

# PENGARUH PENERAPAN KEGIATAN BERKEBUN TERHADAP PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK ANAK

Tiara Ratnasari<sup>1</sup>, Yudianto Sujana, S.Kom, M.Kom<sup>1</sup>, Adriani Rahma  
Pudyaningtyas, S.Psi., M.A.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi PG PAUD, Universitas Sebelas Maret

Email: tiararatnasari@gmail.com, yudianto.sujana@gmail.com, Rin\_sweet@yahoo.com

**ABSTRAK** penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan kegiatan berkebun terhadap perkembangan fisik motorik anak usia 5-6 tahun. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif quasi eksperimen dengan menggunakan desain *time series*. Sampel penelitian ini adalah 29 anak usia 5-6 tahun di TK Bhakti 03 Karangpandan. Data dikumpulkan menggunakan tes untuk mengukur perkembangan fisik motorik anak. Analisis data menggunakan *paired sample t-test* dengan SPSS 15 for windows. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh penerapan kegiatan berkebun terhadap perkembangan fisik motorik anak.

**Kata Kunci:** kegiatan berkebun, perkembangan fisik motorik, pendidikan anak usia dini.

## ABSTRACT

*This research aims to reveal the influence of applying gardening activity toward the growth of physical motoric children in age 5-6. This research is a quantitative quasi-experiment using time series design. The sampel of this research is 29 children of age 5-6 in Bhakti 03 kindergaster Karangpandan. The data was collected through test to measure the growth of children's physical motoric. The data analysis used paired sample t-test with SPSS 15 for windows. The result of the research shows that applying gardening activity is influencing the growth of children's physical motoric.*

*Key word: Gardening activity, the growth of children's physical motoric, play group*

## PENDAHULUAN

Anak usia dini yaitu usia 0-6 tahun merupakan masa emas (*the golden age*). Hal tersebut ditunjukkan dengan potensi dan kecerdasan yang telah mulai terbentuk. Oleh karena itu, pendidikan harus dilakukan sejak dini untuk menciptakan generasi yang berkualitas (Suyadi, 2010).

Salah satu aspek perkembangan anak yang penting untuk dioptimalkan adalah perkembangan fisik motorik. Suyadi (2010) menyatakan bahwa perkembangan fisik motorik merupakan perkembangan jasmaniah melalui kegiatan pusat saraf, urat saraf, dan otot yang terkoordinasi. Perkembangan fisik motorik memegang peranan utama untuk membentuk gerak lentur tubuh anak.

Hildayani, dkk (2008) menyatakan bahwa tidak semua anak usia dini mengalami perkembangan motorik yang optimal sesuai dengan penambahan usia. Masalah seringkali muncul ketika perkembangan fisik motorik anak usia dini tidak berjalan secara optimal. Masalah dalam keterampilan motorik, yaitu ketidakmampuan dalam mengatur

keseimbangan, reaksi yang kurang cepat, dan koordinasi mata tangan yang kurang baik. Wiyani (2014) berpendapat anak yang kurang mampu dalam mengatur keseimbangan akan kesulitan dalam mengontrol gerakan anggota tubuh. Anak yang lambat bereaksi akan kesulitan dalam menghadapi sesuatu yang muncul dihadapan anak. Koordinasi mata dan tangan yang kurang baik membuat anak terlihat ceroboh karena biasanya gerakan tangan anak terlihat kacau (Hildayani, dkk, 2008).

Cara yang dapat dilakukan dalam mengembangkan fisik motorik kasar dan motorik halus pada anak usia dini meliputi bola kecil yang digelindingkan dan dipantul-pantulkan, bola tangan yang dilempar, ditangkap dan dimasukkan ke dalam keranjang, tali karet untuk bermain lompat-lompatan, titian untuk meniti sambil melihat lurus ke depan serta membentuk lilin mainan, menggambar mata ayam, melukis dengan jari dan telapak tangan, menjiplak gambar dan mewarnai, menggunting dan memotong, melipat kertas (Wiyani, 2014).

