

**PENGARUH *BRAINGYM* DAN *CONE EXERCISE*
TERHADAP SENSOMOTORIK ANAK USIA 4 – 6 TAHUN**

SKRIPSI

DISUSUN SEBAGAI PERSYARATAN DALAM MERAHAI GELAR SARJANA
SAINS TERAPAN FISIOTERAPI



Disusun Oleh :

SRI YULIANA

J 110 070 006

**PROGRAM STUDI D-IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2011

PERSETUJUAN
PENGARUH *BRAINGYM* DAN *CONE EERCISE* TERHADAP
SENSOMOTORIK ANAK USIA 4-6 TAHUN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dalam skripsi Program Studi
Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
Surakarta

Diajukan oleh:

Sri Yuliana

J 110070006

Pembimbing I

Pembimbing II

Isnaini Herawati, S.St.Ft., MSc

Agus Widodo, S.St.Ft., M.Fis

PENGESAHAN

Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Program Studi D IV Fisioterapi Fakultas
Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
Dan Diterima Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar
Sarjana Sains Terapan

Pada Tanggal, ..21..... Oktober 2011

Tim Penguji Skripsi

Tim Penguji Skripsi

(Nama)

(Tanda Tangan)

Penguji I: Isnaini Herawati, S.St.Ft, MSe

()

Penguji II: Agus Widodo, S.St.Ft, M.Eis

()

Penguji III: Dwi Rosella K, S.St.Ft, M.Fis

()

Disahkan oleh:

**Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta**

(Arif Widodo, A.Kep, M.Kes)

DEKLARASI

Saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan sepanjang sepengetahuan saya tidak berisi materi yang dipublikasikan atau ditulis orang lain atau telah dipergunakan dan diterima sebagai persyaratan penyelesaian studi di Universitas lain, kecuali pada bagian – bagian tertentu yang telah dinyatakan dalam teks.

Dan apabila skripsi ini merupakan jiplakan dan atau penelitian karya ilmiah orang lain, maka saya siap menerima sanksi baik secara akademis maupun hukum.

Surakarta, Oktober 2011

Sri Yuliana

MOTTO

Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.

Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia

mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya

(TQS. Al-Baqarah 2 : 286)

**Dan hendaklah di antara kamu ada segolongan orang yang menyeru kepada
kebajikan, menyeru (berbuat) yang makruf, dan mencegah dari yang ingkar.**

Dan mereka itulah orang-orang yang beruntung

(TQS. Ali Imran 3 : 104)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Atas ridho Allah SWT karya ini kupersembahkan kepada mereka yang selalu memberi lentera dalam hidupku:

- *Ibu dan bapak tersayang yang selalu memberikan inspirasi, kasih sayang, perhatian, dan dukungan baik doa maupun materi.*

- *Mbak Veni dan Mas Husein terimakasih atas doa dan dukungannya.*

- *Dek Nova dan Dek Rendy terimakasih atas doa dan semangat nya*

- *Syifa keponakan tante tersayang yang selalu “iwel – iwel” dan membuat tante kangen.*

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah dan inayah-nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Braingym* dan *Cone Exercise* Terhadap *Sensomotorik* Anak Usia 4-6 Tahun”.

Tujuan penulisan skripsi ini yaitu sebagai salah satu syarat untuk mendapat gelar Sarjana Sains Terapan Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dalam kesempatan ini tidak lupa penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Arif Widodo, A.Kep, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Umi Budi Rahayu, S.St.Ft, S.Pd, M.Kes., selaku Ka Progdi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Isnaini Herawati, S.St.Ft, MSc., selaku pembimbing I yang telah memberi pengarahan dan bimbingan selama penulisan skripsi ini.
4. Bapak Agus Widodo, S.St.Ft, M.Fis., selaku pembimbing II yang telah memberi pengarahan dan bimbingan selama penulisan skripsi ini.
5. Ibu Dwi Rosella Komala Sari, S.St.Ft, M.Fis., selaku penguji.
6. Semua dosen di Progdi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
7. Kepada seluruh ustadzah dan adik – adik di TK Pondok Pesantren Ta'mirul Islam Surakarta, terima kasih atas kerjasamanya dalam penelitian skripsi ini.
8. Kak Hilmi Zadah Faidlullah, terimakasih atas saran, dukungan dan semangatnya.
9. Bapak Hadi Miharjanto, S.St.Ft., M.Or., dan Ibu Nugraheni, AMD.Fis., terimakasih atas nasihat dan dukungannya.
10. Teman – teman seperjuanganku dalam upaya melanjutkan kehidupan Islam, terimakasih kalian telah banyak memotivasi aku untuk selalu berada di jalan yang di ridhoi Allah SWT.

