

**PENGARUH *BRAIN GYM* TERHADAP PENINGKATAN  
KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK TAMAN  
KANAK-KANAK**



**SKRIPSI**

Disusun Untuk Memenuhi Persyaratan dalam Mendapatkan Gelar  
Sarjana Fisioterapi

Oleh :

**ASTUTI**

**J120171092**

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH *BRAIN GYM* TERHADAP PENINGKATAN  
KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK TAMAN  
KANAK-KANAK**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dalam Sidang Skripsi

Program Studi S1 Fisioterapi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Oleh :

Astuti

J120171092

Telah disetujui Oleh :

Pembimbing



**Wijianto, SST.FT, FTr., MOR.**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**PENGARUH *BRAIN GYM* TERHADAP PENINGKATAN**  
**KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK TAMAN**  
**KANAK-KANAK**

Yang dipersiapkan dan disusun oleh :

Astuti

J120171092

Telah dipertahankan didepan dewan penguji pada  
Tanggal 16 Juli 2019  
dan dinyatakan memenuhi syarat

Susunan Dewan Penguji

Wijianto, SST.FT, FTr., MOR

(.....)

Isnaini Herawati, S.Fis., M.Sc.

(.....)

Edy Waspada, , S.Fis., Ftr., M.Kes

(.....)

Surakarta, 16 Juli 2019  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta  
Dekan



Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes  
NIK/NIDN 786/06-1711-7301

## PERNYATAAN

Dengan ini, peneliti menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang sepengetahuan peneliti tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surakarta, 16 juli 2019



**ASTUTI**  
J120171092

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan bimbingan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh *Brain Gym* Terhadap Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Pada Anak Taman Kanak-Kanak”. Skripsi ini ditulis sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Fisioterapi di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan dan bantuan dari banyak pihak maka skripsi ini tidak mungkin dapat diselesaikan seperti sekarang ini. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Wijianto, SST.FT, FTr., MOR. sebagai pembimbing utama yang telah dengan sabar dan ikhlas membimbing penulis dalam penyusunan skripsi ini.
2. Seluruh dosen serta karyawan Jurusan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Teman-teman Mahasiswa Fisioterapi S1 Transfer Universitas Muhammadiyah Surakarta .
4. Keluarga besar tercinta yang sudah mendukung penulis dalam penyelesaian proposal ini.

Penulis menyadari dalam penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari para pembaca yang bersifat membangun guna penyempurnaan skripsi ini. Semoga proposal skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata saya selaku penulis mengucapkan terima kasih.

Surakarta, April 2019

Astuti

## **PENGARUH *BRAIN GYM* TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR PADA ANAK TAMAN KANAK-KANAK**

### **ABSTRAK**

Keterampilan gerakan motorik kasar membutuhkan koordinasi tangan, kaki dan seluruh tubuh anak. Hal ini membutuhkan proses koordinasi dari otak yaitu koordinasi otak kanan dan kiri dan pemeliharaan otak secara fungsional. *Brain gym* merupakan serangkaian gerakan sederhana yang merangsang area otak berdasarkan fungsional otak masing-masing. *Brain gym* terdiri dari gerakan-gerakan yang menuntut keseimbangan, yang secara mekanis mengaktifkan kedua hemisfer otak melalui korteks motorik dan korteks sensoris, serta merangsang sistem vestibular untuk menjaga keseimbangan. Gerakan-gerakan ringan dengan permainan melalui olah tangan dan kaki dapat memberikan rangsangan atau stimulus itulah yang dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *brain gym* terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak Taman Kanak-Kanak. Jenis penelitian ini adalah *quasi – experiment*. Desain penelitian adalah *Pre-Test* dan *Post Test Control Group* Desain. Sampel penelitian ini berjumlah 26 responden. Teknik pengambilan sampel dengan *non probability sampling*. Teknik analisa data penelitian ini menggunakan *paired t-test* dan *independent sampel t-test*. Hasil uji *paired t-test* menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian *braingym* terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar pada anak taman kanak-kanak, dengan nilai p-value  $0.000 < 0.05$ . Terdapat pengaruh aktivitas sekolah sehari-hari di TK Dharma Wanita Gedongan terhadap peningkatan kemampuan mototrik kasar pada anak taman kanak-kanak, dengan nilai p-value  $0.000 < 0.05$ . Tidak terdapat perbedaan signifikan pemberian *brain gm* dengan aktivitas sehari-hari di TK Dharma Wanita Gedongan. Ada pengaruh *brain gym* terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak taman kanak-kanak di Tk Dharma Wanita Gedongan.