Perlu adanya kegiatan untuk meningkatkan perkembangan fisik motorik anak. Beetlestone (2012) menyatakan bahwa kegiatan berkebun dapat memberikan kesempatan kepada anak untuk melakukan aktivitas fisik, pelepasan energi fisik serta lebih menonjolkan gerakan-gerakan fisik. Hal itu juga didukung dengan pendapat lain yaitu melakukan school gardens dapat meningkatkan aktivitas fisik anak (Wells & Nancy, 2014).

Kegiatan berkebun memberikan kesempatan kepada anak untuk mengeksplorasi dan mengamati lingkungan sekitar serta diberi kebebasan untuk mengembangkan imajinasi dan dijadikan sarana untuk belajar sambil bermain (Sutrisno & Harjono, 2005). Hal itu didukung dengan penelitian bahwa kegiatan berkebun dapat dijadikan sarana untuk bermain yang dapat mengembangkan kecerdasan naturalistik serta memupuk rasa tanggung jawab dan melatih kesabaran anak (Herdianing, 2014).

Mónks (Knoers, Dekker, Vegt & Nijmegen, 2014) menjelaskan bahwa Perkembangan dapat diartikan sebagai sebagai proses yang kekal dan tetap menuju kearah suatu organisasi pada tingkat integrasi yang lebih tinggi berdasarkan pertumbuhan, pematangan, dan belajar. Tugas-tugas perkembangan berkaitan dengan sikap, perilaku, atau keterampilan yang seyogyanya dimiliki oleh individu sesuai dengan usia atau fase perkembangannya (Yusuf, 2011).

Perkembangan fisik adalah pertumbuhan dan perubahan yang terjadi pada tubuh/badan/jasmani seseorang. Perkembangan fisik juga disertai dengan berkembangnya otot dan tulang, semakin dewasa otot-otot menjadi lebih panjang dan lebih besar (Hildayani, dkk, 2008). perkembangan motorik adalah proses seorang anak berkembang sejalan dengan kematangan otot dan saraf serta terampil menggerakkan anggota tubuh dalam penendalian gerak jasmaniah melalui kegiatan pusat saraf dan urat saraf (Marliza, 2012).

Wiyani (2014) berpendapat bahwa perkembangan motorik yang kasar memunculkan keterampilan motorik kasar, sedangkan perkembangan motorik yang halus memunculkan keterampilan motorik halus. Keterampilan motorik kasar meliputi, merangkak, berlari, melompat, melempar, dan berjongkok, sedangkan keterampilan motorik halus misalnya,

menggenggam, memegang, merobek, menggunting, melipat, mewarnai, menggambar, dan menulis.

Teori Dave (dalam Suyadi, 2010) mengembangkan teori Bloom dengan mengklasifikasikan domain psikomotorik ke dalam lima kategori, yang dijadikan pijakan untuk memberikan stimulasi guna meningkatkan perkembangan fisik motorik pada anak usia dini. Kategori tersebut adalah peniruan (*imitation*), penggunaan konsep (*manipulation*), ketelitian (*precision*), perangkaian (*articulation*), dan kewajaran (*naturalization*).

Kegiatan berkebun merupakan kegiatan yang menyenangkan, dengan berkebun secara tidak langsung diajarkan mengenai ilmu tentang siklus hidup tanaman serta mendapat pengalaman tentang keajaiban hidup benih (Herdianing, 2014). Sutrisno & Harjono (2005) juga berpendapat bahwa kegiatan berkebun adalah kegiatan menanam tumbuhan yang sekaligus dapat secara langsung memperoleh pengetahuan tentang kehidupan tumbuhan dan keterampilan psikomotorik dalam menanam tumbuhan. Tanggung jawab dalam merawat tanaman, menyiram tanaman setiap hari, serta mengamati perkembangan tanaman juga merupakan bagian dari kegiatan berkebun.

Beetlestone (2012) menyatakan bahwa berkebun memiliki manfaat yang sangat nyata bagi perkembangan fisik, yang pada gilirannya akan mempengaruhi perkembangan kreatif. Saat berkebun anak-anak akan memiliki banyak ruang untuk bergerak dan melatih tubuh mereka dengan gerakan-gerakan skala besar seperti menggali, menggaruk, berlari dan membungkuk.

