

EFEKTIVITAS INTERVENSI FUNDAMENTAL MOTOR SKILL (FMS) TERHADAP KOMPETENSI MOTORIK ANAK USIA DINI

Nurul Aulia Lailatul Udl-hiyah¹⁾, Warananingtyas Palupi²⁾, Muhammad Munif Syamsuddin³⁾

Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Universitas Sebelas Maret

nurulaulialu@student.uns.ac.id

ABSTRACT

This experimental study aimed to determine the effectiveness of Fundamental Motor Skill (FMS) intervention on improving children's motor competence. The samples used were 26 kindergarten children in group B in RA Riyadhus Sholihin which were selected by non probability sampling. The data were collected by using performance, observation and documentation that measured the development of motoric competencies of children aged 5-6 years. The data analysis technique in this study used parametric statistic T-test with paired t-test to compare the results of the pre-test and posttest. The findings showed an increase in the average pretest and posttest scores of children's motor competencies after the administration of Fundamental Motor Skill (FMS) intervention treatment. Fundamental Motor Skill (FMS) Intervention Treatment resulted in an increase in children's motor competence as evidenced by an increase in the average posttest value compared to the pretest value. The pretest obtained an average score of 57.12 and increased to 73.73 when posttest. Hypothesis tests showed that fundamental Motor Skill (FMS) interventions effective in increasing the motor competence of children aged 5-6 years were accepted because they had a significance value of ≤ 0.05 . The implication is that the Fundamental Motor Skill (FMS) intervention helps children aged 5-6 years to improve motor competence.

Keywords: *FMS, motor competence of children*

EFEKTIVITAS INTERVENSI FUNDAMENTAL MOTOR SKILL (FMS) TERHADAP KOMPETENSI MOTORIK ANAK USIA DINI

Abstrak: Penelitian eksperimen ini bertujuan mengetahui efektivitas intervensi Fundamental Motor Skill (FMS) terhadap peningkatan kompetensi motorik anak usia 5-6 tahun. Sampel yang digunakan berjumlah 26 anak kelompok B di RA Riyadhus Sholihin yang dipilih secara non-probability sampling. Data dikumpulkan menggunakan unjuk kerja, observasi dan dokumentasi yang mengukur tingkat kompetensi motorik anak usia 5-6 tahun. Teknik analisis data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan statistik parametrik Uji T dengan paired t-test untuk mengetahui perbandingan hasil dari sebelum (pretest) dan sesudah (posttest). Temuan penelitian menunjukkan terjadi peningkatan rata rata nilai pretest dan posttest kompetensi motorik anak setelah pemberian treatment intervensi Fundamental Motor Skill (FMS). Treatment Intervensi Fundamental Motor Skill (FMS) mengakibatkan peningkatan kompetensi motorik anak yang dibuktikan dari peningkatan hasil rerata nilai posttest dibandingkan nilai pretest. Pretest memperoleh nilai rata rata sebesar 57,12 dan meningkat menjadi 73,73 ketika posttest. Uji hipotesis menunjukkan intervensi Fundamental Motor Skill (FMS) efektif dalam peningkatan kompetensi motorik anak usia 5-6 tahun diterima karena memiliki nilai signifikansi $\leq 0,05$. Implikasinya intervensi Fundamental Motor Skill (FMS) membantu anak usia 5-6 tahun untuk meningkatkan kompetensi motorik.

Kata Kunci: *FMS, motorik anak*

PENDAHULUAN

Pada masa usia dini merupakan momentum yang tepat untuk mengembangkan perilaku sehat anak

guna meningkatkan ketrampilan motorik [1]. Masa prasekolah merupakan masa yang sangat kritis untuk pengembangan perilaku gaya

hidup sehat [2]. Oleh karena itu sangat penting bagi kita untuk mengintegrasikan aktivitas fisik ke dalam kehidupan anak-anak serta memfasilitasinya menjaga gaya hidup sehat hingga dewasa [3].