**Kata Kunci:** *brain gym*, kemampuan motorik kasar

## **THE INFLUENCE OF GYM BRAIN ON ENHANCEMENT OF ROUGH MOTORIC ABILITY IN CHILDREN PARKS**

### **ABSTRACT**

Skill of gross motor movement requires coordination of hands, feet and the entire body of the child. This requires a coordination process from the brain, namely the coordination of the right and left brain and functional maintenance of the brain. The gym brain is a series of simple movements that stimulate the brain area based on the functional brain of each. The gym brain consists of movements that demand balance, which mechanically activate both brain hemispheres through the motor cortex and sensory cortex, and stimulate the vestibular system to maintain balance. Light movements with games through hands and feet can provide stimuli or stimuli that can improve gross motor skills. The purpose of this study is to determine the effect of brain gym on improving gross motor skills in kindergarten children. This type of research is quasi-experimental. The research design is Pre-Test and Post Test Control Group Design. The sample of this study amounted to 26 respondents. Sampling technique with non probability sampling. The data analysis technique of this study used paired t-test and independent sample t-test. The results of the paired t-test showed that there was an effect of braingym on increasing gross motor skills in kindergarten children, with a p-value of  $0.000 < 0.05$ . There is an influence of daily school activities in the Dharma Wanita Gedongan Kindergarten on increasing gross motility skills in kindergarten children, with a p-value of  $0.000 < 0.05$ . There was no significant difference in brain gm administration with daily activities at the Gedongan Women's Dharma Kindergarten. there is a brain gym influence on improving gross motor skills of kindergarten children in Gedongan Women's Dharma School.

**Keywords:** brain gym, gross motor skills

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
D. Manfaat Penelitian .....	5
BAB II LANDASAN TEORI .....	6
A. Tinjauan Pustaka .....	6
B. Tinjauan Teori.....	7
1. Brain Gym.....	7
2. Keterampilan Motorik Kasar.....	15
3. Alat Ukur.....	17
C. Kerangka Berfikir.....	18
D. Kerangka Konsep .....	19
E. Hipotesis .....	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....	20
A. Pendekatan Penelitian .....	20
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	21
C. Populasi dan Sampel .....	21
D. Variabel Penelitian .....	21



E. Definisi Konseptual.....	21
F. Definisi Operasional.....	22
G. Prosedur Penelitian.....	23
H. Teknik Analisis Data .....	24
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	25
A. Hasil .....	25
1. Gambaran Umum Responden .....	25
2. Analisis Data .....	25
3. Uji Statistik .....	30
B. Pembahasan.....	32
1. Karakteristik Responden .....	32
2. Analisis Data .....	32
3. Keterbatasan Penelitian.....	34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....	35
A. Kesimpulan .....	35
B. Saran.....	35
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Penelitian Terdahulu Yang Relevan .....	6
Tabel 4.1	Distribusi Kelompok Sampel.....	25
Tabel 4.2	Distribusi Kelompok Sampel berdasarkan Usia .....	26
Tabel 4.3	Distribusi Sampel Kelompok Perlakuan.....	26
Tabel 4.4	Karakteristik perlakuan berdasarkan GMQ .....	27
Tabel 4.5	Distribusi Sampel Kelompok Kontrol .....	27
Tabel 4.6	Karakteristik Kontrol berdasarkan GMQ .....	28
Tabel 4.7	Distribusi Data Nilai kemampuan Motorik Kasar Kelompok Perlakuan .....	28
Tabel 4.8	Distribusi Data Nilai kemampuan Motorik Kasar Kelompok Kontrol.....	29
Tabel 4.9	Normalitas Data .....	30
Tabel 4.10	Hasil Uji Pengaruh Kelompok Perlakuan .....	30
Tabel 4.11	Hasil Uji Pengaruh Kelompok Kontrol .....	31
Tabel 4.12	Hasil Uji Beda Pengaruh.....	31

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1.	Gerakan kait rileks .....	10
Gambar 2.2.	Gerakan silang.....	11
Gambar 2.3.	Gerakan saklar otak.....	11
Gambar 2.4.	Gerakan Gajah.....	13
Gambar 2.5.	Gerakan Burung hantu .....	13
Gambar 2.6.	Gerakan luncuran gravitasi.....	14
Gambar 2.7.	Gerakan coretan ganda .....	15
Gambar 2.8.	Kerangka Berpikir .....	18
Gambar 2.9.	Kerangka konsep .....	19