Manfaat kegiatan berkebun selain berpengaruh terhadap fisik motorik anak, juga dapat meningkatkan kecerdasan naturalistik anak, melatih kesabaran, memupuk tanggung jawab, serta membangun emosi dan empati (Herdianing, 2014). Sutrisno & Harjono (2005) berpendapat, berkebun dapat bermanfaat terhadap aspek lain yaitu memberikan kesempatan kepada anak untuk bereksplorasi dan mengamati lingkungan sekitar.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan *quasi experimental* dengan menggunakan *time series design* yang dilaksanakan selama 6 bulan, mulai bulan Januari hingga bulan Juni 2016. Sampel dalam penelitian ini adalah 29 anak usia 5-6 tahun TK Bhakti 03 Karangpandan.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes yang diadaptasi dari Teori Dave (dalam Suyadi, 2010). Validitas instrumen menggunakan *content validity*. Analisis data menggunakan *paired sample t-test* dengan SPSS *for windows* untuk mengetahui efektivitas metode *read aloud* terhadap keterampilan menyimak anak usia 5-6 tahun.

Prosedur penelitian ini terdiri dari persiapan penelitian, tahap pelaksanaan penelitian, tahap pengolahan data, dan tahap penyajian data.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini menggunakan uji prasyarat yang terdiri dari uji normalitas dan uji homogenitas. Kedua uji prasyarat dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui data yang diperoleh terdistribusi normal dan homogen sehingga masuk dalam kategori statistic parametrik.

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis *Shapiro Wilk*, dengan dasar keputusan bahwa data yang normal akan menunjukkan  $\rho > 0,05$ . Berdasarkan pengujian, didapatkan hasil bahwa data berdistribusi normal. Oleh sebab itu, dapat disimpulkan bahwa sampel yang diambil, mewakili populasi.

Tabel 1 Hasil Uji Normalitas

<i>pretest</i>	<i>Sig.</i>	<i>posttest</i>	<i>sig</i>
1	0,136	1	0,084
2	0,064	2	0,285
3	0,093	3	0,149
4	0,223	4	0.225

Uji homogenitas dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis *levene test for equality of variance*, dengan dasar pengambilan keputusan bahwa data dinyatakan homogen jika  $\rho > 0,05$ . Berdasarkan pengujian, didapatkan hasil bahwa data homogen, sehingga dapat disimpulkan bahwa populasi dalam penelitian ini mempunyai varian yang sama.

Tabel 2. Hasil Uji Homogenitas

<i>pretest</i>	<i>Sig.</i>	<i>posttest</i>	<i>sig</i>
1	0,323	1	0,979
2	0,393	2	0,969
3	0,393	3	0,969
4	0,317	4	0.981

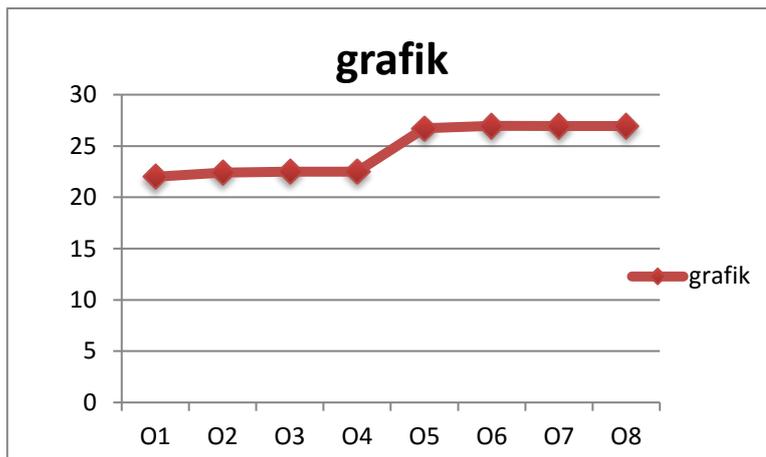
Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *paired sample t-test*. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel 3 berikut.

Tabel 3. Hasil uji t *paired sample t-test*

Nilai	Mean	N	Sig.(2-tailed)
<i>Pretest 1 (O1)</i>	22,00	29	0,008
<i>Pretest 2 (O2)</i>	22,41	29	0,326
<i>Pretest 3 (O3)</i>	22,51	29	1,000
<i>Pretest 4 (O4)</i>	22,51	29	0,000
<i>Posttest 1 (O5)</i>	26,72	29	0,050
<i>Posttest 2 (O6)</i>	26,96	29	0,663
<i>Posttest 3 (O7)</i>	26,93	29	1,000
<i>Posttest 4 (O8)</i>	26,93	29	

Penelitian ini menggunakan time series desain artinya untuk mengetahui apakah ada pengaruh dari kegiatan berkebun terhadap perkembangan fisik motorik anak, harus dilakukan berulang-ulang pada sampel dan variabel yang sama. *Pretest* diulang sampai empat kali, *posttest* juga diulang sebanyak empat kali. Maka dapat diperoleh hasil seperti di atas. Kestabilan terhadap nilai pretest dan posttest sangatlah penting untuk mengetahui bahwa kegiatan berkebun benar-benar memberikan pengaruh terhadap perkembangan fisik motorik anak. Tabel hasil uji t diatas merupakan nilai rata-rata dari masing-masing pretest dan posttest yang menunjukkan kestabilan nilai pada sampel.

Berikut ini merupakan grafik yang di tunjukkan dari peningkatan kestabilan nilai *pretest posttest*.



Gambar 1

Grafik gambar 1 merupakan salah satu bukti bahwa variabel x yaitu kegiatan berkebun dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan fisik motorik anak. Grafik juga menunjukkan adanya kestabilan nilai dari mulai pre-test pertama sampai dengan post-test keempat. Hal tersebut dapat dilihat pada garis O1-O2-O3-O4-O5-O6-O7-O8 bergerak naik dan stabil. Pembuktian selanjutnya dapat dilihat pada uji t, yaitu terlihat bahwa nilai sig  $(0,000) < (0,05)$  maka dapat disimpulkan adanya hubungan yang signifikan sebelum dan sesudah di lakukan *treatment*.

Berdasarkan hasil uji hipotesis dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh penerapan kegiatan berkebun terhadap perkembangan fisik motorik anak. Hal tersebut dapat dilihat pada masing-masing rata-rata nilai pretest dan posttest yang di ulang hingga empat kali, sampai menunjukkan peningkatan kestabilan nilai rata-rata kelas yang berjumlah 29 anak.

Pembuktian pertama menunjukkan adanya peningkatan kestabilan nilai rata-rata kelas dapat dilihat pada nilai pretest pertama, kedua, ketiga, dan keempat yaitu 22,00, 22,41, 22,51, 22,51 serta nilai posttest pertama, kedua, ketiga, keempat yaitu 26,72, 26,96, 26,93, dan 26,72.

Pembuktian kedua dapat dilihat pada uji t yang menggunakan uji paired sample t-test, yaitu terlihat bahwa nilai sig  $(0,000) < (0,05)$ , yang dapat disimpulkan bahwa kegiatan berkebun dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan fisik motorik anak. Hal tersebut diperoleh dari item berjumlah 9 yang digunakan untuk mengukur perkembangan fisik motorik anak, yang dilakukan sebelum dan sesudah treatment.

Treatment dilakukan untuk memberikan pengaruh terhadap perkembangan fisik motorik anak. Treatment yang berupa penerapan kegiatan berkebun dilakukan selama satu bulan yang dimulai dengan menanam dengan menggunakan hydrojell sampai menanam langsung dengan menggunakan tanah.

Treatment pertama yaitu anak-anak dibiarkan untuk mengenal terlebih dahulu tentang macam-macam alat dan bahan-bahan yang akan digunakan untuk berkebun, seperti tanah, pupuk, bunga, pot dll. Ketika anak di ajak langsung untuk mengenal alat dan bahan, anak-

anak merasa senang dan perhatian anak terfokus pada alat dan bahan yang di perlihatkan oleh guru.