Aktivitas fisik dikatakan sebagai kebutuhan dasar bagi anak yang dapat menentukan perkembangan fisik motoriknya dan juga berkaitan dengan perkembangan emosional, psikososial dan kognitifnya [4]. Studi lain juga menyepakati hal tersebut, bahwa aktivitas motorik kasar pada anak usia tiga sampai empat tahun berhubungan positif dengan kemampuan akademik anak seperti matematika [5]. Masa terpenting untuk mengembangkan ketrampilan motorik dasar adalah semasa kanak-kanak. Selain itu pencapaian ketrampilan motorik semasa kanak-kanak menjadi prasyarat penting untuk partisipasi aktivitas fisik anak dimasa yang akan datang [6]. Dalam kata lain aktivitas fisik anak akan mempengaruhi tingkat kesehatannya saat ini dan masa yang akan datang.

Hasil observasi dan wawancara dengan guru kelompok B menghasilkan bahwa perkembangan fisik motorik anak kelompok B mayoritas sudah mencapai STTPA akan tetapi sebagian besar anak masih belum bisa mengontrol gerakannya. Proses pembelajaran fisik motorik yang dilakukan guru yaitu gerak & lagu didalam kelas dan jalan sehat setiap hari jumat. Hal tersebut mengakibatkan kurangnya waktu untuk menstimulus perkembangan motorik kasar anak. Kurangnya kesempatan dan aktivitas gerak mengakibatkan kurangnya kompetensi motorik anak sehingga perlu adanya sebuah cara untuk mengatasi permasalahan tersebut.

Penelitian ini bertujuan untuk

mengetahui efektivitas Intervensi (FMS) Fundamental Motor Skill terhadap kompetensi motorik anak usia 5-6 tahun. Intervensi FMS adalah program yang bertujuan untuk mempromosikan kemahiran dalam keterampilan gerakan dasar agar memaksimalkan kesehatan dan kesejahteraan anak-anak dengan memotivasi dan memfasilitasi aktivitas fisik seumur hidup [7]. Program ini terdiri dari tiga kategori kompetensi motorik kasar yaitu keterampilan lokomotor, keterampilan manajemen tubuh dan keterampilan pengendalian objek. Tugas lokomotor seperti melompat jauh lalu berdiri dan lompat setengah putaran, sedangkan tugas kontrol objek seperti lemparan lengan atas, menendang bola, menjebak bola dan menangkap bola. Untuk tugas manajemen tubuh contohnya adalah berdiri dengan satu kaki dan log roll.

Intervensi Fundamental Motor Skill

Intervensi Fundamental Motor Skill (FMS) adalah program yang bertujuan untuk mempromosikan kemahiran dalam keterampilan gerakan dasar agar memaksimalkan kesehatan dan kesejahteraan anak-anak dengan memotivasi dan memfasilitasi aktivitas fisik seumur hidup [7]. Program ini terdiri dari tiga kategori kompetensi motorik kasar yaitu keterampilan lokomotor, keterampilan manajemen tubuh dan keterampilan pengendalian objek. Sebuah studi menunjukkan bahwa intervensi gerakan fisik, dengan fokus pada pengembangan keterampilan lokomotor, yang dilakukan oleh penyedia penitipan anak dengan atau tanpa keterlibatan orang tua sama

efektifnya dalam meningkatkan keterampilan lokomotor di antara anak-anak prasekolah. Intervensi keterampilan motorik dasar anak usia dini dapat memberikan kesempatan kepada anak-anak untuk berlatih dan menguasai FMS (*Fundamental Motor Skill*) melalui kegiatan yang terstruktur dan tidak terstruktur. Intervensi FMS telah terbukti efektif dalam meningkatkan kompetensi motorik anak.

