



## Aktivitas Berjalan Di Atas Papan Titian Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun

Ayu Halimatus Sakdiyah<sup>1</sup>, Dita Yuliastrid<sup>2</sup>, Noortje Anita K<sup>3</sup>,  
Indra Himawan Susanto<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Negeri Surabaya

Email : [ayu.20141@mhs.unesa.ac.id](mailto:ayu.20141@mhs.unesa.ac.id) [ditayuliastrid@unesa.ac.id](mailto:ditayuliastrid@unesa.ac.id)  
[noortjeanita@unesa.ac.id](mailto:noortjeanita@unesa.ac.id) [indrasusanto@unesa.ac.id](mailto:indrasusanto@unesa.ac.id)

**Abstract.** *Gross motor skills are the ability to move the body using large muscles, most or all of the body's gross motor skills are needed by children to sit, kick, run, go up and down stairs. The aim of this research is to determine the effect of walking on a boardwalk on gross motor development in children aged 5-6 years. The method used in this research is quasi-experiment. The design of this research is pretest and posttest (the one group pretest posttest design). This research was conducted at the Asfiyah Lidah Wetan Islamic Kindergarten, Lakarsantri District, Surabaya, East Java. The practice time in the field is 7 weeks with a training duration of 2 times per week. The population in this study were all students at Asfiyah Islamic Kindergarten who were active in walking on the boardwalk with a total of 45 students. The sampling technique in this research is total sampling, namely a sampling technique with the number of samples equal to the population. The research instruments that I carried out were using tests of walking forward with arms outstretched, walking sideways with arms outstretched, walking forward with hands on the waist, walking forward with hands folded in front of the chest, and standing on one leg in an airplane stance. The collection technique in this study used Wilcoxon. The conclusion in this study shows that there is a significant Sig (2-tailed) influence of the activity of walking on the boardwalk on the gross motor development of children aged 5-6 years at the Asfiyah Lidah Wetan Islamic Kindergarten using the outstretched hands forward walking test, walking sideways arms outstretched, walking forward with hands on your waist, walking forward with your hands folded in front of your chest, and standing on one leg in an airplane stance. It is proven that the Sig value. (2-tailed) of the five indicators < 0.05.*

**Keywords:** *Titian, Raw Motorics, Early Childhood, and Balance.*

**Abstrak.** Keterampilan motorik kasar merupakan kemampuan menggerakkan tubuh dengan menggunakan otot-otot besar, sebagian besar atau seluruhnya keterampilan motorik kasar tubuh diperlukan anak untuk duduk, menendang, berlari, naik turun tangga. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui aktivitas berjalan di atas papan titian berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (Quasi-Experiment). Desain penelitian ini adalah pretest and posttest (the one group pretest posttest design). Penelitian ini dilakukan di TK Islam Asfiyah Lidah Wetan, Kecamatan Lakarsantri, Surabaya Jawa Timur. Waktu pelaksanaan praktek dilapangan selama 7 minggu dengan durasi latihan 2 kali per minggu. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa di Tk Islam Asfiyah aktif dalam melakukan berjalan di atas papan titian dengan jumlah siswanya 45 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah total sampling yaitu teknik pengambilan sampel dengan jumlah sampel sama dengan populasi. Instrumen penelitian yang saya lakukan dengan menggunakan tes berjalan maju tangan di rentangkan, berjalan menyamping tangan di rentangkan, berjalan maju tangan di pinggang, berjalan maju tangan di lipat depan dada, dan berdiri satu kaki sikap kapal terbang. Teknik pengambilan pada penelitian ini menggunakan Wilcoxon. Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa secara signifikan Sig (2-tailed) terdapat pengaruh aktivitas berjalan di atas papan titian terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Islam Asfiyah Lidah Wetan dengan tes berjalan maju tangan di rentangkan, berjalan menyamping tangan di rentangkan, berjalan maju tangan di pinggang, berjalan maju tangan di lipat depan dada, dan berdiri satu kaki sikap kapal terbang. Terbukti bahwa nilai Sig. (2-tailed) dari lima indikator tersebut < 0,05.