11. Kepada teman – teman wisma khasanah, BEM'07-'08, Mentoring dan IKAMALA, terimakasih kalian telah menemani aku selama disolo.
12. Kepada teman-teman seperjuangan Fisioterapi angkatan 2007 terimakasih atas kerjasama dan kenangan yang tak terlupakan.
13. Semua pihak yang telah membantu pembuatan skripsi ini atas waktu dan kesabarannya yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
14. Kepada ALMAMATER

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini jauh dari sempurna untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari pembaca. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Surakarta, Oktober 2011

Sri Yuliana

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN DEKLARASI	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAKS	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. LANDASAN TEORI	
A. Kerangka Teori	8
B. Kerangka Berfikir	24
C. Kerangka Konsep	24
D. Hipotesis	25
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	26
B. Metode Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel Penelitian	27
D. Variabel Penelitian	28

E. Jalannya Penelitian.....	30
F. Teknik Analisis Data.....	31
BAB IV. HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	33
B. Hasil Pengolahan Data Statistik	35
BAB V. PEMBAHASAN	
A. Pembahasan Hasil Penelitian.....	39
B. Keterbatasan Penelitian.....	43
BAB VI. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	44
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN	49

DAFTAR TABEL

Table	Halaman
1.1 Karakteristik responden menurut usia, jenis kelamin dan nilai mean data <i>braingym</i>	34
1.2 Karakteristik responden menurut usia, jenis kelamin dan nilai mean data <i>cone exercise</i>	34
1.3 Hasil uji sensomotorik dengan <i>wobble board</i> perlakuan <i>braingym</i>	35
1.4 Hasil uji sensomotorik dengan <i>wobble board</i> perlakuan <i>cone exercise</i>	35
2.1 Hasil uji normalitas data <i>braingym</i> dan <i>cone exercise</i>	35
2.2 Hasil uji normalitas dan selisih pretes dan post test <i>braingym</i> dan <i>cone exercise</i>	36
2.3 Hasil uji homogenitas dengan <i>one way ANOVA</i>	36
2.4 Daftar hasil uji <i>paired T test</i> perlakuan <i>Braingym</i> terhadap sensomotorik.	37
2.5 Daftar hasil uji <i>Wilcoxon signed rank test</i> perlakuan <i>Cone exercise</i> terhadap sensomotorik	37
2.6 Daftar hasil uji statistik <i>mann whitny test</i> beda pengaruh <i>Braingym</i> dan <i>cone exercise</i> terhadap sensomotorik	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
b.1 Minum air	16
b.2 Zaklar otak.....	17
b.3 Gerakan silang (<i>cross srowl</i>)	17
b.4 Hook ups.....	18
b.5 8 Tidur (<i>lazy 8</i>).....	18
b.6 <i>Neck rolls</i>	19
b.7 Mengisi energi (<i>energizer</i>)	20

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data responden	53
2. Uji hipotesis	55
3. Hasil pemeriksaan <i>wobble board</i>	60
4. Dokumentasi penelitian.....	62
5. Surat Penelitian	64
6. Persetujuan menjadi responden	65
7. Persetujuan penelitian	65

ABSTRAK

PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI, 2011

SRI YULIANA / J110070006

“PENGARUH *BRAINGYM* DAN *CONE EXERCISE* TERHADAP SENSOMOTORIK ANAK USIA 4-6 TAHUN”.