Kompetensi Motorik

Kompetensi motorik merupakan istilah yang dipahami secara umum yang menggambarkan tingkat dimana anak-anak dapat melaksanakan keterampilan motorik sebagai dasar motorik kasar untuk di masa mendatang [2]. Kompetensi motorik dianggap sebagai unsur penting untuk perkembangan sosial, kognitif dan fisik anak karena pada masa prasekolah ini adalah waktu yang paling ideal untuk mengembangkan keterampilan motorik mendasar. Anak-anak prasekolah harus diberi sarana untuk membangun fondasi keterampilan dasar yang dapat dikembangkan sepanjang anak usia dini dan menengah. Kompetensi motorik adalah kemampuan untuk melakukan perilaku motorik yang terampil [8]. Kompetensi ini harus dianggap sebagai aspek penting dari perkembangan selama masa kanak-kanak. Penelitian telah menunjukkan bahwa anak-anak dengan kompetensi motorik rendah atau masalah koordinasi beresiko mengalami berbagai kesulitan psikologis dimasa anak-anak maupun dimasa remaja. Gangguan koordinasi secara signifikan berdampak pada kemungkinan keikutsertaan anak dalam aktivitas fisik dan mempengaruhi kinerja keseluruhan pada komponen kebugaran fisik yang berbeda dan juga menyebabkan

terjadinya obesitas.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di RA Riyadhus Sholihin pada kelompok B. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik analisis data statistik parametrik Uji T dengan paired t-test untuk mengetahui perbandingan hasil dari sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) perlakuan kepada kelompok eksperimen. Metode penelitian yang digunakan adalah quasi eksperimen dengan desain one group before-after design.

Sampel penelitian diambil dari peserta didik kelas B yaitu 26 anak menggunakan non-probability sampling dengan sampling jenuh. Teknik pengumpulan data menggunakan unjuk kerja, observasi, dan dokumentasi. Sedangkan teknik analisis data menggunakan uji t-test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini bahwa pretest mempunyai nilai rata-rata sebesar 57,12 dan standar deviasi sebesar 4,625. Sedangkan posttest mempunyai nilai rata-rata sebesar 73,73 dan standar deviasi sebesar 5,265. Berdasarkan data rata-rata diketahui bahwa kelompok posttest lebih memiliki rata-rata yang lebih baik.

Tabel 1. Deskripsi Data

	Mean	N	Std. Deviation
POSTTEST	73.73	26	5.265
PRETEST	52.12	26	4.625

Untuk mengetahui intervensi Fundamental Motor Skill (FMS) efektif dalam meningkatkan kompetensi motorik anak kelompok B

RA Riyadhus Sholihin menggunakan uji t. Hasil perhitungan menggunakan SPSS diperoleh sebagai berikut.

Tabel 2. Uji t Paired

Kelompok	t	df	Sig. (2-tailed)
POSTTEST-	10.23	25	.000
PRETEST	2		

Berdasarkan hasil uji t paired diperoleh nilai t hitung sebesar 10,232 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih kecil dari pada 0,05 sehingga dapat diketahui bahwa nilai signifikansi hitung lebih kecil daripada nilai signifikansi penelitian. Kesimpulan ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara data pretest dan data posttest. Hasil uji tersebut menunjukkan bahwa hipotesis mengenai efektivitas Fundamental Motor Skill terhadap kompetensi motorik anak usia 5-6 tahun diterima dilihat dari penilaian pretest posttest.

Peneliti juga ingin mengetahui indikator mana yang paling dipengaruhi peningkatannya oleh intervensi Fundamental Motor Skill (FMS). Hal tersebut dilihat dari adanya selisih rerata pretest dan posttest tiap item indikator yang dinilai oleh peneliti dapat disajikan dalam tabel di bawah ini.

Tabel 3 Rekapitulasi Hasil Kompetensi Motorik Per Indikator

No	Domain	Indikator	Posttest	
			F	%
1	Kelincahan & Koordinasi	Memindahkan bola dengan digenggam dari kotak ke kotak	17	65,4
		Melewati sebuah lingkaran (berjalan mengelilingi)	22	84,6
		Melompat	24	92,3
		Berguling	24	92,3
		kesamping di lantai		

