

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **3.1 Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, ini merupakan penelitian empiris yang dimana data yang diteliti berbentuk sesuatu yang dapat dihitung atau berupa angka. Penelitian kuantitatif memerhatikan pada pengumpulan dan analisis data dalam bentuk numerik. Penelitian ini menggunakan dua variabel yang berdeda maka metode yang digunakan yaitu metode korelasi. Dalam buku “*Jenis-Jenis Penelitian Dalam Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*” karya Syahrizal & Jailani (2023), mengatakan:

*“Metode korelasi adalah suatu penelitian yang dilakukan untuk menggambarkan dua atau lebih fakta-fakta dan sifat-sifat objek yang di teliti, penelitian dilakukan untuk membandingkan persamaan dan perbedaan dua atau lebih fakta tersebut berdasarkan kerangka pemikiran tertentu” Syahrizal & Jailani (2023).*

Adapun variabel yang akan diteliti yaitu mengenai pengalaman gerak seseorang pada masa kanak-kanak yang kemudian hasilnya akan diteliti korelasinya terhadap kemampuan belajar gerak (*motor educability*) pada saat seseorang tersebut memasuki usia remaja.

#### **3.2 Partisipan**

Partisipan pada penelitian ini adalah remaja dengan rentang usia 13-17 tahun, hal ini didasarkan pada variabel yang ingin diteliti yaitu pengalaman gerak seseorang pada masa kanak-kanak yang dimana hal tersebut akan diteliti korelasinya dengan kemampuan belajar gerak (*motor educability*) ketika mereka memasuki usia remaja pada mata pelajaran pendidikan jasmani.

#### **3.3 Populasi dan Sampel**

Populasi dan sampel penelitian ini adalah siswa SMP Negeri 12 Bandung yang berjumlah sebanyak 60 siswa. Pemilihan siswa SMP untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini, didasarkan pada rentang usia

remaja yang diperlukan untuk penelitian, yaitu antara 13-17 tahun, dimana seseorang pada masa SMP mereka sudah mulai masuk pada usia remaja, yang mana usia remaja itu dimulai dari usia 13-17 tahun. Jannah & Yacob (2017), menjelaskan periode remaja berlangsung antara usia 13/14 sampai dengan 18/21 tahun. Adapun pendapat lain yang mengatakan periode remaja berlangsung sekitar usia 11 hingga 18 tahun (Hildayani, 2014).

Teknik penarikan sampel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik *purposive sampling* dilakukan dengan cara mengambil subjek bukan didasarkan atas strata, random atau daerah tetapi didasarkan atas adanya tujuan tertentu. Biasanya dilakukan karena beberapa pertimbangan tertentu (Hikmawati, 2020).

### 3.4 Instrumen Penelitian

Untuk meneliti variabel pertama mengenai pengalaman gerak masa kanak-kanak peneliti menggunakan instrumen berupa kuesioner yang memuat pertanyaan-pertanyaan yang mengingatkan kembali seseorang pada pengalaman gerak yang pernah ia lakukan semasa kanak-kanak. Dalam buku “*Metodologi Penelitian*” karya Hikmawati (2020), kuesioner atau *questionnaires*, adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan peneliti untuk memperoleh informasi dari responden dalam bentuk laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ingin diketahui dari subjek penelitian.

#### 3.4.1 Kuesioner Pengalaman Gerak Masa Kanak-Kanak

Untuk membuat instrumen penelitian yang dapat mengungkap pengalaman gerak masa kanak-kanak seseorang, perlu kita ketahui terlebih dahulu definisi konsep dari pengalaman gerak itu sendiri. Agar nantinya dapat ditemukan indikator-indikator apa saja yang dapat digunakan untuk membuat pertanyaan-pertanyaan untuk mengungkap pengalaman gerak seseorang ketika masih masa kanak-kanak.

##### 1) Definisi Konsep

Menurut KBBI (2016), pengalaman didefinisikan sebagai yang pernah dialami (dirasai, dijalani, ditanggung, dan

sebagainya). Pengalaman menurut Villela (2017), dapat diartikan sebagai sesuatu yang pernah dialami, dijalani maupun dirasakan, oleh panca indera dan tersimpan dalam memori. Pengalaman dapat diperoleh ataupun dirasakan saat peristiwa baru saja terjadi maupun sudah lama berlangsung. Pengalaman setiap orang terhadap suatu obyek dapat berbeda-beda, karena pengalaman mempunyai sifat yang subyektif, yang dipengaruhi oleh isi memori atau ingatan. Apapun yang memasuki indera dan diperhatikan akan disimpan di dalam memorinya dan akan digunakan sebagai referensi untuk menanggapi hal yang baru. Pengalaman menurut Ruggeri (2020), termuat kedalam beberapa aspek:

- a) Keterlibatan indera: Pengalaman melibatkan penginderaan terhadap dunia luar melalui panca indera, seperti melihat, mendengar, mencium, merasakan, dan mengecap.
- b) Emosi: Pengalaman sering kali diiringi dengan emosi, seperti kebahagiaan, kesedihan, kemarahan, ketakutan, dan sebagainya.
- c) Kognitif: Pengalaman juga melibatkan proses berpikir dan interpretasi terhadap apa yang dialami.
- d) Perilaku: Pengalaman dapat memengaruhi perilaku seseorang di masa depan.
- e) Nilai dan keyakinan: Pengalaman dapat membentuk nilai dan keyakinan seseorang.

Gerak adalah suatu pergantian posisi yang dilakukan oleh setiap orang. Gerak adalah sesuatu yang ditampilkan oleh manusia secara nyata dan dapat diamati. Gerak adalah proses perpindahan dari satu tempat ke tempat lain untuk mencapai tujuan yang memerlukan waktu yang dinamis. Gerak tidak bersifat materil tetapi merupakan suatu bagan atau skema yang dapat dimengerti oleh akal budi kita (Mustafa & Sugiharto,

2020). Pendapat lain menyebutkan bahwa gerak adalah ekspresi murni yang dilakukan secara spontan, kapan saja dan dimana saja dengan menggunakan anggota tubuhnya (Abdullah, 2023). Secara umum gerak dasar manusia bisa dikategorikan ke dalam tiga kategori yang disebut dengan gerak dasar fundamental. Tiga gerak dasar fundamental tersebut diantaranya:

- a) Gerak lokomotor: berjalan, berlari, melompat, meluncur, berguling, berlari kencang, menjatuhkan diri, dan bersepeda.
- b) Gerak nonlokomotor: membungkuk, meregang, mengayun, memutar tubuh, bergelantungan, keseimbangan,
- c) Gerak manipulatif: menangkap bola, menggiring bola, melempar bola, menendang bola, memantulkan bola, memukul, dan menarik.

Masa kanak-kanak dimulai sebagai penutup masa bayi, usia dimana ketergantungan secara praktis sudah dilewati, diganti dengan tumbuhnya kemandirian dan berakhir sekitar usia masuk sekolah dasar (Fajriati & Na'imah, 2020). Para pendidik menyebut masa anak-anak awal dengan sebutan masa prasekolah. Masa kanak-kanak ini terbagi menjadi dua fase, fase pertama disebut dengan masa kanak-kanak awal (*Early Childhood*) dimulai dari rentang usia 2-6 tahun. Fase kedua disebut dengan masa kanak-kanak akhir (*Late Childhood*) dimulai dari rentang usia 6-12 tahun (Alfiyan & Rokhmah, 2016).

Dari berbagai definisi konsep di atas dapat disimpulkan bahwa pengalaman gerak masa kanak-kanak adalah pengalaman gerak atau pergantian posisi yang pernah dialami, dijalani maupun dirasakan, oleh panca indera dimasa lalu dan tersimpan dalam memori baik berupa gerak lokomotor,

nonlokomotor maupun manipulatif dalam rentang usia 2-12 tahun. Pendapat lain mengungkapkan pengalaman gerak anak adalah jumlah waktu anak dalam beraktivitas gerak yang dialami sepanjang hari atau waktu tertentu. Pengalaman gerak yang diidentikan dengan kesempatan anak dalam memperoleh kegiatan aktivitas fisik motorik kasar baik di dalam ruangan (*indoor*) maupun di luar ruangan (*outdoor*) yang dilaksanakan pada kegiatan bermain, berolahraga baik secara formal maupun informal di berbagai lingkungan seperti bermain dilingkungan rumah, sekolah atau dilingkungan masyarakat lainnya (Abdullah, 2023).

## 2) Kisi-Kisi Kuesioner Pengalaman Gerak Masa Kanak-Kanak

Setelah memahami definisi konsep dari pengalaman gerak masa kanak-kanak langkah selanjutnya adalah membuat kisi-kisi untuk membuat pertanyaan kuesioner berdasarkan dimensi pengalaman gerak yang didapatkan dari definisi konsep sebelumnya. Berikut merupakan kisi-kisi dari pengalaman gerak masa-kanak-kanak:

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Kuesioner Pengalaman Gerak Masa Kanak-Kanak