**Kata Kunci :** Papan Titian, Motorik Kasar, Anak Usia Dini, dan Keseimbangan.

### LATAR BELAKANG

“Keseimbangan adalah kemampuan gerak dasar manusia dapat menjaga posisi tubuh dalam kegiatan postur tubuh yang dapat dilaksanakan dengan gerak sekunder” (Wedi & Agus, 2019). Disimpulkan bahwa keseimbangan dalam tubuh adalah menjaga tubuh dalam keadaan seimbang, dengan menggunakan otot yang mampu membuat manusia bergerak secara efektif

Received April 30 2024; Accepted Mei 24, 2024; Published Mei 31, 2024

\* Ayu Halimatus Sakdiyah, [ayu.20141@mhs.unesa.ac.id](mailto:ayu.20141@mhs.unesa.ac.id)

dan efisien. Keseimbangan postur tubuh dapat meningkatkan koordinasi gerak. Pendorong perkembangan motorik untuk kemampuan fisik secara pengetahuan dan penalaran. Membiasakan gaya hidup sehat dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan yang seimbang. Gerak merupakan kesatuan dalam alur yang bagus dalam gerak seluruh tubuh dalam kehidupan sehari-harinya. Sebuah kata yang menggambarkan gerak motorik adalah mengetahui proses perkembangan fisik dalam gerakan yang dilakukan oleh tubuh anak. Keterampilan motorik kasar yang diajarkan pada tahap pemanasan antara lain mengajarkan kelenturan pada anak, meningkatkan gerak sendi pada anak, meningkatkan aktivitas fisik dengan mempersiapkan otot, meningkatkan aliran darah ke otot, memperbaiki postur tubuh, dan koordinasi peningkatan anggota.

Keterampilan motorik kasar merupakan kemampuan menggerakkan tubuh dengan menggunakan otot-otot besar, sebagian besar atau seluruhnya keterampilan motorik kasar tubuh diperlukan anak untuk duduk, menendang, berlari, naik turun tangga (Lasmaida, 2012). Keterampilan motorik kasar anak kecil tidak akan berkembang tanpa pengendalian motorik yang matang, keterampilan motorik tersebut tidak akan maksimal jika tidak diimbangi dengan gerakan tubuh tanpa latihan fisik. Hal ini berdasarkan (Wirawan, 2019) yang mengatakan bahwa gerak motorik kasar hendaknya dikenalkan dan diberikan kepada anak usia pra sekolah dan awal sekolah melalui permainan, agar siswa dapat melakukan gerak tersebut dengan benar dan yang terpenting dalam hal ini menjadi bekal awal agar penguasaan gerak tersebut efektif. Keterampilan motorik umum dan kemudian akan menjadi dasar untuk pengembangan keterampilan yang lebih spesifik. Oleh karena itu jelaslah bahwa berjalan di atas papan titian ini merupakan kegiatan yang menyenangkan untuk meningkatkan pembelajaran dan anak dapat meningkatkan kemampuan motorik kasarnya. Dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar pada anak usia dini, penting untuk mengetahui apa itu keterampilan motorik anak. Perkembangan tubuh terjadi ketika anak belajar menggerakkan bagian tubuhnya dengan baik. Pola perkembangan anak adalah anak pra sekolah mempunyai tulang dan otot yang lebih kuat, peningkatan kemampuan melompat, berlari, memanjat lebih cepat, lebih jauh dan lebih baik. Pada usia 4 tahun, anak masih menyukai gerakan -gerakan sederhana seperti melompat dan berlarian hanya untuk dilakukan sendiri, namun mereka berani mengambil resiko. Pada usia 5 tahun, anak akan lebih berani mengambil resiko dibandingkan pada usia 4 tahun. Anak lebih percaya diri dalam melakukan hal-hal menkutkan seperti memanjat benda, berlari kencang, serta senang berkompetisi dengan teman sebaya dan orang tuanya (Rismayanthi, 2013).

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Berjalan**

Berjalan merupakan keterampilan dasar yang dibutuhkan manusia dalam beraktivitas sehari-hari. Percaya bahwa berjalan dapat didefinisikan saat berat badan berubah dari satu kaki ke kaki lainnya, sehingga kaki saling bersentuhan dengan tempat tumpuan selama melakukan aktivitas (Lasmaida, 2012). Meskipun pada awalnya gerakan berjalan belum dapat melakukan dengan sempurna, akan tetapi seiring berjalannya waktu, anak secara bertahap dapat melakukan gerakan berjalan yang gerakan lebih halus dan cepat. Dengan kata lain, berjalan lurus adalah tindakan bergerak lurus kedepan. Bahkan berjalan lurus adalah satu hal gerak-gerak, dari satu titik ke titik lain yang membentang lurus ke depan.

### **Papan Titian**

Menurut (Wirawan, 2019), papan berasal dari kata kayu yang berarti lebar dan jalan titian yang berarti sempit. Jadi papan titian adalah sebuah balok kayu yang digunakan untuk mengukur keseimbangan ketika seseorang memanjatnya. Salah satu keterampilan fisik motorik disekolah adalah berjalan di atas papan titian. Saat anak melangkah keatas papan titian, ia dapat memposisikan tubuhnya terlebih dulu dengan melangkah keatas papan titian, kemudian menjulurkan kedua tangan dan pandangan kedepan, perlahan-lahan telapak kaki digerakkan kedepan, dan kaki lainnya diletakkan tepat depan papan titian. Langkah ini dilakukan secara opsional dan membutuhkan kekuatan otot kaki untuk menopang berat badan dan anak berusaha menyeimbangkan tubuh agar tidak terjatuh dari papan titian. Papan titian yang digunakan biasanya memiliki ukuran yang berbeda-beda, ada yang pendek, sedang ataupun panjang. Jika ukuran jembatan penyebrangan diperkecil, maka anak harus meningkatkan konsentrasinya, sehingga anak akan semakin sulit melangkah dan mengontrol koordinasi gerakan kaki untuk menyeimbangkan tubuhnya. Jembatan penyebrangan atau papan keseimbangan untuk anak pra sekolah (Isna, 2010) papan titian dapat dibuat dari papan kayu yang diletakkan pada dua tempat diatas permukaan tanah. Anak mungkin akan mencoba memanjat dengan tangan lurus ke samping untuk menjaga keseimbangan tubuh agar tidak terjatuh.

### **Motorik Kasar**

Pengertian motorik adalah suatu proses yang tidak dapat diamati dan menimbulkan gerakan (Gusril, 2006). Kata keterampilan motorik merupakan terjemahan dari *motor ability*. Istilah keterampilan motorik sering disalah artikan dengan penggunaan istilah *athletic ability*. Sebenarnya kedua istilah tersebut berbeda yaitu: istilah gerak mengacu pada gerakan fisik, sedangkan *athletic ability* mengacu pada gerakan fisik dalam olahraga. Jadi *motor ability* akan menjadi *athletic ability*, apabila keterampilan gerak diwujudkan dalam konteks olahraga.

## METODE PENELITIAN

### Jenis dan Rancangan Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen semu (*Quasi-Experiment*) yang dilaksanakan selama 7 minggu atau 14 kali pertemuan. Bentuk desain penelitian adalah *pretest and posttest (the one group pre-test post-test design)*, artinya sampel melakukan tes awal dengan tes keseimbangan sebelum diberikan perlakuan.

Setelah pengambilan sampel, latihan jalan di atas balok kayu dilakukan sebanyak 7 minggu atau 14 kali pertemuan dengan volume latihan 2 kali per minggu, setelah itu melaksanakan tes akhir (*posttest*) untuk melihat apakah ada pengaruhnya terhadap latihan. Latihan ini akan diberikan kepada anak usia 5 sampai 6 tahun. Dalam masa perkembangan, anak yang pertumbuhan fisiknya paling baik dan tercepat adalah anak perempuan karena pertumbuhan paling cepat dimulai pada usia 9-10 tahun kemudian dibandingkan anak laki-laki pada usia 11-12 tahun (Wedi & Agus, 2019).

Tabel 1 Rancangan Penelitian

O <sub>1</sub>	X	O <sub>2</sub>
----------------	---	----------------

Keterangan :

O<sub>1</sub> : Tes Awal (keseimbangan)

X : Perlakuan (papan titian)

O<sub>2</sub> : Tes Akhir

Pada penelitian ini terdapat kelompok sampel yang dijadikan subyek eksperimen, subyek penelitian tes awal kemudian diberikan treatment dan setelah berlangsung treatment lalu diberikan kembali tes akhir yang bentuknya sama dengan tes awal tujuan desain penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak dari suatu perlakuan.