2	Keseimbangan	Melompat masuk dan keluar dari sebuah lingkaran	21	80,80
		Berjalan maju pada sebuah garis	16	61,5
3	Waktu reaksi	Berjalan mundur pada sebuah garis	18	69,2
		Melompat masuk dan keluar dari sebuah lingkaran	14	53,8
4	Kekuatan	Menangkap tongkat	16	61,5
		Menangkap cincin	18	69,2
5	Kecepatan	Melompat tali	22	84,6
		Melompat masuk dan keluar dari sebuah lingkaran	16	61,5
6	Ketepatan	Menempatkan titik pada selembar kertas (menebalkan garis)	16	61,5
		Melompat ke samping dengan tali	19	73,1
7	Motorik Halus	Memindah bola dari kotak ke kotak	15	57,7
		Melempar bola pada target	17	65,4
		Memindahkan permainan bentuk geometri	18	69,2
		Menempatkan titik pada selembar kertas	14	53,8
		Menggenggam tisu	16	61,5
		Memindahkan permainan	15	57,7

Berdasarkan temuan uji hipotesis menyatakan bahwa terdapat efektivitas intervensi *Fundamental Motor Skill (FMS)* sebagai variasi kegiatan untuk meningkatkan kompetensi motorik anak. Hasil dari rerata kompetensi motorik anak didapat dari *pretest* dan *posttest* dari anak usia 5-6 tahun yang mengalami peningkatan pada kompetensi motorik. Hasil hipotesis diketahui bahwa hipotesis diterima namun sumbangan tingkat efektif yang diberikan berbeda setiap indikatornya dilihat dari rata rata hasil test setelah diberikan perlakuan memiliki perbedaan antara kelompok pretest dan kelompok posttest. Peneliti menduga karena adanya banyak

faktor lain yang kurang intervensinya pada domain tertentu seperti domain motorik halus. Hasil penelitian menunjukkan intervensi *Fundamental Motor Skill (FMS)* efektif terhadap kompetensi motorik anak usia 5-6 tahun.

Hasil penelitian ini mengkonfirmasi penelitian yang telah dilakukan tentang intervensi *Fundamental Motor Skill (FMS)* menjadi cara yang efektif meningkatkan ketrampilan motorik dan aktivitas fisik selama sesi [9].

Anak-anak dengan kesehatan cukup akan menjadikan anak sehat secara fisik dan terampil dalam banyak kegiatan dalam setiap aktivitas. Selanjutnya anak-anak dengan kompetensi motorik yang tinggi akan berdampak pada kesehatannya. Kompetensi motorik sangat berhubungan dengan kesehatan, kebugaran dan kestabilan berat badan [10]. Kompetensi motorik erat hubungannya dengan berbagai kesehatan yang dirasakan, kebugaran dan pengembangan kognitif yang baik [3].

Dari hasil dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa program intervensi *Fundamental Motor Skill (FMS)* secara signifikan meningkatkan kompetensi motorik pada anak usia 5-6 tahun. Terbukti anak mampu mendapatkan skor jauh lebih baik dari skor kompetensi motorik umum. Dalam program ini anak difasilitasi kebutuhan aktifitas fisiknya. Masa terpenting untuk mengembangkan ketrampilan motorik dasar adalah semasa kanak kanak [6]. Selain itu pencapaian ketrampilan motorik semasa kanak kanak menjadi prasyarat penting untuk partisipasi aktivitas fisik anak dimasa yang akan datang. Dalam kata lain aktivitas fisik anak akan mempengaruhi tingkat kesehatannya saat ini dan masa yang

akan datang. Apabila kegiatan pemberian intervensi *Fundamental Motor Skill (FMS)* ini diterapkan secara berkala maka kesehatan fisik dan mental akan selalu terjaga. Anak-anak yang tumbuh secara sehat akan lebih mungkin dalam mengoptimalkan segala potensi dan keterampilannya.

SIMPULAN

Simpulan penelitian ini adalah terdapat perbedaan keberhasilan intervensi *Fundamental Motor Skill (FMS)* terhadap kompetensi motorik anak dengan tingkat efektivitas tertentu yaitu pada domain kelincahan dan koordinasi, keseimbangan, waktu reaksi, kekuatan, kecepatan, ketepatan, dan motorik halus. Kelompok *posttest* lebih meningkat setelah adanya intervensi *Fundamental Motor Skill (FMS)* melalui pola gerakan yang melibatkan bagian-bagian tubuh yang berbeda seperti kaki, lengan, kepala, dan termasuk keterampilan seperti berjalan, melompat, menangkap, melempar, memukul dan menyeimbangkan. Domain yang paling dominan dari kompetensi motorik anak adalah kelincahan dan koordinasi. Sedangkan yang kurang dominan pada domain motorik halus.