Treatment selanjutnya yaitu anak diajak untuk menanam dengan menggunakan hydrojell. Menanam langsung menggunakan hydrojell membuat anak sangat antusias, dan merasa tidak sabar untuk menanam tanaman dan memegang hydrojell. Pada saat guru menjelaskan cara-cara di depan kelas pun anak-anak merasa sangat antusias dan terfokus pada guru. Selanjutnya anak diajak untuk menanam tanaman dengan menggunakan tanah dan pupuk, anak-anak diajak untuk keluar kelas dan melihat alat dan bahan yang akan digunakan untuk menanam. Selanjutnya guru menjelaskan cara menanam dan menggunakan bahan-bahan untuk menanam. Tahap selanjutnya setelah anak-anak menanam tanaman, yaitu melakukan pemeliharaan dengan menyirami air setiap pagi agar perkembangan tanaman dapat maksimal, setelah itu anak-anak dapat memetik hasil tanaman yang sudah mereka tanam dan pelihara selama satu bulan.

Berkebun memberikan pengalaman langsung terhadap anak, yaitu dengan mencampur sendiri tanah dan pupuk, menyirami tanaman, sampai memetik tanaman. Kegiatan yang dilakukan anak berfungsi untuk melatih gerakan-gerakan tangan, jari jemari anak akan berkembang secara optimal. Seperti yang diungkapkan oleh Beetlestone (2012) yaitu manfaat sangat nyata dalam melakukan kegiatan berkebun adalah meningkatkan perkembangan fisik anak, saat berkebun anak-anak akan memiliki banyak ruang untuk bergerak dan melatih tubuh mereka dengan gerakan-gerakan skala besar seperti menggali, menggaruk, berlari dan membungkuk.

Berdasarkan treatment selama pemberian perlakuan, sebagian besar anak terlihat sangat antusias dan merasa senang ketika melaksanakan kegiatan-kegiatan yang dilakukan sendiri. Anak-anak selalu bertanya apa yang akan dilakukan selanjutnya setelah menyelesaikan kegiatan, anak-anak juga terlihat sangat aktif dan bersemangat ketika dihadapkan pada kegiatan yang baru.

Hasil wawancara dengan guru setelah dilakukan treatment menunjukkan bahwa seluruh perlakuan yang meliputi menanam, memelihara sampai memetik tanaman ternyata menarik perhatian anak. Anak-anak sebelumnya belum pernah diajak untuk berkebun walaupun dengan hal yang sederhana. Oleh karena itu anak-anak sangat antusias dan bersemangat dalam melakukan kegiatan berkebun. Guru berpendapat bahwa kegiatan berkebun dapat dijadikan salah satu cara untuk mengembangkan fisik motorik anak, karna dengan gerakan-gerakan kecil yang dilakukan secara rutin dapat memberikan pengaruh terhadap kelenturan dan kekuatan otot dari anak.

Perkembangan fisik motorik sangatlah penting untuk melaksanakan kegiatan sehari-hari yang membutuhkan gerakan tangan, kaki bahwa seluruh anggota badan. Oleh karena itu fisik motorik dapat di kembangkan mulai sejak usia dini. Seperti yang dikatakan oleh Lismadiana (2013) bahwa Perkembangan motorik merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam perkembangan individu secara keseluruhan. Pada dasarnya perkembangan ini berkembang sejalan dengan kematangan saraf dan otot anak, sehingga setiap gerakan sesederhana apapun merupakan hasil pola interaksi yang kompleks dari berbagai bagian dan system dalam tubuh yang di kontrol oleh otak.

Fisik motorik yang berkembang dengan sangat baik akan mempermudah anak dalam melaksanakan tugas-tugas perkembangan yang harus di capai oleh anak. Tugas perkembangan yang berlangsung dengan sangat baik mempermudah anak dalam melaksanakan tugas perkembangan anak selanjutnya. Bukti bahwa fisik motorik anak dapat berkembang dengan baik adalah dapat dilihat pada item-item yang digunakan untuk mengukur perkembangan fisik motorik anak. Dari item-item yang di terapkan, diperoleh hasil pretest dan posttest yang mengalami peningkatan kestabilan nilai rata-rata kelas. Adanya peningkatan kestabilan membuktikan bahwa kegiatan berkebun dapat memberikan pengaruh terhadap perkembangan fisik motorik anak di kelompok B TK Bhakti Karangpandan yang berjumlah 29 anak.

Kegiatan berkebun menjadi salah satu kegiatan yang dapat digunakan untuk mengembangkan fisik motorik anak. Anak dibiarkan untuk mengeksplorasi benda-benda disekitar anak dan berimajinasi, selain itu dengan berkebun dapat belajar sambil bermain dengan teman-teman sehingga tidak merasa bosan dan aktif dalam kegiatan. Tangan, kaki dan tubuh anak bergerak sesuai fungsinya masing-masing, sehingga tujuan dari kegiatan tersebut dapat terpenuhi, yaitu adanya pengaruh kegiatan berkebun terhadap perkembangan fisik motorik anak.

## **PENUTUP**

Penelitian ini membahas tentang adanya pengaruh dari penerapan kegiatan berkebun terhadap perkembangan fisik motorik anak. Dari hasil pretest pertama sampai posttest keempat membuktikan adanya peningkatan yang stabil dan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penerapan kegiatan berkebun terhadap perkembangan fisik motorik anak.

Bagi sekolah, pembaharuan kegiatan-kegiatan pembelajaran dengan penerapan kegiatan berkebun dari menanam, merawat sampai memetik tanaman sehingga fisik motorik anak dapat berkembang dengan baik. Selain itu, sekolah hendaknya melakukan evaluasi pembelajaran di kelas sehingga ketika ada permasalahan dapat segera diatasi.

Bagi orang tua, pada saat di rumah anak-anak juga dibiasakan untuk berkebun bersama orang tua, agar fisik motorik anak berkembang dengan baik pula. Anak akan lebih banyak menghabiskan waktu di rumah bersama orang tua, sehingga peran orang tua sangat berarti dalam mengembangkan fisik motorik anak.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian lanjutan dengan mengatasi kelemahan yang ditemukan dalam penelitian ini. Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian dengan permasalahan yang sama diharapkan lebih cermat dalam pelaksanaannya, seperti mengajak anak untuk terjun langsung ke kebun, dan menanam langsung di kebun serta merawatnya hingga tumbuh dan berkembang.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Beetlestone, F. (2012). *Creative Learning: Strategi Pembelajaran untuk Melesatkan Kreativitas Siswa*. Bandung: Nusa Media.

Herdianing, M. (2014). *Desain Sarana Berkebun dan Bermain Untuk Anak Usia 4-6 Tahun di Taman Kanak-Kanak*. ITB: Jurnal Tingkat Sarjana Seni Rupa dan Desain, 1, 1-10.

Hildayani, dkk. (2008). *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Lismadiana. (2013). *Peran Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Dini*. *Jurnal Ilmiah Keolahragaan*, 2(3), 101-133.

Marliza. (2012). *Peningkatan Kemampuan Motorik Halus Anak Melalui Permainan Melukis dengan Kuas Taman Kanak-kanak Pasaman Barat*. *Jurnal Pesona*, 1(1).

Mónks, F.J., Knoers., Nijmegen., Dekker., & Vegt, V.D. (1988). *Ontwikkelings Psychologie Inleiding Tot De Verschillende Deelgebieden*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.

Sugiyono (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

Sutrisno & Harjono, H.S. (2005). *Pengenalan Lingkungan Alam Sekitar sebagai Sumber Belajar Anak Usia Dini*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan Dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.

Suyadi. (2010). *Psikologi Belajar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: PT Pustaka Insan Madani.

Wells & Nancy. (2014). *School Gardens grow kids' physical activity*. *Human Ecology*. 42 (1).

Wiyani, N.A. (2014). *Psikologi Perkembangan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Gava Media.

Yusuf, S. (2011). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.