### Lokasi dan Waktu Penelitian

#### Lokasi

Penelitian ini dilakukan di TK Islam Asfiyah Lidah Wetan, Kecamatan Lakarsantri, Surabaya Jawa Timur.

#### Waktu

Penelitian dibagi dalam beberapa tahapan selama 6 bulan yaitu mulai dari penulisan proposal, proses seleksi, penentuan sampel, intervensi aktivitas berjalan di atas balok titian. Serta analisis statistik data penelitian. Proses penelitian dan pengumpulan data dilakukan di TK Islam Asfiyah, Kecamatan Lakarsantri, Kota Surabaya.

Waktu yang dibutuhkan dalam pengambilan data adalah 7 minggu dan 14 kali pertemuan dengan volume latihan 2 kali per minggu.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

#### Deskripsi Data Penelitian

Subjek penelitian adalah anak kelompok TK B yang berjumlah 45 anak, terdiri dari 25 anak perempuan dan 20 anak laki-laki. Berdasarkan hasil penelitian terhadap TK Islam Asfiah terutama aspek motorik kasar untuk anak TK. Papan titian merupakan alat untuk melatih keseimbangan tubuh dan merupakan alat yang menarik bagi anak. Dalam penelitian ini melakukan latihan keseimbangan statis gerakan berdiri satu kaki dengan sikap kapal terbang masih banyak anak yang masih belum stabil, dan belum seimbang sehingga ada yang sekali mengangkat kaki langsung jatuh. Di TK Islam Asfiah ini masih belum ada pembelajaran berjalan diatas papan titian. Papan titian merupakan alat untuk melatih keseimbangan tubuh dan merupakan alat yang menarik bagi anak sehingga anak ingin mencoba terus-menerus. Dalam penelitian ini, peningkatan motorik kasar dalam hal pengembangan keseimbangan dilakukan dengan kegiatan berjalan di atas papan titian, namun papan titian yang digunakan berupa papan titian jenis statis dari kayu.

Penelitian dilaksanakan di TK Asfiah Lidah Wetan, Surabaya. Letak TK Islam Asfiah ini sangat strategis untuk memiliki banyak murid. TK ini beralamat di Jl. Lidah Wetan Gg. VIII No.6, Lidah Wetan, Kecamatan Lakar Santri, Surabaya.

Tabel 2 Karakteristik Sampel Usia Siswa di TK Islam Asfiah Lidah Wetan

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
	N	(%)
<b>Usia</b>		
5 tahun	23	51,11
6 tahun	22	48,89
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	25	55,56
Laki-laki	20	44,44

Sumber : karakteristik sampel di TK Islam Asfiah Lidah Wetan (presentase)

Berdasarkan tabel 2 karakteristik siswa di TK Islam Asfiah Lidah Wetan berdasarkan sampel anak usia 5 tahun sebesar 51,11% dan anak usia 6 tahun sebesar 48,89%, dan sampel untuk jenis kelamin perempuan sebesar 55,56% dan untuk jenis kelamin laki-laki sebesar 44,44%.

Hasil pretest tes keseimbangan berjalan maju tangan di rentangkan bisa 53,33%, cukup bisa 8,89%, kurang bisa 11,11%, tidak bisa 26,67%. Berjalan menyamping tangan di

rentangkan bisa 17,78%, cukup bisa 20%, kurang bisa 13,38%, tidak bisa 48,89%. Berjalan maju tangan di pinggang bisa 71,11%, cukup bisa 0%, kurang bisa 4,44%, tidak bisa 24,44%. Berjalan maju tangan di lipat depan dada bisa 51,11%, cukup bisa 2,22%, kurang bisa 11,11%, tidak bisa 35,56%. Dan berdiri satu kaki sikap kapal terbang bisa 46,67%, cukup bisa 17,78%, kurang bisa 35,56%.

Hasil pretest dan posttest tes keseimbangan berjalan di atas papan titian dan berdiri satu kaki terlihat pada gambar 1 di bawah ini :



Gambar 1 Hasil Pretest dan Posttest Tes Keseimbangan Berjalan Di Atas Papan Titian dan Berdiri Satu Kaki di TK Islam Asfiyah Lidah Wetan

Hasil posttest tes keseimbangan berjalan maju tangan di rentangkan bisa 66,67%, cukup bisa 11,11%, kurang bisa 2,22%, tidak bisa 20%. Berjalan menyamping tangan di rentangkan bisa 60%, cukup bisa 17,78%, kurang bisa 2,22%, tidak bisa 20%. Berjalan maju tangan di pinggang bisa 73,33%, cukup bisa 11,11%, kurang bisa 0%, tidak bisa 15,56%.

Berjalan maju tangan di lipat depan dada bisa 77,78%, cukup bisa 2,22%, kurang bisa 2,22%, tidak bisa 17,78%. Dan berdiri satu kaki sikap kapal terbang bisa 80%, cukup bisa 13,33%, kurang bisa 6,67%.

Pada hasil pretest dan posttest di atas adalah bahwa pretest tes keseimbangan berjalan di atas papan titian dan berdiri satu kaki sikap kapal terbang dapat meningkat setelah melakukan pretest.

### Uji Hipotesis

Pada bagian ini akan diuraikan tentang pengujian hipotesis, yang telah melakukan penelitian selama 14 pertemuan, pada awal pertemuan peneliti memberikan tes awal (*pretest*) untuk mengetahui data anak, kemudian diberikan perlakuan (*treatment*) berjalan diatas papan titian, setelah itu melaksanakan tes akhir (*posttest*) untuk melihat apakah ada pengaruhnya terhadap latihan tersebut. Sehingga data dikumpulkan dan dianalisis untuk mengetahui data dari *pretest* dan *posttest*.

Data ialah suatu hal yang berpengaruh untuk menjawab rumusan masalah yang diajukan. Berdasarkan uji normalitas data didapatkan data tidak berdistribusi normal, maka uji hipotesis yang digunakan adalah *uji Wilcoxon* untuk mengetahui pengaruh motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun sebelum dan sesudah melakukan aktivitas berjalan di atas papan titian.

### Uji Normalitas

Uji normalitas menggunakan *Shapiro-wilk*, dengan kriteria pengujian normalitas sebagai berikut :

- Jika tingkat signifikansi ( $p > 0,05$ ). Maka data dinyatakan tidak berdistribusi normal.
- Jika tingkat signifikansi ( $p < 0,05$ ). Maka data dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 3 Hasil Uji Normalitas Shapiro-wilk

	statistic	df	Sig	ket
<i>Pretest</i> Berjalan maju tangan di rentangkan	.812	45	0,000	Tidak Berdistribusi Normal
<i>Posttest</i> Berjalan maju tangan di rentangkan	.633	45	0,000	Tidak Berdistribusi Normal
<i>Pretest</i> Berjalan menyamping tangan di rentangkan	.881	45	0,000	Tidak Berdistribusi Normal
<i>Posttest</i> Berjalan menyamping tangan di rentangkan	.733	45	0,000	Tidak Berdistribusi Normal
<i>Pretest</i> Berjalan maju tangan	.689	45	0,000	Tidak Berdistribusi

di pinggang				Normal
<i>Posttest</i> Berjalan maju tangan di pinggang	.675	45	0,000	Tidak Berdistribusi Normal
<i>Pretest</i> Berjalan maju tangan di lipat depan dada	.777	45	0,000	Tidak Berdistribusi Normal
<i>Posttest</i> Berjalan maju tangan di lipat depan dada	.649	45	0,000	Tidak Berdistribusi Normal
<i>Pretest</i> Berdiri satu kaki sikap kapal terbang	.740	45	0,000	Tidak Berdistribusi Normal
<i>Posttest</i> Berdiri satu kaki sikap kapal terbang	.510	45	0,000	Tidak Berdistribusi Normal

Berdasarkan hasil tabel di atas, maka data dapat disimpulkan bahwa semua data tidak berdistribusi normal. Dikarenakan nilai Sig > 0,05. Maka uji hipotesis yang akan dilakukan dengan analisis non parametrik dengan uji Wilcoxon.