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan terkait intervensi *Fundamental Motor Skill (FMS)* yang digunakan untuk mencapai kompetensi motorik yang ideal di sekolah ini. Intervensi *Fundamental Motor Skill* memberikan dampak positif dan hasil maksimal bagi kompetensi motorik anak karena selama *treatment* yang dilakukan peneliti memberikan stimulus bagi keseluruhan aspek fisik motorik anak. Baik pada motorik halus hingga motorik kasar. Penggunaan Intervensi *Fundamental Motor Skill (FMS)* saat kegiatan belajar mengajar dapat

memberikan suasana kelas yang lebih segar dan menyenangkan sehingga anak tidak merasa bosan dan selalu bersemangat dengan pembelajaran.

Penulis memberikan saran agar peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik yang serupa melakukan metode dan jenis penelitian yang berbeda dengan melakukan observasi longitudinal agar mendapat gambaran lebih lanjut mengenai intervensi *Fundamental Motor Skill (FMS)* terhadap kompetensi motorik anak secara lebih mendalam. Kemudian penulis juga menyarankan untuk digunakannya alat ukur yang berbeda yang dapat mengukur kompetensi motorik anak pada area yang lebih luas dengan jumlah butir yang lebih banyak. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk melakukan improvisasi pada karakteristik partisipan baik dengan jumlah yang lebih banyak maupun dengan kriteria lain seperti usia yang berbeda agar dapat mengkaji topik ini secara lebih luas lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Henrique, R. S., Ré, A. H., Stodden, D. F., Fransen, J., Campos, C. M., Queiroz, D. R., et al. (2016). *Association between sports participation, motor competence and weight status: A longitudinal study*. Journal of Science and Medicine in Sport 19, 825-829.
- [2] True, L., Pfeiffer, K. A., Dowda, M., Williams, H. G., Brown, W. H., O'Neill, J. R., et al. (2017). *Motor competence characteristics within and the preschool environment*. Journal of Science and Medicine in Sport 20, 751-755.
- [3] Zeng, N., Ayyub, M., Sun, H., Wen, X., Xiang, P., & Gao, Z. (2017). *Effects of Physical Activity on Motor Skills and Cognitive Development in Early Childhood: A Systematic Review*. A BioMed Research International, 1-13.
- [4] Syamsuddin, M. M., Pudyaningtyas, A. R., & Parwatiingsih, S. A. (2019). *Kompetensi Motorik Anak Usia Dini: Keterkaitannya Dengan Kognitif, Afektif, dan Kesehatan*. Jurnal Ilmiah VISI PGTK PAUD dan Dikmas Vol 14 Issue 2, 123-132.
- [5] Oberer, N., Gashaj, V., & Roebbers, C. M. (2017). *Motor skills in kindergarten: Internal structure, cognitive correlates and relationships to background variables*. Human Movement Science 52, 170-180.
- [6] Loprinzi, P. D., Davis, R. E., & Fu, Y.-C. (2015). *Early motor skill competence as a mediator of child and adult physical activity*. Preventive Medicine Reports 2, 833-838.
- [7] Breslin, G., Murphy, M., McKee, D., Delaney, B., & Dempster, M. (2012). *The effect of teachers trained in a fundamental movement skills programme on children's self-perceptions and motor competence*. European Physical Education Review 18(1), 114-126.
- [8] Haugen, T., & Johansen, B. T. (2018). *Difference in physical fitness in children with initially high and low gross motor competence: A ten-year follow-up study*. Human Movement Science, 62 (October), 142-149.
- [9] Palmer, K. K., Chinn, K. M., & Robinson, L. E. (2018). *the effect of the CHAMP intervention on fundamental*



motor skills and outdoor physical activity in preschoolers. Journal of Sport and Health Science 8, 98-105.

- [10] Herrmann, C., Heim, C. & Seelig, H. (2017). *Construct and correlates of basic motor competencies in primary school-aged children.* Journal of Sport and Health Science. 20. 1-8.