No	Konsep	Definisi	Komponen	Indikator
1)	Pengalaman Gerak Masa Kanak-Kanak	Pengalaman gerak masa kanak-kanak adalah pengalaman gerak (pergantian posisi tubuh) yang pernah dialami, dijalani maupun dirasakan, oleh panca indera dimasa lalu dalam rentang usia 2-12 tahun.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Gerak dalam kehidupan keluarga.</li> <li>Gerak dalam kehidupan dimasyarakat.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Partisipasi anak dalam kegiatan fisik keluarga (misalnya: jalan pagi bersama keluarga, <i>hiking</i>).</li> <li>Jenis aktivitas fisik yang dilakukan di rumah (misalnya: bermain bola di halaman, bersepeda, menari).</li> </ul>

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Kuesioner Pengalaman Gerak Masa Kanak-Kanak

No	Konsep	Definisi	Komponen	Indikator
				<ul style="list-style-type: none"> <li>• Frekuensi anak bermain aktif di luar rumah bersama teman-teman.</li> <li>• Jenis aktivitas fisik yang dilakukan di lingkungan sekitar (misalnya: bermain sepak bola di lapangan).</li> <li>• Partisipasi anak dalam kegiatan komunitas atau kelompok (misalnya: klub olahraga, kelas tari).</li> </ul>
2)	Keterampilan Gerak Dasar Fundamental	Gerak dasar fundamental adalah gerakan-gerakan yang perkembangannya sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan seseorang (Yudanto, 2020).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gerak Dasar Lokomotor</li> <li>• Gerak Dasar Nonlokomotor</li> <li>• Gerak Dasar Manipulatif</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Berlari (misalnya bermain kejar-kejaran, bermain petak umpet, bermain kucing dan tikus, dan bermain pencuri dan polisi).</li> <li>• Melompat (misalnya, bermain lompat tali, engklek, balap karung, dan lompat jauh).</li> <li>• Bergelantungan (misalnya, bergelantungan di dahan pohon atau tiang).</li> </ul>

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Kuesioner Pengalaman Gerak Masa Kanak-Kanak

No	Konsep	Definisi	Komponen	Indikator
				<ul style="list-style-type: none"> <li data-bbox="1166 338 1409 517">• Keseimbangan (misalnya bermain egrang, kucing patung).</li> <li data-bbox="1166 595 1409 808">• Menangkap (misalnya bermain gobak sodor, permainan bola bekel).</li> <li data-bbox="1166 819 1409 1099">• Melempar (misalnya bermain kereleng, bola bakar/beracun, lempar sandal, melempar bola).</li> <li data-bbox="1166 1111 1409 1256">• Menendang (misalnya bermain sepak bola)</li> <li data-bbox="1166 1267 1409 1435">• Memukul (misalnya bermain kasti, gatrik, badminton).</li> </ul>

Untuk alternatif jawaban dan angka skala untuk nilai setiap pertanyaan, mengacu pada pendapat Budiaji (2013), yang menyatakan jumlah titik respon 4 (genap) lebih disarankan daripada jumlah titik respon 5 (ganjil) karena bias sosial dapat dikurangi.

Arti angka-angka untuk nilai setiap pernyataan yaitu:

Tabel 3.2 Alternatif Jawaban Kuesioner

<b>Pernyataan</b>	<b>Skor</b>
Sangat Dilakukan	4
Dilakukan	3
Tidak Dilakukan	2
Sangat Tidak Dilakukan	1

3) Butir Soal Kuesioner Pengalaman Gerak Masa Kanak-Kanak

Setelah membuat kisi-kisi kuesioner pengalaman gerak berdasarkan definisi konsep pada bahasan sebelumnya, maka didapatkan butir-butir soal untuk mengungkap pengalaman gerak masa kanak-kanak.

- 1) Pada masa kanak-kanak, apakah anda melakukan aktivitas jalan pagi bersama keluarga diakhir pekan?
- 2) Saat masa kanak-kanak, apakah anda suka bermain bola di halaman rumah?
- 3) Apakah anda bermain sepeda di halaman rumah sewaktu masih kecil?
- 4) Seberapa dilakukan aktivitas menari oleh anda pada saat masa kanak-kanak?
- 5) Apakah anda bermain setiap hari bersama teman-teman sewaktu masa kanak-kanak?
- 6) Apakah anda bermain permainan sepak bola dilapangan bersama teman-teman pada masa kanak-kanak?
- 7) Pada masa kanak-kanak saya menjalankan aktivitas gerak bersama dengan kelompok olahraga yang saya ikuti?
- 8) Apakah anda melakukan permainan kejar-kejaran saat masih kanak-kanak?
- 9) Sewaktu masih kanak-kanak apakah anda melakukan permainan kucing dan tikus?

- 10) Apakah anda bermain permainan polisi dan pencuri pada masa kanak-kanak?
- 11) