## C. Teknik dan Instrumen Penelitian

### 1. Sumber Data

Sumber data adalah entitas apapun yang berpotensi memberikan informasi yang relevan mengenai data. Sumber-sumber ini secara umum dapat diklasifikasikan menjadi dua, yaitu:

- a. Data primer dalam penelitian ini diperoleh langsung di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.
- b. Data sekunder dalam penelitian ini diambil dalam *literature*, artikel, jurnal, serta situs resmi internet yang berkenaan dengan penelitian yang dilakukan.

### 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah instrumen (alat) dalam rangka proses mengumpulkan keterangan atau bahan nyata yang dapat dijadikan dasar penelitian.

#### a. Observasi

Teknik observasi yaitu peneliti terlibat langsung dengan objek atau subjek yang akan di amati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian dengan meminta teman sejawat untuk mendampingi yaitu guru observer yang juga mengajar di sekolah tersebut untuk menjadi observer. Observasi, yaitu kegiatan yang dilakukan guru untuk mengumpulkan informasi mengenai anak.<sup>42</sup> Penelitian pada tahap observasi ini, kegiatan yang akan diamati yaitu aktivitas pembelajaran

---

<sup>42</sup> Ria Novianti, "Teknik observasi bagi pendidikan anak usia dini," *Educhild* 1, no. 1 (2012): 23.

anak menggunakan permainan papan titian dan perkembangan motorik kasar anak. Data yang akan diperoleh dari teknik observasi ini, yaitu proses belajar anak di sekolah dengan pemberian *core stability exercise* menggunakan media papan titian dan perkembangan motorik kasar anak. Observasi ini bersifat partisipan sehingga peneliti akan secara langsung ikut serta dalam kegiatan pembelajaran.

b. Hasil Nilai Perkembangan Anak

Dalam penelitian ini mengumpulkan data melalui penilaian perkembangan anak menurut indikator Permendikbud No. 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini, menggunakan *pretest* dan *posttest* dalam pemberian *core stability exercise* melalui kegiatan permainan papan titian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa pertanyaan tertutup, dimana alternative jawaban sudah disediakan. Jawaban yang diberikan responden kemudian diberi skor dengan terdapat pernyataan belum berkembang (1), mulai berkembang (2), berkembang sesuai harapan (3), berkembang sangat baik (4).

c. Wawancara

Suatu bentuk dialog yang dilakukan oleh peneliti untuk memperoleh informasi dari responden dinamakan wawancara. Dalam pelaksanaannya, wawancara dapat dilakukan secara bebas artinya pewawancara bebas menanyakan apa saja kepada narasumber tanpa

harus membawa lembar pedomannya. Syarat seperti ini adalah pewawancara harus tetap mengingat data yang harus terkumpul.<sup>43</sup>

Adapun yang peneliti peroleh melalui teknik wawancara, yaitu:

- 1) Kepala Sekolah TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi, untuk memperoleh data tentang sejarah berdirinya sekolah, profil sekolah, visi misi, dan tujuan sekolah, data guru dan siswa TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi.
- 2) Wawancara dengan guru kelas B untuk memperoleh informasi sekaligus konfirmasi terhadap data yang sudah didapatkan dari hasil observasi.

d. Dokumentasi

Dokumentasi adalah sebuah cara yang dilakukan untuk menyediakan dokumen-dokumen dengan menggunakan bukti yang akurat dari sumber informasi. Dokumentasi ini membantu mendapatkan penerangan pengetahuan, bukti dan juga sebagai laporan pertanggung jawaban sebagai bukti telah melakukan sebuah penelitian.

Dokumen yang dikumpulkan dalam penelitian ini, yaitu:

- 1) Sejarah berdirinya TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi
- 2) Profil lembaga TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi
- 3) Visi misi TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi
- 4) Data guru dan siswa TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi
- 5) RPPH di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi

---

<sup>43</sup> S Siyoto dan M A Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015).

## 6) Dokumentasi penilaian perkembangan capaian anak

**D. Uji Validitas dan Realibilitas**

## 1. Uji Validitas

Uji validitas adalah uji yang dilakukan untuk memastikan bahwa setiap pertanyaan dapat digunakan untuk mendefinisikan variabel.<sup>44</sup> Dalam penelitian ini teknik pengujian menggunakan hitung taraf signifikansi. Nilai signifikansi item yaitu valid jika kurang dari 0,05 (sig < 0,05) dan tidak valid jika lebih dari 0,05.

Hasil uji coba akan diamati menggunakan product moment dengan rumus yang akan diuraikan berikut:<sup>45</sup>

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

Keterangan :

$r_{xy}$  = Kefisien korelasi

$\sum X$  = Jumlah skor butir

$\sum Y$  = jumlah skor total

$N$  = jumlah sampel

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas berkaitan dengan kemampuan alat ukur untuk mengukur dengan cermat. Reliabilitas didefinisikan sebagai tingkat akurasi dan presisi yang dihasilkan oleh alat ukur selama proses pengukuran. Reliabilitas sebagai konsistensi pengamatan yang diperoleh dari pencatatan berulang baik pada

<sup>44</sup> Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*, (Bandung : ALFABETA, 2020),175.

<sup>45</sup> Muhammad Ali Siyoto, Sandu & Sodi, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), 89.

satu subjek atau sejumlah subjek. Reliabilitas dicapai apabila kita mengukur himpunan objek yang sama berulang kali dengan instrument yang sama atau serupa akan memberikan hasil yang sama atau serupa.<sup>46</sup> Nilai Alpha harus lebih besar dari hasil output untuk menguji reliabilitas, sebaliknya jika nilai Alpha lebih kecil dari hasil output maka dianggap tidak reliabel. Uji reliabilitas dapat dikatakan reliabilitas jika Cronbach's Alpha >0,70, dengan rumus Cronbach's Alpha sebagai berikut:

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

Keterangan:

$r_{11}$  = koefisien reliabilitas Alpha

$k$  = jumlah item pertanyaan

$\sum \sigma^2 b$  = jumlah varian butir

$\sigma^2 t$  = varians total.

### E. Analisis Data

Analisis penelitian kuantitatif terdiri dari dua jenis statistik yaitu deskriptif dan inferensial. Metode analisis inferensial digunakan dalam penelitian ini, dimana statistika ini digunakan untuk menguji hipotesis dan membuat kesimpulan berdasarkan data sampel dari populasi.<sup>47</sup> Statistik inferensial terbagi menjadi dua yaitu statistik parametrik dan rasio dan non parametrik. Peneliti akan menggunakan analisis data jenis statistik inferensial.

<sup>46</sup> Muhammad Ali Siyoto, Sandu & Sodi, *Dasar Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015), 91.

<sup>47</sup> Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*, (Bandung : ALFABETA, 2020), 206.

Jenis tersebut digunakan untuk mengetahui dan menganalisa *eksperimen* terhadap ada atau tidaknya pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Data kemudian diolah menggunakan *statistic package for the social sciences* (SPSS).

### 1. Uji Normalitas

Untuk menentukan uji hipotesis yang akan digunakan, perlu dilakukan uji normalitas terlebih dahulu. Uji normalitas ini digunakan untuk menentukan apakah data hasil perhitungan berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, uji normalitas yang digunakan adalah uji *Saphiro Wilk*, karena sampel yang digunakan kurang dari 100. Kriteria penilaian uji *Saphiro Wilk* adalah jika  $\text{sig} > 0,05$  maka data penelitian berdistribusi normal dan jika  $\text{sig} < 0,05$  maka data penelitian berdistribusi tidak normal. Peneliti menggunakan SPSS dengan memeriksa hasil output dari uji normalitas dengan taraf signifikan 5%. Data distribusi normal apabila  $P > 0,05$  atau probabilitas lebih besar.

### 2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan jika data yang dikumpulkan berdistribusi normal. Tujuan uji ini adalah untuk menentukan apakah kelompok populasi bersifat homogeny atau heterogen. Taraf signifikan yang digunakan adalah  $\alpha = 0,05$ . Uji homogenitas dalam penelitian menggunakan program SPSS. Ketentuan pengujian jika nilai signifikansi  $\text{sig.} < 0,05$  maka data heterogen. Jika nilai signifikansi  $\text{sig.} > 0,05$  maka data homogen.

### 3. Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan *Paired sampel t-Test*, yang merupakan uji beda dua sampel berpasangan. Sampel berpasangan merupakan subjek yang sama, tapi mengalami perlakuan yang berbeda. Model uji beda ini digunakan untuk menganalisis model penelitian sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Uji beda digunakan untuk mengevaluasi perlakuan pada satu sampel yang sama pada dua periode pengamatan yang berbeda. *Paired sample t-test* digunakan apabila data distribusi normal.

Pedoman pengambilan keputusan dalam uji *paired sample t-test* berdasarkan nilai signifikansi 5 % atau  $\alpha = 0,05$ . Hasil output SPSS, kriteria pengujian hasil hipotesis yaitu jika nilai sig. > 0.05 maka  $H_1$  ditolak atau dan jika sig. < 0.05 maka  $H_1$  diterima.<sup>48</sup>

$H_0$  artinya tidak ada pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU

Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

$H_1$  artinya ada pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU

Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

Uji tersebut digunakan karena untuk membandingkan dua kondisi terkait dalam satu kelompok yaitu apakah ada pengaruh sebelum dan sesudah dalam pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan

---

<sup>48</sup> Nurfasihah, "Pengaruh media interaktif animasi dalam pembelajaran tema selalu berhemat energi terhadap minat belajar peserta didik kelas iv min alehanuae kecamatan sinjai utara kabupaten sinjai" (Skripsi, UIN Alauddin Makassar, 2017), 44.

motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah  
Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## **BAB IV**

### **PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS**

#### **A. Gambaran Obyek Penelitian**

Objek penelitian ini yaitu TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi, Kecamatan Tempeh, Kabupaten Lumajang. Untuk memahami keadaan yang ada di lokasi penelitian dan mendapatkan gambaran yang lengkap terkait obyek penelitian, dapat diuraikan sebagai berikut:

##### **1. Sejarah Singkat TK Muslimat NU Salafiyah**

TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi mulai operasi sejak tahun 1993, sebelumnya merupakan bangunan pondok pesantren yang kemudian dijadikan tempat kegiatan belajar anak usia dini karena dulu jarang sekali lembaga untuk anak usia dini. TK Muslimat NU Salafiyah ini merupakan yayasan yang dikelola oleh Bapak Yusuf dan di dalam yayasan tersebut terdapat TK, MI, dan Mts. Awal dibukanya tempat belajar anak usia dini ini sarana dan prasaran yang ala kadarnya, tidak ada seragam, tenaga pembimbing hanya sukarela saja, dan jadwal belajar pun yang tidak tersusun sesuai kurikulum yang sekarang. Jumlah siswa sangat minim, hanya kurang lebih 20 anak saja dan kelas pun hanya ada 1 ruangan, namun semakin tambah tahun semakin berkembang dan maju pesat. Memasuki tahun 2000 kelas sudah ada 2 yang terdiri dari kelompok A dan B, hingga saat ini sudah terdiri dari 5 kelas yaitu A1, A2, B1, B2, dan B3.

Sehingga saat ini pada tahun ajaran 2024/2025 jumlah siswa di TK Muslimat NU Salafiyah mencapai 87 anak.<sup>49</sup>

## 2. Lokasi Geografis TK Muslimat NU Salafiyah

TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi merupakan salah satu TK yang berada di Jl. KH. Wachid Hasyim 211 Desa Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang. TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi berada di desa paling selatan dari pusat kecamatan, sehingga arah selatan menuju pantai kira-kira berjarak 6 km, arah barat Desa Pandanarum, arah utara Desa Tempeh Kidul, dan arah timur Desa Jatigono, sedangkan jarak dari pusat kota yaitu 16 km.<sup>50</sup>

## 3. Profil Sekolah TK Muslimat NU Salafiyah

Nama Sekolah : TK Muslimat NU Salafiyah  
 Tahun Berdiri : 20 Juli 1993  
 Alamat : KH. Wachd Hasyim No.211  
 Kode Post : 67371  
 Nomor Telpon : 081515645624  
 Email Sekolah : [tkmunusalafiyah93@gmail.com](mailto:tkmunusalafiyah93@gmail.com)  
 Kelurahan : Pandanwangi  
 Kecamatan : Tempeh  
 Kota/Kabupaten : Lumajang  
 Provinsi : Jawa Timur  
 Yayasan : Yayasan Salafiyah Al-Yasiny

<sup>49</sup> Mujianah, diwawancarai oleh Penulis, Lumajang, 30 Januari 2025.

<sup>50</sup> TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi, "Sejarah TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi," 30 Januari 2025.

Akta Notaris : AHU-0003799.AH.01.04.TAHUN 2015  
 NPSN : 20558488  
 NSS : 002052105004  
 NPWP : 02.272.277.1-625.002<sup>51</sup>

#### 4. Visi Misi TK Muslimat NU Salafiyah

Visi TK Muslimat NU Salafiyah, sebagai berikut:

- a. Cinta Al-Qur'an (berakhlak mulia)
- b. Berprestasi dan kreatif

Misi TK Muslimat NU Salafiyah, sebagai berikut:

- a. Membantu peserta didik dalam mengenal, memahami, dan mengamalkan agama Islam melalui pembiasaan dan bermain
- b. Menumbuhkan akhlak-akhlak mulia melalui program pembiasaan bermain dan keteladanan
- c. Meningkatkan proses pembelajaran untuk menghasilkan peserta didik yang cerdas, rasional, spiritual, dan sosial emosional
- d. Membantu peserta didik untuk berkeaktivitas dan mandiri yang siap memasuki jenjang berikutnya<sup>52</sup>

#### 5. Data Guru dan Siswa TK Muslimat NU Salafiyah

Terkait dengan jumlah guru dan siswa di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi akan dipaparkan dalam bentuk tabel di bawah ini.

---

<sup>51</sup> TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi, "Sejarah TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi," 30 Januari 2025.

<sup>52</sup> TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi, "Sejarah TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi," 30 Januari 2025.

**Tabel 4.1**  
**Data Guru TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi**  
**Tahun Ajaran 2024/2025**

No.	Nama Guru	Tempat, Tgl Lahir	Jabatan	Pendidikan Terakhir	Terhitung Mulai	Status Guru
1.	Mujianah, S.Pd.	LMJ, 14- 09-1969	Kepala Sekolah	S1 PGPAUD	20-07- 1993	GTY
2.	Ida Susila, S.Pd.	LMJ, 06- 04-1972	Guru Kelas	S1 PGPAUD	01-01- 2009	PNS
3.	Sri Wahyuni, S.Pd.	LMJ, 14- 12-1993	Guru Kelas	S1 PGPAUD	15-07- 2013	GTY
4.	Siti Qomariyah, S.Pd.	LMJ, 19- 10-1992	Guru Kelas	S1 PGPAUD	01-11- 2014	GTY
5.	Lilis Mardiana, S.Pd.	LMJ, 05- 12-1983	Guru Kelas	S1 PGPAUD	18-07- 2016	GTY
6.	Wasilatul Bariroh, S.Pd.	LMJ, 29- 08-1998	Guru Kelas	S1 PGPAUD	01-07- 2021	GTY

Sumber data: Dokumentasi TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi

**Tabel 4.2**  
**Data Siswa TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi**  
**Tahun Ajaran 2024/2025**

No.	Kelompok	Laki-laki	Perempuan	Jumlah	Ket
1.	A	20	25	45	Pagi
2.	B	22	20	42	Pagi
<b>Jumlah</b>		<b>42</b>	<b>45</b>	<b>87</b>	<b>Pagi</b>

Sumber data: Dokumentasi TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi

## 6. Sarana dan Prasarana TK Muslimat NU Salafiyah

TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi berdiri di tanah seluas 320 m<sup>2</sup> dan mempunyai fasilitas saran dan prasarana antara lain:

- a. Ruangan, terdapat 9 ruangan (1 ruang kepala sekolah, 1 ruang guru, 5 ruang kelas, dan 2 kamar mandi)
- b. Taman bermain outdoor
- c. Tempat dan alat cuci tangan
- d. Alat penunjang KBM
- e. Alat mesin kantor
- f. Sumber listrik<sup>53</sup>

## B. Penyajian Data

Dari hasil nilai *pretest-posttest* terdapat peningkatan dalam perkembangan motorik kasar anak melalui sebuah perlakuan atau *treatment* yang berupa permainan papan titian.

**Tabel 4.3**  
**Hasil Data Penelitian**

No.	Kriteria	Pretest		Posttest	
		Jumlah Anak	Presentase	Jumlah Anak	Presentase
1.	Berkembang Sangat Baik	0	0	25	83,333 %
2.	Berkembang Sesuai Harapan	0	0	5	16,667 %
3.	Mulai Berkembang	26	86,67 %	0	0
4.	Belum Berkembang	4	13,33%	0	0
<b>Jumlah</b>		<b>30</b>	<b>100%</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Sumber: data diolah oleh peneliti 2025

<sup>53</sup> TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi, "Sejarah TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi," 30 Januari 2025.

### C. Analisis Dan Pengujian Data

Analisis data adalah tahapan dalam penelitian yang dilakukan setelah seluruh data yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah penelitian berhasil dikumpulkan secara menyeluruh.<sup>54</sup> Dalam penelitian ini menggunakan analisis inferensial statistik parametrik. Karena dalam penelitian ini data terdistribusi normal yang diujikan pada uji-uji di bawah ini. Terdapat beberapa uji sebelum melakukan uji *t-test* seperti uji validitas, uji reliabilitas, uji homogenitas, dan uji *paired sample t-test*, sebagai berikut:

#### 1. Uji Validitas

Uji validitas adalah uji yang dilakukan untuk mengetahui kelayakan setiap pertanyaan dalam mendefinisikan variabel.

**Tabel 4.4**  
**Uji Validitas**

Indikator Penilaian	N	Sig.(2-tailed)	Keterangan
1	30	0,000	Valid
2	30	0,003	Valid
3	30	0,000	Valid
4	30	0,005	Valid
5	30	0,000	Valid
6	30	0,013	Valid
7	30	0,015	Valid
8	30	0,003	Valid

Sumber: Output SPSS statistic 27, data diolah oleh peneliti 2025

Ket: Sig. < 0,05 maka indikator penilaian tersebut dinyatakan valid

Sig. > 0,05 maka indikator penilaian tersebut dinyatakan tidak valid

<sup>54</sup> Ivan Fanani Qomusuddin dan Siti Romlah, *Analisis Data Kuantitatif dengan Program Lisrel 8.8* (Yogyakarta: Deepublish Digital, 2023), 7.

## 2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merupakan akurasi dan presisi yang dihasilkan oleh alat ukur dalam melakukan pengukuran.

**Tabel 4.5**  
**Uji Reliabilitas**

N	Cronbach's Alpha
30	0,765

Sumber: Output SPSS statistic 27, data diolah oleh peneliti 2025

Berdasarkan table diatas, uji reliabilitas dapat dikatakan reliabilitas jika  $\text{Alpha} > 0,70$ , dari hasil diatas cronbach's alpha menunjukkan angka 0,765 artinya  $0,765 > 0,05$ . Oleh karena itu, berdasarkan kriteria pengujian dapat disimpulkan bahwa data di atas berdistribusi reliabilitas.

## 3. Uji Normalitas

Uji normalitas merupakan uji untuk mengetahui apakah variable X dan Y berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, uji normalitas yang digunakan adalah uji *Saphiro Wilk* menggunakan SPSS.

**Tabel 4.6**  
**Uji Normalitas *Pretest-Posttest***

Shapiro-Wilk				
		N	Signifikan	Keterangan
Nilai Uji	<i>Pretest</i>	30	0,073	Normal
	<i>Posttest</i>	30	0,124	Normal

Sumber: Output SPSS statistic 27, data diolah oleh peneliti 2025

Berdasarkan table diatas, uji normalitas dengan menggunakan uji *Shapiro Wilk* menunjukkan nilai signifikan 0,073 dan 0,124. Nilai tersebut lebih dari 0,05 apabila dituliskan menjadi  $0,073 > 0,05$  untuk nilai *pretest* dan  $0,124 > 0,05$  untuk nilai *posttest* sehingga dapat ditarik kesimpulan

bahwa data perkembangan motorik kasar pada *pretest* dan *posttest* tersebut dapat dinyatakan data yang berdistribusi normal.

#### 4. Uji Homogenitas

Berdasarkan uji normalitas yang telah dilakukan, data menunjukkan berdistribusi normal. Maka selanjutnya dilakukan uji homogenitas agar mengetahui data tersebut homogen atau tidak homogen.

**Tabel 4.7**  
**Uji Homogenitas *Pretest-Posttest***

<b>Levene Statistic</b>	<b>df1</b>	<b>df2</b>	<b>Sig.</b>
0,116	1	58	0,735

Sumber: Output SPSS statistic 27, data diolah oleh peneliti 2025

Berdasarkan tabel di atas, menunjukkan baik data *pretest* maupun *posttest* disimpulkan bahwa sampel yang digunakan dalam penelitian ini dinyatakan homogen, sesuai dengan dasar dalam pengambilan keputusan yaitu taraf signifikan 0,05. Sehingga apabila dibandingkan dengan taraf signifikan 0,05 maka dapat dituliskan  $0,735 > 0,05$ . Hasil perhitungan homogenitas dapat ditarik kesimpulan data yang dihasilkan bersifat homogen karena memiliki variasi yang sama.

#### 5. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan langkah terakhir dalam melakukan pengujian. Pada penelitian ini uji hipotesis yang digunakan yaitu *Paired Sampel t-Test*, yang merupakan uji beda dua sampel berpasangan. Model uji beda ini digunakan untuk menganalisis model penelitian sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Taraf signifikansi (Sig).  $\alpha = 0,05$  dengan kriteria pengambilan keputusan sebagai berikut:

- Nilai sig. >  $\alpha$  (0.05) maka  $H_1$  ditolak
- Nilai sig. <  $\alpha$  (0.05) maka  $H_1$  diterima

**Tabel 4.8**  
**Uji Paired Sample t-Test**

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
<b>Pretest-posttest</b>	-12.000	1.232	0.225	-12.460	-11.540	-53.360	29	0.000

Sumber: Output SPSS statistic 27, data diolah oleh peneliti 2025

Berdasarkan *uji paired sampel t-test* diatas dengan taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  atau 5 %  $df = n-1$  (30-1) = 29. Terdapat nilai signifikan sebesar 0,000 dapat diartikan angka signifikan  $0,000 < 0,05$ . Maka, dapat dikatakan ada perbedaan yang nyata antara data *pretest* dan *posttest* dalam perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Sehingga, dapat diketahui hipotesis  $H_0$  ditolak sedangkan hipotesis  $H_1$  diterima yang dapat ditarik kesimpulan ada pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

Jadi, berdasarkan rata-rata nilai *pretest* 56,52 dan nilai *posttest* 92,7 dapat dirumuskan peningkatan presentase sebagai berikut :

$$\begin{aligned} \text{Peningkatan Presentase} &= \frac{\text{nilai posttest} - \text{nilai pretest}}{\text{nilai pretest}} \times 100 \\ &= \frac{92,7 - 56,52}{56,52} \times 100 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
 &= \frac{36,18}{56,52} \times 100 \\
 &= 0,64 \times 100 \\
 &= 64 \%
 \end{aligned}$$

Artinya perkembangan masing-masing anak mengalami kemajuan atau peningkatan lebih dari 50 % dari awal dilakukan *pretest*, peningkatan tersebut lebih kompleks dalam hal motorik kasar, seperti keseimbangan, kekuatan otot, dan kontrol gerak tubuh.

#### D. Pembahasan

Jenis penelitian yang digunakan adalah *pre-experimental* dengan rancangan *one group pretest dan posttest design*. Jenis penelitian ini digunakan untuk mencari pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang yang berlangsung 30 hari terhitung mulai pada hari senin tanggal 6 Januari 2025 hingga 4 Februari 2025. Dalam rancangan ini dilakukan dalam satu bulan sebanyak dua kali, yaitu sebelum diberi perlakuan disebut *pretest* dan sesudah diberi perlakuan disebut *posttest*. Pengambilan penilaian perkembangan motorik kasar anak ini menggunakan angket yang mengacu pada indikator Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No. 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.

Sebelum memulai penelitian, peneliti telah memperoleh kesediaan dari orang tua responden untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Perizinan melalui orang tua responden tersebut diperoleh melalui perizinan lisan yang

dilakukan pada tanggal 6 Januari 2025 di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi, dimana peneliti menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian, kriteria responden serta memastikan bahwa orang tua responden benar-benar menyetujui anaknya berpartisipasi dalam penelitian ini. Dengan melihat hasil perizinan tersebut, peneliti mengambil sampel sesuai kesediaan orang tua dan kriteria responden yaitu 2 anak B1, 15 anak B2, 13 anak B3 dari jumlah keseluruhan 30 pada kelompok B.

Namun, perlu digaris bawahi beberapa responden tidak dapat berpartisipasi dalam penelitian ini karena pada kelompok B1 kebanyakan anak belum mencapai usia yang cukup untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, sehingga tidak memenuhi kriteria inklusi penelitian. Selain itu, ada 1 responden dari kelompok B3 tidak dapat berpartisipasi karena alasan kesehatan, dimana anak tersebut telah melakukan operasi sehingga tidak memungkinkan untuk berpartisipasi pada penelitian ini. Yang terakhir, beberapa alasan responden tidak ikut berpartisipasi dalam penelitian ini karena jarang sekali masuk sekolah dan tidak diizinkan oleh orang tuanya. Meskipun peneliti telah memperoleh kesediaan dari pihak sekolah dan telah menjelaskan tujuan dan prosedur penelitian. Hal ini dapat dipahami karena anak-anak seusia mereka masih memerlukan perlindungan dan pengawasan yang ketat dari orang tua mereka. Oleh karena itu, peneliti menghormati keputusan orang tua anak-anak yang tidak memberikan izin untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil pengujian statistik dapat terlihat bahwa secara signifikan terdapat peningkatan dalam perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun. Dapat diuraikan sebagai berikut:

### **1. Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Sebelum Diberikan Perlakuan *Core Stability Exercise***

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 7 Januari 2025, terdapat perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun dengan kriteria mulai berkembang berjumlah 26 anak dan belum berkembang berjumlah 4 anak dengan rata-rata 56,52 pada nilai *pretest*. Nilai perkembangan motorik kasar anak setelah pemberian *pretest* masuk ke dalam kategori masih mulai berkembang. Pengendalian gerakan tubuh anak saat belum diberikan perlakuan *core stability exercise* berupa papan titian tergolong rendah. Hal ini disebabkan karena kurangnya pembelajaran yang melibatkan fisik motorik pada anak, sehingga dapat menjadikan anak kurang terjaga keseimbangan, kelincahan, kelentukan, serta koordinasi mata, tangan, dan kaki.

Kelainan perkembangan motorik kasar dapat disebabkan oleh beberapa hal, salah satunya adalah gangguan otot yang memengaruhi *neuromuscular*. Namun, penyakit tersebut tidak selalu menyebabkan masalah pada perkembangan motorik kasar. Ada atau tidaknya keterlambatan perkembangan motorik pada anak dapat bergantung pada faktor-faktor seperti lingkungan, kepribadian, dan sosial anak. Orang yang paling berpengaruh terhadap perkembangan anak adalah anggota keluarga

dekatnya, terutama orang tua dan saudara kandung.<sup>55</sup> Selain itu, faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan motorik kasar juga dengan stimulasi. Stimulasi perkembangan motorik kasar anak dapat melalui aktivitas bermain di luar ruangan. Salah satu stimulasi yang dapat dilakukan yaitu dengan pemberian *core stability exercise*, seperti yang telah diterapkan oleh peneliti di sekolah dengan menggunakan media permainan papan titian.

Menurut asumsi peneliti bahwa perbedaan usia anak juga dapat mempengaruhi cepat lambatnya perkembangan motorik kasar pada anak, karena usia perkembangan ditandai dengan kematangan organ-organ fisik sehingga anak lebih baik dalam mengkoordinasikan organ-organ tubuh lainnya. Pada saat *pretest* anak-anak terlihat malu atau ragu-ragu dalam melakukan gerakan tes yang telah peneliti siapkan. Koordinasi mata, tangan, dan kaki anak kurang sehingga pada saat menendang, melempar dan menangkap bola tidak sesuai target serta anak kurang mengikuti gerakan senam dengan baik. Kemudian, kelincahan dan keseimbangan anak juga kurang baik pada saat berdiri dengan satu kaki, berjalan lurus dengan membawa benda, berjalan jinjit melewati garis, berlari zigzag melewati rintangan, dan melompat dengan satu kaki melewati rintangan. Anak-anak terlihat senang sekali saat pembelajaran di luar kelas, karena di TK Muslimat NU Salafiyah ini jarang sekali pembelajaran di luar apalagi yang melibatkan motoric kasar. Disana lebih menekankan pada motorik

---

<sup>55</sup> Nur et al., "Perkembangan Motorik Kasar pada Balita di Posyandu Tanjung Karang Kelurahan Labuan Bajo," *Pustaka Katulistiwa* 3, no. 2 (2022): 45.

halus dan kognitif saja yang menyebabkan perkembangan motorik kasar anak tidak sesuai dengan usianya.

## **2. Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Sesudah Diberikan Perlakuan *Core Stability Exercise***

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada tanggal 23 Januari 2025, perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun dengan kriteria berkembang sangat baik berjumlah 25 anak dan berkembang sesuai harapan berjumlah 5 anak dengan rata-rata 92,7 pada nilai *posttest*. Nilai rata-rata tersebut meningkat 1,64 kali lebih tinggi dibandingkan sebelum diberikan perlakuan *core stability exercise*. Nilai perkembangan motorik kasar anak setelah pemberian *posttest* masuk ke dalam kategori berkembang sangat baik 83,333 % dan berkembang sesuai harapan 16,667 %. Hal ini dikarenakan saat setelah diterapkan *core stability exercise* berupa permainan papan titian motorik kasar anak lebih terlatih.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Luh Made dengan uji *t-test* menunjukkan bahwa terjadi peningkatan keseimbangan dinamis yang signifikan setelah dilakukan *core stability exercise* yaitu 28,82 lebih baik dibandingkan sebelum diberi intervensi *core stability exercise*.<sup>56</sup> Hasil penelitian ini juga senada dengan penelitian yang dilakukan Achmad Alfian yang menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian gerakan *core stability exercise* terhadap kemampuan gerak motorik kasar pada anak, dimana pada penelitian tersebut terjadi peningkatan sebesar 60 %

---

<sup>56</sup> Indah Pramita, I Putu Darmawijaya, dan Luh Made Diah Elena Endarwati, "Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Gianyar," *Journal of Innovation Research and Knowledge* 2, no. 4 (2022).

dan sudah cukup dikatakan signifikan.<sup>57</sup> *Core stability exercise* adalah suatu konsep latihan yang berfokus untuk melatih otot-otot stabilisasi pada *trunk, pelvic* dan ekstremitas bawah, yang bertujuan untuk melatih otot postural agar berkontraksi dan terkoordinasi secara optimal agar dapat mempertahankan postur dan keseimbangan tubuh dengan baik yang akan sangat berperan untuk melakukan gerakan saat beraktivitas.

Manfaat pelatihan *core stability exercise* yaitu secara efektif merekrut otot-otot batang dan untuk mengontrol posisi dari tulang belakang lumbal selama gerakan statis dan dinamis. Dapat membantu mengurangi resiko cedera akibat dari postur tubuh yang buruk, membantu melindungi tulang belakang dan struktur kerangka dari gerakan ekstrim dan dari kekuatan berlebihan atau abnormal berkaitan pada tubuh.<sup>58</sup>

Menurut asumsi peneliti, setelah diberikan terapi gerakan *core stability exercise* bahwa sebagian besar motorik kasar anak mengalami peningkatan karena saat melakukan *posttest* anak lebih tenang dan konsentrasi saat menggerakkan tubuhnya serta memperhatikan sesuai arahan dari peneliti. Hal tersebut didukung juga dengan *treatment* pemberian *core stability exercise* berupa permainan papan titian sebanyak 4 kali perlakuan. Diantaranya *treatment* yang dilakukan yaitu berjalan lurus diatas papan titian pada tanggal 9 Januari 2025, berjalan diatas papan

---

<sup>57</sup> Achmad Alfian, "Pengaruh Gerakan *Core Stability Exercise* Terhadap Kemampuan Gerak Motorik Kasar Pada Balita Usia 3-5 Tahun Di KB Tunas Harapan 2 Gebang Poreng," (Skripsi STIKES Bhakti Al-Qodiri Jember, 2024).

<sup>58</sup> Moh Fasekhatul Lisanudin dan Andung Maheswara Rakasiwi, "Pengabdian Masyarakat Pelaksanaan Fisioterapi Pada Low Back Pain Pada Pekerja Batik Dengan Latihan *Core Stability Exercise*," *Jurnal ABDIMAS* 3, no. 1 (2022): 20.

titian yang berbentuk zigzag pada tanggal 13 Januari 2025, berjalan diatas papan titian berbentuk zigzag dengan membawa dua piring berisikan bola pada tanggal 16 Januari 2025, dan berjalan menyamping dengan membawa satu piring berisikan bola pada tanggal 20 Januari 2025.

Saat pertama dilakukan *treatment* berjalan diatas papan titian anak sangat ragu untuk berjalan karena anak takut dan sulit menyeimbangkan tubuhnya. Dengan dilakukannya sebanyak 4 kali *treatment* maka anak mulai terbiasa dan dapat menyeimbangkan tubuhnya. Peneliti melakukan *treatment* pada responden sebanyak 4 kali dengan tujuan untuk meningkatkan efektivitas intervensi dan memastikan bahwa anak telah menerima dosis atau durasi yang cukup dalam pembelajaran motorik kasar. Pertimbangan lainnya, bahwa anak dengan usia 5-6 tahun masih dalam tahap perkembangan yang sangat dinamis, sehingga memerlukan penguatan dan pengulangan untuk memastikan bahwa anak menerima intervensi yang cukup untuk meningkatkan kemungkinan terjadinya perubahan yang signifikan pada perkembangan motorik kasar anak. Sehingga pada saat dilakukan *posttest* motorik kasar anak terdapat 83 % terjadi peningkatan dalam kategori berkembang sangat baik dari jumlah seluruh 30 anak dan 16 % dalam kategori berkembang sesuai harapan dari seluruh jumlah 30 anak.

### **3. Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.**

Berdasarkan analisis data menggunakan uji *Paired Sampel t-Test* dengan taraf signifikan 5 % atau  $\alpha = 0,05$   $df = n-1$   $(30-1) = 29$  menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dalam pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak. Hal ini dibuktikan dengan nilai sig (2-tailed) sebesar 0,000 yang artinya  $0,000 < 0,05$ , dengan demikian  $H_1$  diterima dan  $H_0$  tidak diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang. Jika dilihat dari data hasil perhitungan rata-rata *pretest* dan *posttest*, 64 % menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam perkembangan motorik kasar. Artinya perkembangan masing-masing anak mengalami kemajuan atau peningkatan lebih dari 50 % dari awal setelah dilakukan *pretest* dalam kemampuan fisik, seperti berjalan jinjit, berlari, menendang, melempar dan menangkap bola, atau koordinasi mata, tangan, dan kaki.

Kemampuan perkembangan motorik anak-anak dapat ditingkatkan melalui penggunaan gerakan latihan stabilitas inti tubuh, yang bermanfaat untuk melatih dan mempertajam keseimbangan tubuh mereka serta tidak dapat dapat menyebabkan anak mudah terjatuh dan cedera. Optimalisasi keseimbangan dinamis ini membutuhkan adanya pelatihan aktivitas fisik

yang dapat menstimulasi komponen-komponen keseimbangan dinamis. *Core stability exercise* menjadi salah satu bentuk latihan yang memiliki kelebihan sebagai bentuk latihan yang lebih berfokus memberikan penguatan area *core muscles* yang memiliki peran sangat penting dalam keberhasilan tubuh untuk dapat menjaga keseimbangan ketika tubuh sedang bergerak.<sup>59</sup> Salah satu penerapan dari *core stability exercise* ini melalui permainan papan titian.

Menurut asumsi peneliti, selain dilihat dari hasil perhitungan angket anak juga dapat dibuktikan dalam kegiatan sehari-harinya di sekolah. Anak dapat mengendalikan gerak tubuh dengan baik dalam aktivitasnya, anak dapat menjaga keseimbangan tubuh dengan baik, dan anak juga lebih berani dan percaya diri saat bermain diluar ruangan. Sehingga pada penelitian ini terdapat pengaruh pemberian *core stability exercise* berupa permainan papan titian terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

---

<sup>59</sup> Indah Pramita, I Putu Darmawijaya, dan Luh Made Elena Endarwati, "Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Gianyar." *Journal of Innovation Research and Knowledge* 2, no. 4 (2022): 2093.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa nilai rata-rata sebelum pemberian *core stability exercise* berupa permainan papan titian terhadap motorik kasar adalah 56,52 pada nilai *pretest*. Nilai perkembangan motorik kasar anak setelah pemberian *pretest* masuk ke dalam kategori masih mulai berkembang. Sedangkan nilai rata-rata sesudah pemberian *core stability exercise* berupa permainan papan titian terhadap motorik kasar adalah 92,7 pada nilai *posttest*. Nilai rata-rata tersebut meningkat 1,64 kali lebih tinggi dibandingkan sebelum diberikan perlakuan *core stability exercise*. Nilai perkembangan motorik kasar anak setelah pemberian *posttest* masuk ke dalam kategori berkembang sangat baik 83,333 % dan berkembang sesuai harapan 16,667 %.

Pengujian data pada penelitian ini menggunakan uji *Paired Sampel t-Test* dengan taraf signifikan 5 % atau  $\alpha = 0,005$   $df = n-1$   $(30-1) = 29$  menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dalam pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak. Hal ini dibuktikan dengan nilai sig (2-tailed) sebesar 0,000 yang artinya  $0,000 < 0,005$ , dengan demikian  $H_1$  diterima dan  $H_0$  tidak diterima. Berdasarkan hasil dari penelitian, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK

Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.

## **B. Saran-saran**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang peneliti dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Kepala dan guru TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi diharapkan lebih menerapkan dan kreatif dalam menjadikan aneka permainan menjadi pembelajaran untuk perkembangan motorik kasar anak.
2. Bagi peneliti-peneliti lain disarankan ada penelitian lebih lanjut dan memperdalam terkait perkembangan motorik kasar anak dan dapat menggunakan media lain selain papan titian.
3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengambil populasi yang lebih luar agar hasil kongkrit dan jangkauannya luas.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Nur, Nurul Halimah, Rachma Putri Kasimbara, dan Agung Hadi Endaryanto. "Pengaruh Core Stability Exercise Terhadap Keseimbangan Statis Anak Usia 7-9 Tahun Di SD Tanwir Surabaya." *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah* 2, no. 1 (2023): 28–32.
- Alfan, Achmad. "Pengaruh Gerakan Core Stability Exercise Terhadap Kemampuan Gerak Motorik Kasar Pada Balita Usia 3-5 Tahun Di KB Tunas Harapan 2 Gebang Poreng." *Skripsi STIKES Bhakti Al-Qodiri Jember*, 2024, 1–67.
- Amaliyah, Miftahul Nur. "Pengaruh Core Strengthening Exercise Terhadap Keseimbangan Statis Anak Usia 5-6 Tahun." *Skripsi Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 2016.
- Arifiyanti, Nurul, Rifka Fitriana, Rina Kusmiyati, Novi Kurnia Sari, dan Siti Usriah. "Motorik Kasar Anak Usia Dini." *Jurnal Al-Athfal* 2, no. 2 (2019): 36–44.
- Asyruni Multahada, Pingky Melaty, Heni Apriyani, dan Tris Andriani. "Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Kreatif." *PrimEarly : Jurnal Kajian Pendidikan Dasar dan Anak Usia Dini* 5, no. 1 (2022): 11–21. <https://doi.org/10.37567/prymerly.v5i1.1248>.
- Baan, Addriana Bulu, Hendriana Sri Rejeki, dan Nurhayati. "Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini." *Jurnal Bungamputi* 6, no. 1 (2020): 14–21.
- Baiti, Noor, dan Muhammad Afif Rahman. "Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Senam Irama." *PrimEarly : Jurnal Kajian Pendidikan Dasar dan Anak Usia Dini* 5, no. 2 (2022): 112–19. <https://doi.org/10.37567/prymerly.v5i2.1438>.
- Bariroh, Wasilatul. "Pengaruh Media Pop Up Book Terhadap Kecerdasan Naturalis Anak Usia Dini Di Kelompok B TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Lumajang Tahun Pelajaran 2023/2024." *Skripsi Universitas Jember*, 2024, 1–77.
- Departemen Agama Republik Indonesia, *Alquran dan Terjemahan*, (Bandung: Jabal, 2004)
- Djollong, Andi Fitriani. "Teknik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif (Technique of Quantitative Research)." *Istiqra'* 2, no. 1 (2014): 86–100.
- Erwanda, Desy Rizka, dan Panggung Sutapa. "Pengembangan Media Permainan Tradisional Gobak Sodor untuk Meningkatkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun." *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 7, no. 3 (2023):

3323–34. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i3.4562>.

Faridah, Eva, dan Sandey Tantra Paramitha. *Model latihan Core Stability exercise di Era digital. Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*. Bandung: Widina Bhakti Persada Bandung, 2022.

Ghina, N Afiata, I Indarwati, dan A S M Leni. “Pengaruh Balance Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Anak Usia Dini Di Bustanul Athfal Aisyiyah Jetis Ii Sukoharjo.” *Physio Journal* 2, no. 1 (2022): 1–4.

Hasanah, Uswatun. “Pengembangan Kemampuan Fisik Motorik Melalui Permainan Tradisional Bagi Anak Usia Dini.” *Jurnal Pendidikan Anak* 5, no. 1 (2016): 717–33. <https://doi.org/10.21831/jpa.v5i1.12368>.

Juliana, Sirin Nida. “Keterlambatan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini.” *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini* x, no. 2 (2022): 560–68. <https://doi.org/dx.doi.org/10.35473/ijec.v4i2.1660>.

Kartika, Ika, Fajrul Hamdi Barmawi, dan Neni Yuningsih. “VISA : Journal of Visions and Ideas Kepemimpinan Ideal di Era Milenial VISA : Journal of Visions and Ideas.” *Visa* 4, no. 1 (2024): 1030–51. <https://doi.org/47467/visa.v4i3.2545>.

Lisanudin, Moh Fasekhatul, dan Andung Maheswara Rakasiwi. “Pengabdian Masyarakat Pelaksanaan Fisioterapi Pada Low Back Pain Pada Pekerja Batik Dengan Latihan Core Stability Exercise.” *Jurnal ABDIMAS* 3, no. 1 (2022): 16–24.

Mahmud, Bonita. “Urgensi Stimulasi Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Usia Dini.” *DIDAKTIKA : Jurnal Kependidikan* 12, no. 1 (2019): 76–87. <https://doi.org/doi.org/10.30863/didaktika.v12i1.177>.

Martantya Eny Widyantika, Yessy Nur Endah Sary, Iit Ermawati. “Gross motor development nutritional status, malnutrition, normal nutrition C.” *Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan dan Kandungan* 15, no. 3 (2023): 323–30.

Mukhlisa, Nurul, dan selia dwi Kurnia. “Penerapan permainan papan titian dalam mengembangkan motorik kasar pada anak usia dini.” *Educhild* 2, no. 1 (2020): 65–75.

Novianti, Ria. “Teknik observasi bagi pendidikan anak usia dini.” *Educhild* 1, no. 1 (2012): 22–29.

Nur, Andi, Indah Sari, Diah Fitri Purwaningsih, dan Noviany Banne Rasiman. “Perkembangan Motorik Kasar pada Balita di Posyandu Tanjung Karang Kelurahan Labuan Bajo.” *Pustaka Katulistiwa* 3, no. 2 (2022): 44–48.

Nurfasihah. *Pengaruh media interaktif animasi dalam pembelajaran tema selalu*

*berhemat energi terhadap minat belajar peserta didik kelas iv min alehanuae kecamatan sinjai utara kabupaten sinjai. Skripsi UIN Alauddin Makassar, 2017.*

- Pramita, Indah, I Putu Darmawijaya, dan Luh Made Diah Elena Enderwati. "Pengaruh Pemberian Core Stability Exercise Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Paud Gianyar." *Journal of Innovation Research and Knowledge* 2, no. 4 (2022): 2085–96.
- Qomusuddin, Ivan Fanani, dan Siti Romlah. *Analisis Data Kuantitatif dengan Program Lisrel 8.8*. Yogyakarta: Deepublish Digital, 2023.
- Rani Handayani. "Karakteristik Pola-pola Pengasuhan Anak Usia Dini dalam Keluarga." *Kiddo: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 2, no. 2 (2021): 159–68. <https://doi.org/10.19105/kiddo.v2i2.4797>.
- Romadhoni, Farah Fajri. *Pengaruh Metode Eksperimen Pembelajaran Sains Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia 5-6 Tahun Di RA Ulul Albab Jember Tahun 2023/2024*. Skripsi UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember, 2024.
- Sarwono, Jonathan. *Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2006.
- Sekretariat Negara Republik Indonesia. *Undang-undang Nomor 20 tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*, pasal 1 ayat (14).
- Siyoto, Sandu & Sodi, Muhammad Ali. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015.
- Siyoto, S, dan M A Sodik. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing, 2015.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif R&D*. Bandung : ALFABETA, 2020.
- Yam, Jim Hoy, dan Ruhiyat Taufik. "Hipotesis Penelitian Kuantitatif. Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi." *Jurnal Ilmu Administrasi* 3, no. 2 (2021): 96–102.

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Arina Khikmatul Maula  
NIM : 214101050002  
Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini  
Fakultas : Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan  
Institusi : UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur-unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

Jember, 20 Maret 2025  
Saya yang menyatakan,



**Arina Khikmatul Maula**  
NIM. 214101050002

## LAMPIRAN-LAMPIRAN

## Lampiran 1

## Matrik Penelitian

Judul	Variabel	Sub Variabel	Indikator	Sumber Data	Metode Penelitian	Rumusan Masalah
Pengaruh Pemberian <i>Core Stability Exercise</i> Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pemberian <i>core stability exercise</i></li> <li>Perkembangan motorik kasar</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Kegiatan <i>core stability exercise</i></li> <li>Perkembangan motorik kasar</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pemberian <i>core stability exercise</i></li> <li>Perkembangan motorik kasar</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Sumber data primer:               <ol style="list-style-type: none"> <li>Guru di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang</li> <li>Siswa usia 5-6 Tahun Di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang</li> </ol> </li> <li>Sumber data sekunder (jika ada):               <ol style="list-style-type: none"> <li>Buku</li> <li>Jurnal / Literatur yang relevan.</li> </ol> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>Pendekatan: penelitian kuantitatif Jenis penelitian: <i>pre-experimental</i> Desain penelitian: <i>one grup pretest-posttest design</i></li> <li>Lokasi penelitian: TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang</li> <li>Populasi: siswa di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang Sampel: siswa usia 5-6 Tahun Di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang</li> <li>Teknik dan pengumpulan data: hasil nilai perkembangan motorik kasar anak menurut indikator Permendikbud No. 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.</li> <li>Analisi data:               <ol style="list-style-type: none"> <li>Uji Validitas</li> <li>Uji Reliabilitas</li> <li>Uji Normalitas</li> <li>Uj Homogenitas</li> <li>Uji <i>Paired Sample t-Test</i></li> </ol> </li> </ol>	Adakah pengaruh Pemberian <i>Core Stability Exercise</i> Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang

## Lampiran 2 Instrumen Penelitian Perkembangan Motorik Kasar

**HASIL NILAI PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK**

Nama anak :

Usia :

**I. PENGANTAR**

1. Penilaian ini diedarkan dengan maksud mendapat informasi sehubungan dengan penelitian pemberian *core stability exercise* berupa permainan papan titian (papan keseimbangan) terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun.
2. Partisipasi anda memberikan informasi sangat kami harapkan.

**II. PETUNJUK PENGISIAN**

1. Sebelum mengisi pertanyaan, bacalah petunjuk pengisian dengan cermat.
2. Penilaian ini terdiri dari 8 pertanyaan
3. Berilah tanda (  $\checkmark$  ) pada kolom **1 (Belum Berkembang)**, **2 (Mulai Berkembang)**, **3 (Berkembang Sesuai Harapan)**, **4 (Berkembang Sangat Baik)**

No.	Indikator	Skor Penilaian			
		1	2	3	4
	<b>Usia 5-6 Tahun</b>				
1.	Berlari dan langsung menendang bola				
2.	Berdiri dengan satu kaki tanpa jatuh				
3.	Berjalan lurus pada garis yang telah ditentukan dengan membawa benda				
4.	Berlari lurus dan zigzag melalui rintangan tanpa jatuh				
5.	Melompat melewati rintangan dengan satu kaki				
6.	Berjinjit dengan tangan di pinggang dan menginjak garis yang telah ditentukan				
7.	Melambungkan bola dengan satu tangan dan menangkap bola dengan dua tangan				
8.	Melakukan gerakan terkoordinasi melalui gerakan senam irama				

Keterangan paraf penilaian

<b>Skor</b>	<b>Keterangan</b>
4	Berkembang sangat baik (BSB)
3	Berkembang sesuai harapan (BSH)
2	Mulai berkembang (MB)
1	Belum berkembang (BB)

Rumus yang digunakan dalam menilai skor terakhir:

$$\text{Skor Total} = \frac{\text{nilai skor tercapai}}{\text{nilai skor maksimal}} \times 100$$



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## Lampiran 3 Rubrik Instrumen Penelitian

**RUBRIK HASIL NILAI PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK**

No.	Indikator Penilaian	Keterangan	Skor
1.	Berlari dan langsung menendang bola	<b>BB</b> : Anak belum bisa berlari dan langsung menendang bola	1
		<b>MB</b> : Anak mulai bisa berlari tetapi tidak bisa langsung menendang bola	2
		<b>BSH</b> : Anak bisa berlari kemudian menendang bola dengan ada jeda beberapa detik	3
		<b>BSB</b> : Anak bisa berlari dan langsung menendang bola dengan tepat	4
2.	Berdiri dengan satu kaki tanpa jatuh	<b>BB</b> : Anak berdiri dengan satu kaki selama 5-10 detik	1
		<b>MB</b> : Anak berdiri dengan satu kaki selama 10-20 detik	2
		<b>BSH</b> : Anak berdiri dengan satu kaki selama 20-30 detik	3
		<b>BSB</b> : Anak berdiri dengan satu kaki selama lebih dari 30 detik	4
3.	Berjalan lurus pada garis yang telah ditentukan dengan membawa benda	<b>BB</b> : Anak belum bisa berjalan lurus pada garis yang telah ditentukan dengan membawa benda	1
		<b>MB</b> : Anak mulai bisa berjalan lurus pada garis yang telah ditentukan dengan membawa benda, namun kaki anak masih keluar dari garis	2
		<b>BSH</b> : Anak bisa berjalan lurus pada garis yang telah ditentukan dengan membawa benda dan sedikit arahan guru	3

		<b>BSB</b> Anak bisa berjalan lurus pada garis yang telah ditentukan sambil membawa benda dengan tepat tanpa arahan guru	4
4.	Berlari lurus dan zigzag melalui rintangan tanpa jatuh	<b>BB</b> : Anak belum bisa berlari lurus dan zigzag melalui rintangan tanpa jatuh	1
		<b>MB</b> : Anak mulai bisa berlari lurus dan zigzag melalui rintangan tanpa jatuh dengan arahan guru	2
		<b>BSH</b> : Anak bisa berlari lurus dan zigzag melalui rintangan tanpa jatuh namun dengan sedikit arahan guru	3
		<b>BSB</b> Anak bisa berlari lurus dan zigzag melalui rintangan tanpa jatuh tanpa arahan guru	4
5.	Melompat melewati rintangan dengan satu kaki	<b>BB</b> : Anak belum bisa melompat melewati rintangan dengan satu kaki	1
		<b>MB</b> : Anak mulai bisa melompat dengan satu kaki melewati rintangan namun kaki anak sering jatuh keduanya dan masih menyentuh rintangan tersebut	2
		<b>BSH</b> : Anak bisa melompat melewati rintangan dengan satu kaki namun sesekali kaki jauh keduanya dan menyentuh rintangan	3
		<b>BSB</b> Anak bisa melompat melewati rintangan dengan satu kaki dengan tepat	4
6.	Berjinjit dengan tangan di pinggang dan berjalan menginjak garis yang telah ditentukan	<b>BB</b> : Anak belum bisa berjinjit dengan tangan di pinggang dan berjalan menginjak garis yang telah ditentukan	1

		<b>MB</b> : Anak mulai bisa berjinjit dengan tangan di pinggang namun ketika berjalan kaki anak masih sering keluar garis	2
		<b>BSH</b> : Anak bisa berjinjit dengan tangan di pinggang dan berjalan pelan-pelan menginjak garis yang telah ditentukan	3
		<b>BSB</b> Anak bisa berjinjit dengan tangan di pinggang dan berjalan menginjak garis yang telah ditentukan dengan cepat dan tepat	4
7.	Melambungkan bola dengan satu tangan dan menangkap bola dengan dua tangan	<b>BB</b> : Anak belum bisa melambungkan bola dengan satu tangan dan menangkap bola dengan dua tangan	1
		<b>MB</b> : Anak mulai bisa melambungkan bola dengan satu tangan tetapi belum bisa menangkap bola dengan dua tangan ataupun sebaliknya	2
		<b>BSH</b> : Anak bisa melambungkan bola dengan satu tangan namun sedikit kurang tepat saat menangkap bola dengan dua tangan	3
		<b>BSB</b> Anak bisa melambungkan bola dengan satu tangan dan menangkap bola dengan dua tangan dengan tepat	4

8.	Melakukan gerakan terkoordinasi melalui gerakan senam irama	<b>BB</b> : Anak belum bisa melakukan gerakan terkoordinasi melalui gerakan senam irama	1
		<b>MB</b> : Anak mulai bisa melakukan gerakan terkoordinasi melalui gerakan senam irama dengan lincah meskipun sudah dibimbing	2
		<b>BSH</b> : Anak bisa melakukan gerakan terkoordinasi melalui gerakan senam irama dengan lincah dengan sedikit bimbingan	3
		<b>BSB</b> Anak bisa melakukan gerakan terkoordinasi melalui gerakan senam irama tanpa dibimbing serta mampu mencontohkan temannya	4



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## Lampiran 4 SOP Penilaian

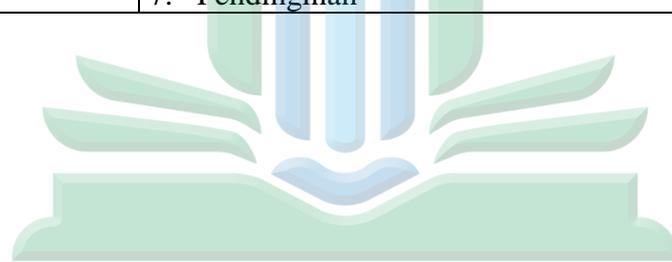
**LEMBAR SOP PENILAIAN PENCAPAIAN PERKEMBANGAN ANAK****PADA ASPEK MOTORIK KASAR**

SOP	Indikator Permendikbud No. 137 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini
PENGERTIAN	Suatu metode penilaian terhadap pencapaian perkembangan anak.
TUJUAN	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Untuk melakukan pemeriksaan tumbuh kembang anak</li> <li>2. Untuk menilai tingkat perkembangan anak sesuai usia</li> </ol>
INDIKASI	Untuk anak umur 0-6 tahun
PERSIAPAN ALAT	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lembar Penilaian</li> <li>2. Papan titian (papan keseimbangan)</li> </ol>
CARA KERJA	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan tujuan dan prosedur yang akan dilakukan kepada anak.</li> <li>2. Memberikan petunjuk kepada anak cara melakukan tes, kemudian meminta anak untuk melakukannya.</li> <li>3. Melakukan tes dimulai dari yang paling mudah.</li> <li>4. Memberikan pujian pada anak bila berhasil melakukan tes.</li> <li>5. Menuliskan skor pada angket penilaian capaian perkembangan anak setiap satu tindakan.</li> <li>6. Menyimpulkan hasil tes setelah selesai menyelesaikan tindakan.</li> </ol>

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

**LEMBAR SOP PEMBERIAN *CORE STABILITY EXERCISE***

SOP	Pemberian <i>Core Stability Exercise</i>
PENGERTIAN	Suatu konsep latihan yang berfokus untuk melatih otot-otot stabilisasi pada <i>trunk, pelvic</i> , dan ekstremitas bawah
TUJUAN	Untuk melatih otot postural agar berkontraksi dan terkordinasi secara optimal
PERSIAPAN ALAT	Alat permainan edukatif (papan titian)
CARA KERJA	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menjelaskan kepada anak-anak tentang kegiatan yang akan dilakukan</li> <li>2. Menunjukkan alat permainan yang digunakan dan menjelaskan fungsinya.</li> <li>3. Anak-anak melakukan pemanasan sebelum memulai kegiatan</li> <li>4. Guru memberikan contoh berjalan diatas papan titian dengan bervariasi</li> <li>5. Selanjutnya meminta anak-anak untuk melakukan hal tersebut secara perlahan</li> <li>6. Mengamati setiap kegiatan yang dilakukan oleh anak selama kegiatan berlangsung</li> <li>7. Pendinginan</li> </ol>



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## Lampiran 5 Daftar Hadir

## DAFTAR HADIR

NO.	NAMA	JENIS KELAMIN		PRETEST	T1	T2	T3	T4	POSTEST
		L	P						
1.	Fatih	√		√	√	√	√	√	√
2.	Lutfi	√		√	√	√	√	√	√
3.	Mirna		√	√	√	√	√	√	√
4.	Amira		√	√	√	√	√	√	√
5.	Zahra		√	√	√	√	√	√	√
6.	Alfan	√		√	√	√	√	√	√
7.	Alifiyah		√	√	√	√	√	√	√
8.	Daffa	√		√	√	√	√	√	√
9.	Viras	√		√	√	√	√	√	√
10.	Hanum		√	√	√	√	√	√	√
11.	Arsy		√	√	√	√	√	√	√
12.	Leon	√		√	√	√	√	√	√
13.	Aishwa		√	√	√	√	√	√	√
14.	Gibran	√		√	√	√	√	√	√
15.	Attar	√		√	√	√	√	√	√
16.	Rosyidah		√	√	√	√	√	√	√
17.	Eky		√	√	√	√	√	√	√
18.	Hani	√		√	√	√	√	√	√
19.	Alifa	√		√	√	√	√	√	√
20.	Ilham	√		√	√	√	√	√	√
21.	Daffa A	√		√	√	√	√	√	√
22.	Bima	√		√	√	√	√	√	√
23.	Alfa	√		√	√	√	√	√	√
24.	Zulfikar		√	√	√	√	√	√	√
25.	Aira	√		√	√	√	√	√	√
26.	Ayesha	√		√	√	√	√	√	√
27.	Kayla	√		√	√	√	√	√	√
28.	Gibran M		√	√	√	√	√	√	√
29.	Kalfin		√	√	√	√	√	√	√
30.	Salsabila		√	√	√	√	√	√	√
<b>JUMLAH</b>		<b>13</b>	<b>17</b>	<b>30</b>					

## Lampiran 6 Uji Validitas Instrumen

## UJI KUESIONER

NO	NAMA	INDIKATOR								TOTAL	NILAI AKHIR
		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8		
1.	Aditama	3	2	3	3	4	3	3	4	25	78.125
2.	Haikal Azri	3	3	4	3	4	4	4	3	28	87.5
3.	Haikah R	4	4	4	3	3	4	4	3	29	90.625
4.	Husni	3	3	3	3	4	4	3	4	27	84.375
5.	M. Andra	4	4	4	4	3	3	4	3	29	90.625
6.	Rafka	4	3	4	3	4	4	3	4	29	90.625
7.	M. Nizam	4	3	4	4	4	4	4	3	30	93.75
8.	M. Daffa	3	3	3	4	4	3	4	4	28	87.5
9.	M. Arfan	6	3	4	4	3	4	4	3	31	96.875
10.	Revan	4	3	3	3	3	3	4	3	26	81.25
11.	Reno	3	3	3	3	4	3	3	4	26	81.25
12.	Kayla	4	3	4	3	4	4	4	3	29	90.625
13.	Fanny	4	4	4	3	4	4	3	4	30	93.75
14.	Adel	3	3	3	3	4	3	3	4	26	81.25
15.	Najwa	4	3	3	3	4	4	4	3	28	87.5
16.	Novi	3	3	4	3	3	3	4	4	27	84.375
17.	Zidna	3	3	3	3	4	4	3	3	26	81.25
18.	Salsabila	4	4	3	3	4	3	4	3	28	87.5
19.	Bilqis	3	3	3	3	3	4	3	4	26	81.25
20.	Aini	4	4	3	4	4	4	3	3	29	90.625
21.	Keysa	3	4	4	4	3	3	4	4	29	90.625
22.	Zila	3	3	4	3	3	3	4	4	27	84.375
23.	Bryan	4	3	4	4	4	4	4	3	30	93.75
24.	Arfin	3	3	3	4	4	3	4	4	28	87.5
25.	Bima	6	3	4	4	3	4	4	3	31	96.875
26.	Musdalifah	4	3	3	4	3	3	4	3	27	84.375
27.	Arin	3	3	3	3	4	3	3	4	26	81.25
28.	Hafidz	4	3	4	3	4	4	4	3	29	90.625
29.	Fahri	4	4	4	3	4	4	3	4	30	93.75
30.	Arya	4	4	3	4	4	3	3	4	29	90.625

## Lampiran 7 Data Hasil Penelitian

## DATA HASIL PRETEST

No.	Nama	Indikator								Total Akhir	Nilai Akhir
		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8		
1.	Gibran	3	2	2	3	2	2	3	2	19	59.375
2.	Attar	3	2	2	2	2	2	3	2	18	56.25
3.	Fatih	2	2	2	3	2	1	2	2	16	50
4.	Lutfi	3	2	2	2	2	2	3	2	18	56.25
5.	Mirna	2	2	3	3	2	2	2	2	18	56.25
6.	Amira	3	2	2	2	2	3	2	2	18	56.25
7.	Zahra	2	2	3	2	2	3	3	2	19	59.375
8.	Alfan	3	2	2	3	2	2	2	2	18	56.25
9.	Alufiyah	3	2	2	3	2	2	2	2	18	56.25
10.	Daffa	3	2	2	2	2	3	2	2	18	56.25
11.	Viras	2	2	2	2	2	2	3	2	17	53.125
12.	Hanum	3	2	2	2	2	3	2	2	18	56.25
13.	Arsy	2	2	2	2	2	2	3	2	17	53.125
14.	Leon	3	2	3	2	2	2	3	2	19	59.375
15.	Aiswa	3	2	2	3	2	2	2	2	18	56.25
16.	Eky	3	2	2	3	2	2	3	3	20	62.5
17.	Hani	2	2	2	2	2	2	3	2	17	53.125
18.	Salsabila	2	1	2	3	2	2	2	2	16	50
19.	Muzdalifah	2	2	2	2	2	2	3	2	17	53.125
20.	Ilham	3	3	2	3	2	2	3	2	20	62.5
21.	Daffa A	3	2	3	2	2	2	3	2	19	59.375
22.	Bima	2	2	2	2	2	2	3	2	17	53.125
23.	Kalfin	3	2	3	3	2	2	3	2	20	62.5
24.	Alfa	2	2	2	3	1	2	2	2	16	50
25.	Zulfikar	3	2	2	2	2	3	2	2	18	56.25
26.	Aira	3	2	3	3	2	3	2	2	20	62.5
27.	Ayesha	2	2	2	2	2	2	3	2	17	53.125
28.	Mikayla	3	2	3	2	2	2	3	2	19	59.375
29.	M. Gibran	3	2	3	2	2	2	3	2	19	59.375
30.	Rosyidah	2	1	2	3	2	2	2	2	16	50

**DATA HASIL POSTEST**

No.	Nama	Indikator								Total Akhir	Nilai Akhir
		P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8		
1.	Gibran	4	4	4	4	3	3	4	3	29	90.625
2.	Attar	4	3	4	4	4	4	4	4	31	96.875
3.	Fatih	3	3	4	4	3	4	4	3	28	87.5
4.	Lutfi	4	3	4	4	4	4	4	3	30	93.75
5.	Mirna	4	3	4	4	4	3	4	3	29	90.625
6.	Amira	4	4	4	4	3	4	4	4	31	96.875
7.	Zahra	3	3	4	4	4	4	4	4	30	93.75
8.	Alfan	4	4	4	4	4	4	4	4	32	100
9.	Alufiyah	4	3	4	4	3	4	3	4	29	90.625
10.	Daffa	4	3	4	4	4	4	4	4	31	96.875
11.	Viras	4	3	4	4	4	4	4	3	30	93.75
12.	Hanum	4	4	4	4	3	4	4	4	31	96.875
13.	Arsy	4	3	4	4	4	4	3	3	29	90.625
14.	Leon	4	3	4	4	4	4	3	3	29	90.625
15.	Aiswa	3	3	4	4	3	4	4	4	29	90.625
16.	Eky	4	4	4	4	3	4	4	3	30	93.75
17.	Hani	3	3	4	4	4	4	4	4	30	93.75
18.	Salsabila	4	3	4	4	3	4	3	3	28	87.5
19.	Muzdalifah	4	4	4	4	3	4	4	4	31	96.875
20.	Ilham	4	4	4	4	4	4	4	4	32	100
21.	Daffa A	4	4	4	4	3	4	4	4	31	96.875
22.	Bima	3	3	4	4	4	4	4	4	30	93.75
23.	Kalfin	4	3	4	4	3	4	4	4	30	93.75
24.	Alfa	4	3	4	4	3	4	3	4	29	90.625
25.	Zulfikar	4	4	4	4	4	4	4	3	31	96.875
26.	Aira	4	4	4	4	4	4	4	4	32	100
27.	Ayesha	4	3	4	4	3	4	4	4	30	93.75
28.	Mikayla	4	3	4	4	3	4	4	4	30	93.75
29.	M. Gibran	3	3	4	4	4	4	4	4	30	93.75
30.	Rosyidah	4	3	4	4	3	4	3	3	28	87.5