Terdiri dari 74 halaman, VI Bab, 8 Tabel, 7 Gambar, 6 Lampiran.

(Dibimbing oleh: Isnaini Herawati, S.St.Ft., M.Sc. dan Agus Widodo, S.St.Ft., M.Fis)

Latar belakang: Anak usia 4 – 6 tahun adalah waktunya mereka untuk bermain sehingga stimulasi terbaik yaitu melalui permainan. Mereka belum mengalami pematangan sensomotorik yang mempengaruhi konsentrasi, sikap tubuh, keseimbangan dan perilaku sehari – hari. Untuk itu diperlukan penanganan sedini mungkin berupa berbagai kegiatan seperti bermain, yang banyak menggunakan keterampilan baik motorik kasar maupun motorik halus.

Tujuan penelitian: Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh *braingym* dan *cone exercise* terhadap sensomotorik anak usia 4-6 tahun.

Metode penelitian: penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen* dengan uji statistik *Paired T test* untuk *braingym*, *willcoxon* untuk *cone exercise* dan *Mann Whitney* untuk uji beda pengaruh. Sampel terdiri dari 24 anak pada kelompok perlakuan I (*braingym*) dan 24 anak pada kelompok II (*cone exercise*).

Hasil Penelitian: 2 minggu pemberian *Braingym* dan *Cone Exercise* terhadap sensomotorik sebelum dan sesudah didapatkan hasil yang signifikan. Hasil uji beda pengaruh antara *Braingym* dan *Cone Exercise* diperoleh p-value 0,787, sehingga didapatkan tidak ada beda pengaruh antara pemberian *Braingym* dan *Cone Exercise*.

Kesimpulan: terdapat pengaruh yang signifikan ($P < 0,05$) *braingym* ($P = 0,000$) dan *cone exercise* ($P = 0,000$) terhadap sensomotorik anak usia 4-6 tahun. Tidak ada beda pengaruh antara *braingym* dan *cone exercise* ($P = 0,787$).

Kata kunci: *braingym*, *cone exercise*, sensomotorik.

ABSTRACT

DIPLOMA IV STUDY PROGRAM OF PHYSIOTHERAPY
HYGIENE OF FACULTY
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF SURAKARTA
RESEACH PAPER,2011

SRI YULIANA / J110070006

THE INFLUENCES OF *BRAINGYM AND CONE EXERCISE* TO THE SENSOMOTORIC OF THE 4 – 6 YEARS CHILDREN.

(Consists of 74 pages, 6 chapter, 8 tables, 7 pictures, 6 attachments)

(Lead by Isnaini Herawati, S.St.Ft., M.Sc. and Agus Widodo, S.St.Ft., M.Fis)

Background: Age child 4-6 years is time for them to play at so that the best stimulation is game. They are not in maturation of sensomotorik influencing concentration, body attitude, everyday, behavior and balance. For that, needs handling early possible in the form of various activity like playing at which using many skill of harsh goodness and also smooth motorik.

Research purposes: The research aimed at knowing the influence braingym and cone exercise against sensomotorik the age child 4-6 years. The research was carried out in TK Pondok Pesantren Tamirul Islam Surakarta for 2 weeks.

Research Methods: The research method was quasi the experiment to know an intervention or gave the treatment to the object of the research. The sample consisted of 24 children, the first treatment group (braingym) and 24 children to the second group (cone exercise).

Research Results: 2 weeks of Braingym and Cone Exercise on the sensomotoric before and after the significant results get. The effect between the different test results and Cone Exercise Braingym obtained p-value 0.787, so There was no influence between the braingym and cone exercise.

Conclusion: The conclusion from the research, there was the significant influence ($P < 0,05$) for braingym ($P=0,000$) and cone exercise ($P=0,000$) against sensomotorik the 4-6 years children. There was no influence between the first treatment group and the second treatment group ($P=0,787$).

The key words: braingym, cone exercise, sensomotorik.