### Uji t Wilcoxon Non Parametrik

Uji non parametrik menggunakan *uji Wilcoxon* menggunakan data hasil *pretest* dan *posttest* dari tes berjalan di atas papan titian dengan berjalan maju tangan direntangkan, berjalan menyamping tangan direntangkan, berjalan maju tangan dipinggang, berjalan maju tangan dilipat depan dada dan berdiri satu kaki sikap kapal terbang dengan syarat jika nilai Sig (2-tailed) < 0,05 maka data signifikan atau berpengaruh, dan apabila nilai Sig (2-tailed) > 0,05 maka data tidak signifikan atau tidak berpengaruh.

Tabel 4 Uji Non Parametrik Wilcoxon

	mean	z	t	df	Sig. (2-tailed)	ket
<i>Pretest- Posttest</i>						
Berjalan maju tangan di rentangkan	18,31	-2,736	6	45	0,006	Signifikan
<i>Pretest- Posttest</i>						
Berjalan menyamping tangan di rentangkan	22,25	-3,962	2	45	0,000	Signifikan
<i>Pretest- Posttest</i>						
Berjalan maju tangan di pinggang	20,27	-2,667	5	45	0,008	Signifikan
<i>Pretest- Posttest</i>						
Berjalan maju tangan di lipat depan dada	22,24	-3,088	8	45	0,002	Signifikan

<i>Pretest</i> Berdiri satu						
kaki sikap kapal terbang	7,00	-3,440	25	45	0,001	Signifikan

Berdasarkan tabel 4 hasil uji Wilcoxon, menunjukkan nilai Sig (2 tailed) < 0,05 yang artinya  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa aktivitas berjalan di atas papan titian berpengaruh terhadap perkembangan motorik kasar di TK Islam Asfiyah Lidah Wetan dengan tes berjalan maju tangan di rentangkan, berjalan menyamping tangan di rentangkan, berjalan maju tangan di pinggang, berjalan maju tangan di lipat depan dada, dan berdiri satu kaki sikap kapal terbang.

### **Pembahasan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh aktivitas berjalan di atas papan titian terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Islam Asfiyah Lidah Wetan. Penelitian ini diterapkan pada siswa TK Islam Asfiyah Lidah Wetan dengan jumlah 45 siswa, yang dilakukan selama 7 minggu, dengan 2 kali pertemuan dalam seminggu. Hasil analisis data menunjukkan bahwa berjalan di atas papan titian dapat meningkatkan gerak motorik kasar siswa TK Islam Asfiyah Lidah Wetan.

Hal ini dibuktikan berdasarkan tes berjalan maju tangan di rentangkan, berjalan menyamping tangan di rentangkan, berjalan maju tangan di pinggang, berjalan maju tangan di lipat depan dada dan berdiri satu kaki sikap kapal terbang. Terbukti bahwa nilai Sig. (2-tailed) dari lima tes tersebut paling berpengaruh tes berjalan menyamping tangan di rentangkan  $0,000 \leq 0,05$ .

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Lasmaida, 2012) yaitu berjalan di atas garis lurus dapat melatih anak-anak untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar mereka, contohnya keseimbangan pada TK ABA Krajan Yogyakarta.

Penelitian tersebut didukung oleh pendapat lain, (Wedi & Agus, 2019) yang mengatakan bahwa latihan berjalan di atas balok kayu memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan keseimbangan dinamis pada siswa di Sekolah Dasar 02 Sarilamak, yang dapat diartikan bahwa latihan berjalan di atas balok papan titian dapat meningkatkan keseimbangan dinamis pada siswa di sekolah dasar.

Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh pada siswa RA Al-Hidayah Surabaya bahwa terdapat pengaruh media papan titian terhadap keseimbangan gerak motorik kasar dalam penerapan olahraga berjalan di atas papan titian (Setyowati, 2023)

Terdapat pendapat lain yang mengatakan bahwa melalui bermain papan titian dengan

melakukan latihan keseimbangan statis yaitu berdiri satu kaki di atas papan titian dan dinamis berjalan di atas papan titian dapat mengembangkan keseimbangan anak penelitian ini dilakukan di kelompok AI di TKIT Bakti Insani Sleman Yogyakarta. Hal ini dapat dilihat dengan adanya peningkatan persentase pada siklus II, yang menandakan bahwa terdapat pengaruh bahwa dengan latihan berjalan diatas papan titian dapat melatih keseimbangan pada siswa di kelompok AI di TKIT Bakti Insani Sleman Yogyakarta. Langkah-langkah mengembangkan keseimbangan melalui bermain papan titian pada proses pembelajaran yaitu untuk latihan keseimbangan statis yaitu melakukan gerakan berdiri satu kaki dengan variasi tangan merentang, dipinggang, dilipat depan dada, dan dipersulit membuat sikap pesawat. Latihan keseimbangan dinamis yaitu melakukan gerakan berjalan maju tangan merentang, berjalan menyamping, berjalan maju tangan dipinggang dan dipersulit dengan berjalan maju tangan dilipat depan dada. (Wirawan, 2019)

Penelitian lain yang dapat dikaitkan dengan peneliti sebelumnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Azizah & Adhe, 2019) Berdasarkan hasil penelitian data rekapitulasi kelompok antara kelompok kontrol dan eksperimen membuktikan bahwa kelompok eksperimen mendapatkan perlakuan dengan menggunakan media papan titian modifikasi mengalami peningkatan skor pada keseimbangan gerak anak kelompok A. Berdasarkan rumusan masalah yang telah dibuat maka disimpulkan bahwa ada hubungan adanya pengaruh papan titian terhadap keseimbangan gerak anak usia 4-5 tahun di TK Yannas dan Pembina Bangkalan.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh (nilai Sig. 2-tailed  $\leq 0,05$ ) aktivitas berjalan di atas papan titian terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK Islam Asfiyah Lidah Wetan dengan tes berjalan maju tangan di rentangkan, berjalan menyamping tangan di rentangkan, berjalan maju tangan di pinggang, berjalan maju tangan di lipat depan dada, berdiri satu kaki sikap kapal terbang. Terbukti bahwa nilai Sig. (2-tailed) dari lima tes tersebut paling berpengaruh tes berjalan menyamping tangan di rentangkan  $0,000 \leq 0,05$ .

### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, ada beberapa saran yang dapat diberikan :

1. Untuk anak dapat menciptakan proses pembelajaran yang menyenangkan salah satunya adalah dengan menggunakan papan titian untuk melatih keseimbangan gerak motorik kasar agar anak merasa tertarik dan tidak bosan.

2. Untuk guru meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, hendaknya guru menggunakan media yang dapat merangsang perkembangan motorik anak khususnya dalam hal keseimbangan dengan menggunakan papan titian.
3. Dengan adanya bukti bahwa media papan titian dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak di TK Islam Asfiyah, Lidah Wetan, Surabaya, untuk meningkatkan keseimbangan gerak motorik kasar pada anak.

#### **DAFTAR REFERENSI**

- Azizah, F. N., & Adhe, K. R. (2019). Pengaruh Papan Titian Modifikasi Terhadap Keseimbangan Gerak Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal PAUD Teratai*, 08(03), 1–6.
- Gusril. (2006). Model Pengembangan Motorik Siswa Sekolah Dasar. September 2006.
- Isna. (2010). Tingkat Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Kelompok B Taman Kanak-Kanak Di Gugus Sido Mulyo Kecamatan Mantrijeron Kota Yogyakarta.
- Lasmaida. (2012). Meningkatkan Keseimbangan Dinamis Melalui Berjalan Di Atas Garis Lurus Di Tk A Aba Krajan Yogyakarta.
- Rismayanthi, C. (2013). Mengembangkan Keterampilan Gerak Dasar Sebagai Stimulasi Motorik Bagi Anak Taman Kanak-Kanak Melalui Aktivitas Jasmani. 9(April).
- Setyowati, S. N., & 'Aila, S. (2023). Pengaruh Media Papan Titian Terhadap Keseimbangan Gerak Motorik Kasar Anak Kelompok A Di RA Al-Hidayah, 1–5.
- Wedi, S., & Agus, A. (2019). Pengaruh Latihan Berjalan Di Atas Balok Kayu Terhadap Keseimbangan Dinamis: The Effect of Walking on Wooden Beams Exercise to Increase Dynamic Balance, 2, 34–39.
- Wirawan. (2019). Pengaruh Kegiatan Fisik Motorik Berjalan Di Atas Papan Titian Terhadap Keseimbangan Tubuh Anak Kelompok A Di Tk Kuntum Surabaya. *Rabit : Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Univrab*, 1(1), 2019.