	Sig. (2-tailed)	.112	.885	.025	.067	.112	.667		.885	.015
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
P08	Pearson Correlation	.181	1.000**	.202	.200	.181	.036	-.027	1	.518**
	Sig. (2-tailed)	.339	.000	.285	.289	.339	.850	.885		.003
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30
TOTAL	Pearson Correlation	.866**	.518**	.608**	.497**	.866**	.449*	.439*	.518**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.003	.000	.005	.000	.013	.015	.003	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## UJI RELIABILITAS

### Reliability Statistics

Cronbach's

Alpha

N of Items

.765

8

## UJI NORMALITAS SHAPIRO WILK

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

### Tests of Normality

KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ

Kelas		Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Nilai Ujian	Pre Test	0.167	30	0.016	0.918	30	0.073
	Post Test	0.167	30	0.098	0.923	30	0.124

a. Lilliefors Significance Correction

## UJI HOMOGENITAS

### Test of Homogeneity of Variance

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Nilai Ujian	Based on Mean	0.116	1	58	0.735
	Based on Median	0.116	1	58	0.735
	Based on Median and with adjusted df	0.116	1	57.701	0.735
	Based on trimmed mean	0.116	1	58	0.735

## UJI PAIRED SAMPLE *t*-TEST

### Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	PRETEST - POSTTEST	-12.000	1.232	0.225	-12.460	-11.540	-53.360	29	0.000

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## Lampiran 9 Rencana Perencanaan Pembelajaran Harian (RPPH)

**RENCANA PERENCANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)**  
**TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH PANDANWANGI**  
**TAHUN PELAJARAN 2024-2025**

Kelompok/Usia : B2 & B3 / 5-6 tahun  
 Tema/ Topik : Lumajang Kotaku Tercinta / Pemandian  
 Semester/ Minggu : 2/1  
 Hari/ Tanggal : Selasa/ 7 Januari 2025

Alur	Kegiatan	Alat bahan
<b>Pembukaan</b> <b>07.00 – 07.15</b> <b>WIB</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak berdo`a sebelum belajar</li> <li>- Asmaul husna</li> <li>- Lagu kebangsaan</li> </ul>	
<b>07.15 – 07-45</b> <b>WIB</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak membaca do`a-do`a harian</li> <li>- Anak membaca hadist tentang keseharian</li> <li>- Anak menghafal surat surat pendek</li> <li>- Anak baca simak Alqur`an</li> </ul>	
<b>Inti</b> <b>07.45 – 09.15</b> <b>WIB</b>	<p><b>KNOWING (Mengetahui)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak melihat gambar yang dibawa oleh guru (gambar alat transportasi saat mau ke pemandian)</li> <li>- Di dalam kelas, guru berdiskusi dengan siswa dan memberikan beberapa pertanyaan pemantik, misalnya:</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“ini gambar apa?          “sepeda motor rodanya\ ada berapa          “Jika pergi ke Pemandian biasanya anak-anak naik apa?          “siapa yang menciptakan kendaraan?”          “apa saja Alat Transportasi yang dapat digunakan untuk pergi ke Pemandian Lumajang?”</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Menyanyi pada hari minggu</li> </ul> <p><b>FEELING (Merasakan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru mengajak siswa untuk merasakan adanya Allah dan mengajak untuk berpikir kritis</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“siapakah yang menciptakan kendaraan?”          “biasanya kalau pergi ke pemajndiajn bersama siapa saja?</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kemudian guru menjelaskan aturan permainan yang akan dilakukan</li> <li>- Guru membuat kelompok menjadi 5 bagian</li> <li>-</li> </ul> <p><b>ACTING (anak memilih kegiatan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak melakukan gerakan lari lalu menendang bola</li> </ul>	

<p>09.15– 09.30 WIB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak melakukan berdiri dengan satu kaki selama 30 detik</li> <li>- Anak berjalan dan melompat melewati rintangan</li> <li>- Anak melambungkan bola dengan satu tangan dan menangkap dengan dua tangan</li> <li>- Anak melakukan gerakan senam irama</li> <li>- Guru hanya menilai perkembangan motoric kasar anak melalui angket</li> </ul> <p>Cuci tangan, makan siang (istirahat)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gambar kendaraan</li> <li>- Bola</li> <li>- Tali</li> <li>- Kun</li> <li>- Sound</li> </ul>
<p>Penutup 09.30-10.00 WIB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Recalling</i> Guru menanyakan perasaan anak hari ini setelah bermain, dan berdiskusi tentang kegiatan hari ini. Guru menanyakan keinginan anak untuk kegiatan selanjutnya</li> <li>- Refleksi</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 10px 0;"> <p>Guru mengajukan pertanyaan refleksi        “bagaimana kegiatan anak-anak tadi, adakah yang mengalami kesulitan?”        “apa yang membuat anak-anak suka melakukan kegiatan tadi?”        “jangan lupa untuk selalu bersyukur kepada Allah atas nikmat sehat yang telah kita terima.”</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berdo`a sesudah belajar, salam</li> </ul>	

Lumajang, 30 Januari 2025

Guru Kelas Kelompok B2

Guru Kelas Kelompok B3

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
JEMBER

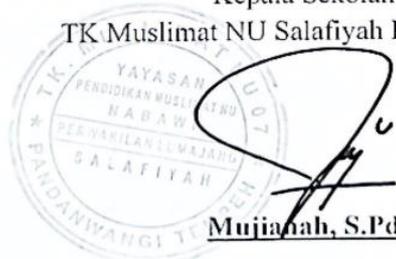
Ida Susila, S.Pd

NIP. 197204062008012020

Wasilatul Bariroh, S.Pd

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi

  
Mujianah, S.Pd

**RENCANA PERENCANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPII)**  
**TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH PANDANWANGI**  
**TAHUN PELAJARAN 2024-2025**

Kelompok/Usia : B2 & B3 / 5-6 tahun  
 Tema/ Topik : Lumajang Kotaku Tercinta / Pemandian  
 Semester/ Minggu : 2/1  
 Hari/ Tanggal : Kamis / 9 Januari 2025

Alur	Kegiatan	Alat bahan
<b>Pembukaan</b> <b>07.00 – 07.15</b> <b>WIB</b>  <b>07.15 – 07.45</b> <b>WIB</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak berdo`a sebelum belajar</li> <li>- Asmaul husna</li> <li>- Lagu kebangsaan</li> <li>- Anak membaca do`a-do`a harian</li> <li>- Anak membaca hadist tentang keseharian</li> <li>- Anak menghafal surat surat pendek]</li> <li>- Anak Baca Simak Alqur`an</li> </ul>	
<b>Inti</b> <b>07.45 – 09.15</b> <b>WIB</b>	<p><b>KNOWING (Mengetahui)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak melihat video tentang pemandian selokambang (<a href="https://youtu.be/IrhOoeAywKU">https://youtu.be/IrhOoeAywKU</a>)</li> <li>- Di dalam kelas, guru berdiskusi dengan siswa dan memberikan beberapa pertanyaan pemantik, misalnya:</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“anak-anak, di video tadi ada gambar apa saja ya?”        “apa saja perlengkapan ke pemandian ?”</p> </div> <p><b>FEELING (Merasakan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru mengajak siswa untuk merasakan adanya Allah dan mengajak untuk berpikir kritis</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“anak-anak, coba bayangkan kita tidak memiliki rizqi dari Tuhan apakah bisa kita\ jalan jalan ke Pemandian?”        “bagaimana cara kita bersyukur pada Allah?”</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kemudian guru menunjukkan permainan papan titian</li> <li>- Guru mengenalkan dan menjelaskan permainan papan titian</li> <li>- Guru menjelaskan aturan bermain dan memberi contoh bermain papan titian</li> <li>- Guru membagi menjadi 5 bagian kelompok</li> </ul>	

<p>09.15 – 09.30 WIB</p>	<p><b>ACTING (anak memilih kegiatan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru menjelaskan aturan bermain dan memberi contoh bermain papan titian</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>Anak berjalan lurus di atas papan titian tanpa jatuh dari ujung sampai ujung</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru membagi menjadi 5 bagian kelompok</li> <li>- Anak memulai kegiatan sesuai instruksi dari guru secara bergantian</li> <li>- Guru memonitor gerak dan sikap tanggung jawab yang dimunculkan anak</li> </ul> <p>Cuci tangan, makan siang (istirahat)</p>	<p>- Papan titian</p>
<p><b>Penutup</b> 09.30-10.00 WIB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Recalling</i> Guru menanyakan perasaan anak hari ini setelah bermain, dan berdiskusi tentang kegiatan hari ini. Guru menanyakan keinginan anak untuk kegiatan selanjutnya</li> <li>- Refleksi</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>Guru mengajukan pertanyaan refleksi  “bagaimana kegiatan anak-anak tadi, adakah yang mengalami kesulitan?”  “apa yang membuat anak-anak suka melakukan kegiatan tadi?”  “jangan lupa untuk selalu bersyukur kepada Allah atas nikmat sehat yang telah kita terima.”</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berdo`a sesudah belajar, salam</li> </ul>	

Lumajang, 30 Januari 2025

Guru Kelas Kelompok B2

Guru Kelas Kelompok B3



Ida Susila, S.Pd  
NIP. 197204062008012020



Wasilatul Bariroh, S.Pd

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi



Mujiyah, S.Pd

**RENCANA PERENCANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)**  
**TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH PANDANWANGI**  
**TAHUN PELAJARAN 2024-2025**

Kelompok/Usia : B2 & B3 / 5-6 tahun  
 Tema/ Topik : Lumajang Kotaku Tercinta / Pantai  
 Semester/ Minggu : 2/2  
 Hari/ Tanggal : Senin / 13 Januari 2025

Alur	Kegiatan	Alat bahan
<b>Pembukaan</b> <b>07.00 – 07.15</b> <b>WIB</b>  <b>07.15 – 07.45</b> <b>WIB</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak berdo`a sebelum belajar</li> <li>- Asmaul husna</li> <li>- Lagu kebangsaan</li>   <li>- Anak membaca do`a-do`a harian</li> <li>- Anak membaca hadist tentang keseharian</li> <li>- Anak menghafal surat surat pendek</li> <li>- Anak baca simak Alqur`an</li> </ul>	
<b>Inti</b> <b>07.45 – 09.15</b> <b>WIB</b>	<p><b>KNOWING (Mengetahui)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak melihat gambar yang dibawa oleh guru (gambar pantai)</li> <li>- Di dalam kelas, guru berdiskusi dengan siswa dan memberikan beberapa pertanyaan pemantik, misalnya:</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“ini gambar apa?”          “jika pergi ke Pantai biasanya anak- anak naik apa?”          “pantai apa saja yang kamu ketahui di lumajang?”          “jika ke pantai apa saja yang anak-anak lihat?”</p> </div> <p><b>FEELING (Merasakan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru mengajak siswa untuk merasakan adanya Allah, dan mengajak untuk berpikir kritis</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“siapaakah yang menciptakan kendaraan?”          “biasanya kalau pergi ke pantai bersama siapa saja?”</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kemudian guru menjelaskan aturan permainan yang akan dilakukan</li> <li>- Guru membuat kelompok menjadi 5 bagian kelompok</li> </ul> <p><b>ACTING (anak memilih kegiatan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru menjelaskan aturan bermain dan memberi contoh bermain papan titian</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>Anak berjalan di atas papan titian berbentuk zigzag tanpa jatuh dari ujung sampai ujung</p> </div>	<p>- Papan titian</p>

<p>09.15– 09.30 WIB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru membagi menjadi 5 bagian kelompok</li> <li>- Anak memulai kegiatan sesuai instruksi dari guru secara bergantian</li> <li>- Guru memonitor gerak dan sikap tanggung jawab yang dimunculkan anak</li> </ul> <p>Cuci tangan, makan siang (istirahat)</p>	
<p>Penutup 09.30-10.00 WIB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Recalling</i> Guru menanyakan perasaan anak hari ini setelah bermain, dan berdiskusi tentang kegiatan hari ini.</li> <li>Guru menanyakan keinginan anak untuk kegiatan selanjutnya</li> <li>- Refleksi  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>Guru mengajukan pertanyaan refleksi                      “bagaimana kegiatan anak-anak tadi, adakah yang mengalami kesulitan?”                      “apa yang membuat anak-anak suka melakukan kegiatan tadi?”                      “jangan lupa untuk selalu bersyukur kepada Allah atas nikmat sehat yang telah kita terima.”</p> </div> </li> <li>- Berdo`a sesudah belajar, salam</li> </ul>	

Lumajang, 30 Januari 2025

Guru Kelas Kelompok B2

Guru Kelas Kelompok B3



Ida Susila, S.Pd  
NIP. 197204062008012020



Wasilatul Bariroh, S.Pd

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
Mengetahui,  
Kepala Sekolah  
TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi



Mujjanah, S.Pd

**RENCANA PERENCANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)**  
**TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH PANDANWANGI**  
**TAHUN PELAJARAN 2024-2025**

Kelompok/Usia : B2 & B3 / 5-6 tahun  
 Tema/ Topik : Lumajang Kotaku Tercinta / Pantai  
 Semester/ Minggu : 2/2  
 Hari/ Tanggal : Kamis / 16 Januari 2025

Alur	Kegiatan	Alat bahan
<b>Pembukaan</b> <b>07.00 – 07.15</b> <b>WIB</b>  <b>07.15 – 07.45</b> <b>WIB</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak berdo`a sebelum belajar</li> <li>- Asmaul husna</li> <li>- Lagu kebangsaan</li> <li>- Anak membaca do`a-do`a harian</li> <li>- Anak membaca hadist tentang keseharian</li> <li>- Anak menghafal surat surat pendek</li> <li>- Anak baca simak Alqur`an</li> </ul>	
<b>Inti</b> <b>07.45 – 09.15</b> <b>WIB</b>	<p><b>KNOWING (Mengetahui)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak melihat gambar yang dibawa oleh guru (gambar apa saja yang ada di pantai)</li> <li>- Di dalam kelas, guru berdiskusi dengan siswa dan memberikan beberapa pertanyaan pemantik, misalnya:</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“ini gambar?”          “jika ke pantai apa saja yang anak-anak lihat?”          “siapa yang pernah naik perahu?”          “selain naik perahu, kalian naik apa lagi?”</p> </div> <p><b>FEELING (Merasakan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru mengajak siswa untuk merasakan adanya Allah dan mengajak untuk berpikir kritis</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“siapakah yang menciptakan perahu?”          “apakah kalian tidak takut naik perahu?”</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kemudian guru menjelaskan aturan permainan yang akan dilakukan</li> <li>- Guru membuat kelompok menjadi 5 bagian kelompok</li> </ul> <p><b>ACTING (anak memilih kegiatan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru menjelaskan aturan bermain dan memberi contoh bermain papan titian</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>Anak berjalan di atas papan titian berbentuk zigzag dengan membawa dua piring bersi bola tanpa jatuh dari ujung sampai ujung</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papan titian</li> </ul>

<p>09.15– 09.30 WIB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru membagi menjadi 5 bagian kelompok</li> <li>- Anak memulai kegiatan sesuai instruksi dari guru secara bergantian</li> <li>- Guru memonitor gerak dan sikap tanggung jawab yang dimunculkan anak</li> </ul> <p>Cuci tangan, makan siang (istirahat)</p>	
<p>Penutup 09.30-10.00 WIB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Recalling</i> Guru menanyakan perasaan anak hari ini setelah bermain, dan berdiskusi tentang kegiatan hari ini.</li> <li>Guru menanyakan keinginan anak untuk kegiatan selanjutnya</li> <li>- Refleksi  <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>Guru mengajukan pertanyaan refleksi                      “bagaimana kegiatan anak-anak tadi, adakah yang mengalami kesulitan?”                      “apa yang membuat anak-anak suka melakukan kegiatan tadi?”                      “jangan lupa untuk selalu bersyukur kepada Allah atas nikmat sehat yang telah kita terima.”</p> </div> </li> <li>- Berdoa sesudah belajar, salam</li> </ul>	

Lumajang, 30 Januari 2025

Guru Kelas Kelompok B2

Guru Kelas Kelompok B3



Ida Susila, S.Pd

NIP. 197204062008012020



Wasilatul Bariroh, S.Pd

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ

Mengetahui,  
Kepala Sekolah  
TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi



Mujiatoh, S.Pd

**RENCANA PERENCANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)**  
**TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH PANDANWANGI**  
**TAHUN PELAJARAN 2024-2025**

Kelompok/Usia : B2 & B3 / 5-6 tahun  
 Tema/ Topik : Lumajang Kotaku Tercinta / Pegunungan  
 Semester/ Minggu : 2/3  
 Hari/ Tanggal : Senin / 20 Januari 2025

Alur	Kegiatan	Alat bahan
<b>Pembukaan</b> <b>07.00 – 07.15</b> <b>WIB</b>  <b>07.15 – 07.45</b> <b>WIB</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak berdo'a sebelum belajar</li> <li>- Asmaul husna</li> <li>- Lagu kebangsaan</li> <li>- Anak membaca do'a-do'a harian</li> <li>- Anak membaca hadist tentang keseharian</li> <li>- Anak menghafal surat surat pendek</li> <li>- Anak baca simak Alqur'an</li> </ul>	
<b>Inti</b> <b>07.45 – 09.15</b> <b>WIB</b>	<p><b>KNOWING (Mengetahui)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak melihat gambar yang dibawa oleh guru (gambar pantai)</li> <li>- Di dalam kelas, guru berdiskusi dengan siswa dan memberikan beberapa pertanyaan pemantik, misalnya:</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“ini gambar apa?”          “Jika pergi ke Pegunungan biasanya anak-anak naik apa?”          “gunung apa saja yang kamu ketahui di lumajang?”          “jika ke pegunungan apa saja yang anak-anak lihat?”</p> </div> <p><b>FEELING (Merasakan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru mengajak siswa untuk merasakan adanya Allah dan mengajak untuk berpikir kritis</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“siapakah yang menciptakan pegunungan?”          “biasanya kalau pergi ke pegunungan bersama siapa saja?”</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kemudian guru menjelaskan aturan permainan yang akan dilakukan</li> <li>- Guru membuat kelompok menjadi 5 bagian kelompok</li> </ul>	

<p>09.15– 09.30 WIB</p>	<p><b>ACTING (anak memilih kegiatan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru menjelaskan aturan bermain dan memberi contoh bermain papan titian</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>Anak berjalan kesamping di atas papan titian berbentuk persegi menyambung dengan membawa satu piring berisi bola tanpa jatuh dari ujung sampai ujung</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru membagi menjadi 5 bagian kelompok</li> <li>- Anak memulai kegiatan sesuai instruksi dari guru secara bergantian</li> <li>- Guru memonitor gerak dan sikap tanggung jawab yang dimunculkan anak</li> </ul> <p>Cuci tangan, makan siang (istirahat)</p>	<p>- Papan titian</p>
<p><b>Penutup</b> 09.30-10.00 WIB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Recalling</i> Guru menanyakan perasaan anak hari ini setelah bermain, dan berdiskusi tentang kegiatan hari ini. Guru menanyakan keinginan anak untuk kegiatan selanjutnya</li> <li>- Refleksi</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>Guru mengajukan pertanyaan refleksi              “bagaimana kegiatan anak-anak tadi, adakah yang mengalami kesulitan?”              “apa yang membuat anak-anak suka melakukan kegiatan tadi?”              “jangan lupa untuk selalu bersyukur kepada Allah atas nikmat sehat yang telah kita terima.”</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berdo`a sesudah belajar, salam</li> </ul>	

Lumajang, 30 Januari 2025

Guru Kelas Kelompok B2

Guru Kelas Kelompok B3

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
 L E M B E R

Ida Susila, S.Pd  
 NIP. 197204062008012020

Wasilatul Bariroh, S.Pd

Mengetahui,  
 Kepala Sekolah  
 TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi



Mujiznah, S.Pd

**RENCANA PERENCANAAN PEMBELAJARAN HARIAN (RPPH)**  
**TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH PANDANWANGI**  
**TAHUN PELAJARAN 2024-2025**

Kelompok/Usia : B2 & B3 / 5-6 tahun  
 Tema/ Topik : Lumajang Kotaku Tercinta / Pantai  
 Semester/ Minggu : 2/2  
 Hari/ Tanggal : Kamis / 23 Januari 2025

Alur	Kegiatan	Alat bahan
<p><b>Pembukaan</b> 07.00 – 07.15 WIB</p> <p>07.15 – 07.45 WIB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak berdo'a sebelum belajar</li> <li>- Asmaul husna</li> <li>- Lagu kebangsaan</li> <li>- Anak membaca do'a-do'a harian</li> <li>- Anak membaca hadist tentang keseharian</li> <li>- Anak menghafal surat surat pendek</li> <li>- Anak baca simak Alqur'an</li> </ul>	
<p><b>Inti</b> 07.45 – 09.15 WIB</p>	<p><b>KNOWING (Mengetahui)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak melihat gambar yang dibawa oleh guru (gambar apa saja yang ada di pantai)</li> <li>- Di dalam kelas, guru berdiskusi dengan siswa dan memberikan beberapa pertanyaan pemantik, misalnya:</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“ini gambar?”        “jika ke gunung apa saja yang anak-anak lihat?”        “siapa yang pernah naik gunung?”        “jika ada di gunung apa yang kalian rasakan? panas atau dingin?”</p> </div> <p><b>FEELING (Merasakan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Guru mengajak siswa untuk merasakan adanya Allah dan mengajak untuk berpikir kritis</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“siapakah yang menciptakan gunung?”        “jalan menuju gunung bagaimana?”        “apakah kalian tidak takut pergi ke gunung?”</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Kemudian guru menjelaskan aturan permainan yang akan dilakukan</li> <li>- Guru membuat kelompok menjadi 5 bagian kelompok</li> </ul> <p><b>ACTING (anak memilih kegiatan)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak melakukan gerakan lari lalu menendang bola</li> <li>- Anak melakukan berdiri dengan satu kaki selama 30 detik</li> </ul>	<p>- Bola        - Tali        - Kun        - Sound</p>

<p>09.15– 09.30 WIB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Anak berjalan dan melompat melewati rintangan</li> <li>- Anak melambungkan bola dengan satu tangan dan menangkap dengan dua tangan</li> <li>- Anak melakukan gerakan senam irama</li> <li>- Guru hanya menilai perkembangan motoric kasar anak melalui angket</li> </ul> <p>Cuci tangan, makan siang (istirahat)</p>	
<p><b>Penutup</b> 09.30-10.00 WIB</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Recalling</i> Guru menanyakan perasaan anak hari ini setelah bermain, dan berdiskusi tentang kegiatan hari ini.</li> <li>Guru menanyakan keinginan anak untuk kegiatan selanjutnya</li> <li>- Refleksi</li> </ul> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>Guru mengajukan pertanyaan refleksi              “bagaimana kegiatan anak-anak tadi, adakah yang mengalami kesulitan?”              “apa yang membuat anak-anak suka melakukan kegiatan tadi?”              “jangan lupa untuk selalu bersyukur kepada Allah atas nikmat sehat yang telah kita terima.”</p> </div> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berdo`a sesudah belajar, salam</li> </ul>	

Lumajang, 30 Januari 2025

Guru Kelas Kelompok B2

Guru Kelas Kelompok B3



**Ida Susila, S.Pd**  
NIP. 197204062008012020



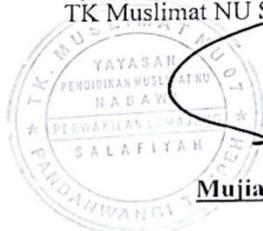
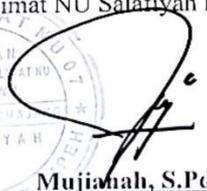
**Wasilatul Bariroh, S.Pd**

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIALI AHMAD SIDDIQ

J E M B E R

Mengetahui,  
Kepala Sekolah

TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi

**Mujannah, S.Pd**

Lampiran 10 Dokumentasi



*Kegiatan Pretest*



*Treatment Pertama*



*Treatment Kedua*



*Treatment Ketiga*



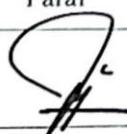
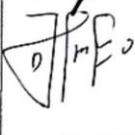
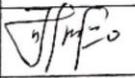
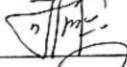
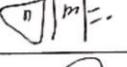
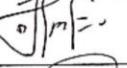
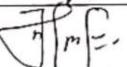
*Treatment Keempat*



*Kegiatan Posttest*

## Lampiran 11 Jurnal Penelitian

**JURNAL KEGIATAN PENELITIAN**  
**TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH PANDANWANGI**

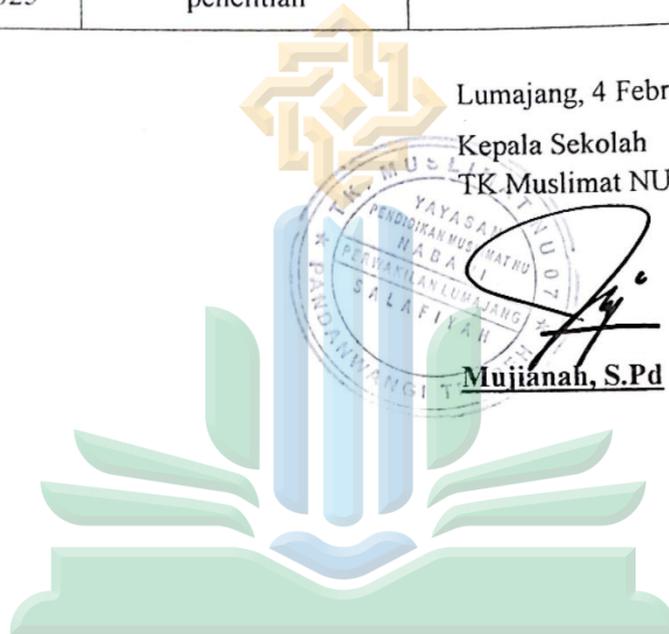
No.	Tanggal	Kegiatan Penelitian	Informan	Paraf
1.	2 Januari 2025	Silaturahmi dan pengantaran surat	Mujianah, S.Pd	
2.	6 Januari 2025	Komunikasi dan validasi angket dengan guru kelas B	Ida Susila, S.Pd	
3.	7 Januari 2025	<i>Pretest</i> dan menyebarkan angket kepada guru TK B	Ida Susila, S.Pd	
			Wasilatul Bariroh, S.Pd	
4.	9 Januari 2025	<i>Treatment</i> pertama dengan papan titian	Ida Susila, S.Pd	
			Wasilatul Bariroh, S.Pd	
6.	13 Januari 2025	<i>Treatment</i> kedua dengan papan titian	Ida Susila, S.Pd	
			Wasilatul Bariroh, S.Pd	
7.	16 Januari 2025	<i>Treatment</i> ketiga dengan papan titian	Ida Susila, S.Pd	
			Wasilatul Bariroh, S.Pd	
8.	20 Januari 2025	<i>Treatment</i> keempat dengan papan titian	Ida Susila, S.Pd	
			Wasilatul Bariroh, S.Pd	
9.	23 Januari	<i>Pretest</i> dan menyebarkan angket kepada guru TK B	Ida Susila, S.Pd	
			Wasilatul Bariroh, S.Pd	
10.	30 Januari 2025	Wawancara terkait sejarah, profil sekolah, dan visi misi	Mujianah, S.Pd	

11.	4 Februari 2025	Meminta surat pernyataan selesai penelitian	Mujianah, S.Pd	
-----	-----------------------	---	----------------	---

Lumajang, 4 Februari 2025

Kepala Sekolah  
TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi

  
Mujianah, S.Pd



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

Lampiran 12 Lembar Validasi Angket dan Media

## LEMBAR VALIDASI AHLI MEDIA

### HASIL NILAI PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR

#### PENGARUH PERMBERIAN *CORE STABILITY EXERCISE*

#### TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6

#### TAHUN

#### DI TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH PANDANWANGI KECAMATAN

#### TEMPEH KABUPATEN LUMAJANG

**Validator** : Riyas Rahmawati, M.Pd

**Jabatan** : Dosen Prodi PIAUD / FTIK

**Instansi** : UIN KHAS Jember

#### A. Petunjuk

1. Untuk memberikan petunjuk penilaian terhadap format penilaian pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun, bapak/ibu cukup memberikan tanda *checklist* (  $\surd$  ) pada kolom yang sudah disediakan.
2. Jika ada yang perlu dikomentari, dapat langsung dituliskan pada naskah.
3. Angka-angka yang terdapat pada kolom yang dimaksud berarti:
  - 1 = buruk sekali
  - 2 = buruk
  - 3 = sedang
  - 4 = baik
  - 5 = sangat baik
4. Huruf-huruf yang terdapat ada kolom yang dimaksud berarti:
  - A = dapat digunakan tanpa revisi
  - B = dapat digunakan dengan revisi sedikit
  - C = dapat digunakan dengan revisi banyak sekali
  - E = tidak dapat digunakan

**B. Penilaian secara umum**

NO	ASPEK YANG DINILAI	PENILAIAN				
		1	2	3	4	5
1.	Kesesuaian pertanyaan dengan indikator					✓
2.	Konsep format angket					✓
3.	Penggunaan bahasa yang baik dan benar					✓
4.	Istilah yang digunakan dapat dan mudah dipahami					✓
5.	Kejelasan huruf dan angka					✓

**C. Penilaian secara khusus**

NO	URAIAN	A	B	C	D	E
1.	penilaian secara umum terhadap format angket pengaruh pemberian <i>core stability exercise</i> terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia 5-6	✓				

**D. Catatan/Saran**

Sudah sangat baik dan bagus.

**E. Kesimpulan**

Angket perkembangan motorik kasar

1. Dapat digunakan tanpa revisi
2. Dapat digunakan dengan revisi sedikit
3. Dapat digunakan dengan revisi banyak
4. Belum dapat digunakan dan masih memerlukan konsultasi

Lingkari salah satu nomor/angka yang sesuai penilaian Bapak/Ibu

Jember, 16 Januari 2025

Validator



**Rivas Rahmawati, M.Pd**  
NIP. 19871222019032005

**LEMBAR VALIDASI AHLI MEDIA  
PAPAN TITIAN (PAPAN KESEIMBANGAN)**

**Validator** : Riyas Rahmawati, M.Pd  
**Jabatan** : Dosen Prodi PIAUD / FTIK  
**Instansi** : UIN KHAS Jember  
**Judul** : Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Muslimat Nu Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang

**A. Petunjuk**

- a. Lembar validasi di isi oleh ahli media
- b. Berdasarkan pendapat Bapak/Ibu, berilah tanda *checklist* ( ✓ ) pada kolom “ya” jika pertanyaan sesuai dan “tidak” jika pertanyaan tidak sesuai.

NO	ELEMEN YANG DIVALIDASI	KRITERIA PENILAIAN	
		Ya	Tidak
1.	Media sesuai dengan indikator perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun	✓	
2.	Media cocok untuk anak usia dini	✓	
3.	Media mudah digunakan oleh anak	✓	
4.	Media aman digunakan oleh anak	✓	
5.	Media dapat menarik perhatian anak	✓	
6.	Bahan-bahan yang digunakan tergolong aman	✓	
7.	Dapat bertahan dalam jangka waktu yang lama	✓	

**B. Catatan/Saran**

Sudah bagus dan sangat cocok untuk mengembangkan motorik kasar anak.

**C. Kesimpulan**

1. Layak digunakan tanpa revisi
2. Layak digunakan dengan revisi
3. Tidak layak digunakan

Lingkari salah satu nomor/angka yang sesuai penilaian Bapak/Ibu



Jember, 16 Januari 2025

Validator

**Rivas Rahmawati, M.Pd**  
NIP. 19871222019032005

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## LEMBAR VALIDASI

## ANGKET PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR

PENGARUH PERMBERIAN *CORE STABILITY EXERCISE*  
 TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA 5-6 TAHUN  
 DI TK MUSLIMAT NU SALAFIYAH PANDANWANGI KECAMATAN TEMPEH  
 KABUPATEN LUMAJANG

Validator : Ida Susila, S.Pd  
 Jabatan : Guru Kelas  
 Instansi : Tk Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi

## A. Petunjuk

1. Untuk memberikan petunjuk penilaian terhadap format angket pengaruh pemberian *core stability exercise* terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun, bapak/ibu cukup memberikan tanda *checklist* (✓) pada kolom yang sudah disediakan.
2. Jika ada yang perlu dikomentari, dapat langsung dituliskan pada naskah.
3. Angka-angka yang terdapat pada kolom yang dimaksud berarti:
  - 1 = buruk sekali
  - 2 = buruk
  - 3 = sedang
  - 4 = baik
  - 5 = sangat baik
4. Huruf-huruf yang terdapat ada kolom yang dimaksud berarti:
  - A = dapat digunakan tanpa revisi
  - B = dapat digunakan dengan revisi sedikit
  - C = dapat digunakan dengan revisi banyak sekali
  - E = tidak dapat digunakan

**B. Penilaian secara umum**

NO	ASPEK YANG DINILAI	PENILAIAN				
		1	2	3	4	5
1.	Kesesuaian pertanyaan dengan indikator					✓
2.	Konsep format angket				✓	
3.	Penggunaan bahasa yang baik dan benar					✓
4.	Istilah yang digunakan dapat dan mudah dipahami					✓
5.	Kejelasan huru dan angka				✓	

**C. Penilaian secara khusus**

NO	URAIAN	A	B	C	D	E
1.	penilaian secara umum terhadap format angket pengaruh pemberian <i>core stability exercise</i> terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia 5-6		✓			

**D. Catatan/Saran**

.....  
 .....

**E. Kesimpulan****Angket perkembangan motorik kasar**

1. Dapat digunakan tanpa revisi
- ②. Dapat digunakan dengan revisi sedikit
3. Dapat digunakan dengan revisi banyak
4. Belum dapat digunakan dan masih memerlukan konsultasi

Lingkari salah satu nomor/angka yang sesuai penilaian Bapak/Ibu

J E M B E R

Lumajang, 6 Januari 2025

Validator

IDA SUSILA, S.Pd  
 NIP. 197204062008012026

**LEMBAR VALIDASI MEDIA**  
**PAPAN TITIAN (PAPAN KESEIMBANGAN)**

**Validator** : Ida Susila, S. Pd  
**Jabatan** : Guru kelas  
**Instansi** : TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi  
**Judul** : Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Muslimat Nu Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang .

**A. Petunjuk**

- a. Lembar validasi di isi oleh ahli media
- b. Berdasarkan pendapat Bapak/Ibu, berilah tanda *checklist* (✓) pada kolom “ya” jika pertanyaan sesuai dan “tidak” jika pertanyaan tidak sesuai.

NO	ELEMEN YANG DIVALIDASI	KRITERIA PENILAIAN	
		Ya	Tidak
1.	Media sesuai dengan indikator perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun	✓	
2.	Media cocok untuk anak usia dini	✓	
3.	Media mudah digunakan oleh anak	✓	
4.	Media aman digunakan oleh anak	✓	
5.	Media dapat menarik perhatian anak	✓	
6.	Bahan-bahan yang digunakan tergolong aman	✓	
7.	Dapat bertahan dalam jangka waktu yang lama	✓	

**B. Catatan/Saran**

.....*Locok untuk mengembangkan motorik kasar anak*.....  
 .....

**C. Kesimpulan**

- ①. Layak digunakan tanpa revisi
2. Layak digunakan dengan revisi
3. Tidak layak digunakan

**Lingkari salah satu nomor/angka yang sesuai penilaian Bapak/Ibu**



Lumajang....., 6 Januari..... 2025

Validator

*[Handwritten Signature]*

IDA SUSILA, S.Pd  
NIP. 197204062008012020

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
J E M B E R

## Lampiran 13 Surat Permohonan Penelitian



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**  
**FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

Jl. Mataram No. 01 Mangli. Telp.(0331) 428104 Fax. (0331) 427005 Kode Pos: 68136  
 Website:www.http://ftik.uinkhas-jember.ac.id Email: tarbiyah.iainjember@gmail.com

Nomor : B-9779/In.20/3.a/PP.009/01/2025

Sifat : Biasa

Perihal : **Permohonan Ijin Penelitian**

Yth. Kepala TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi  
 Jl. KH. Wachid Hasyim 211 Pandanwangi, Tempeh, Lumajang

Dalam rangka menyelesaikan tugas Skripsi pada Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan, maka mohon diijinkan mahasiswa berikut :

NIM : 214101050002  
 Nama : ARINA KHIKMATUL MAULA  
 Semester : Semester delapan  
 Program Studi : PENDIDIKAN ISLAM ANAK USIA DINI

untuk mengadakan Penelitian/Riset mengenai "Pengaruh Pemberian Core Stability Exercise Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia 5-6 Tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang" selama 30 ( tiga puluh ) hari di lingkungan lembaga wewenang Bapak/Ibu Mujianah, S.Pd

Demikian atas perkenan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Jember, 01 Januari 2025

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
 JEMBER

Dekan,  
 Wakil Dekan Bidang Akademik,  
 KHOTIBUL UMAM



## Lampiran 14 Surat Selesai Penelitian



**Yayasan Salafiyah Al Yasiny  
TK Muslimat NU Salafiyah  
Pandanwangi-Tempeh-Lumajang**

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN

Nomor : 04/TK.MNU.SLF/II/2025

Yang bertanda tangan dibawah ini,:

Nama : MUJIANAH, S.Pd  
 NUPTK : 2746747650300032  
 Jabatan : Kepala Sekolah

Dengan ini menerangkan bahwa

Nama : ARINA KHIKMATUL MAULA  
 NIM : 214101050002  
 Asal Universitas : UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember  
 Fakultas : Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan  
 Program studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Telah melaksanakan penelitian di TK Muslimat Nu Salafiyah Pandanwangi kecamatan Tempeh mulai 06 Januari 2025 sampai 04 Februari 2025 untuk memperoleh data guna penyusunan Tugas Akhir Skripsi dengan judul “ Pengaruh Pemberian Core Stability Exercise Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5 – 6 Tahun di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang.”

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk digunakan seperlunya.

Tempeh, 4 Februari 2025

Kepala TK MNU SALAFIYAH

MUJIANAH, S.Pd

## Lampiran 15 Hasil Turnitin



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER**  
 Jl. Mataram No. 1 Mangli, Jember Kode Pos 68136  
 Telp. (0331) 487550 Fax (0331) 427005 e-mail: info@uin-khas.ac.id  
 Website: www.uinkhas.ac.id

**SURAT KETERANGAN LULUS CEK TURNITIN**

Bersama ini disampaikan bahwa karya ilmiah yang disusun oleh

Nama : Arina Khikmatul Maula

NIM : 214101050002

Program Studi : Pendidikan Islam Anak Usia Dini

Judul Karya Ilmiah : Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi Kecamatan Tempeh Kabupaten Lumajang

telah lulus cek similarity dengan menggunakan aplikasi turnitin UIN KHAS Jember dengan skor akhir sebesar (22,6 %)

1. BAB I : 30 %
2. BAB II : 27 %
3. BAB III : 30 %
4. BAB IV : 16 %
5. BAB V : 10 %

Demikian surat ini disampaikan dan agar digunakan sebagaimana mestinya.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ  
 JEMBER

Jember, 18 Maret 2025

Penanggung Jawab Turnitin  
 FTIK UIN KHAS Jember

(LAILY YUNITA SUSANTI)

NB: 1. Melampirkan Hasil Cek Turnitin per Bab.

2. Skor Akhir adalah total nilai masing-masing BAB kemudian di bagi 5.

**BIODATA PENULIS**

Nama : Arina Khikmatul Maula  
NIM : 214101050002  
Tempat, Tanggal Lahir : Lumajang, 02 Desember 2001  
Alamat Lengkap : Dusun Krajan II RT01/RW03 Desa Pandanwangi,  
Kecamatan Tempeh, Kabupaten Lumajang  
Jurusan/Prodi : Pendidikan Islam dan Bahasa / Pendidikan Islam  
Anak Usia Dini  
Agama : Islam  
No. Hp : 081553894894  
Riwayat Pendidikan :  
1. TK Muslimat NU Salafiyah Pandanwangi  
2. MI Salafiyah Pandanwangi  
3. SMP Negeri 1 Tempeh  
4. SMA Negeri 1 Tempeh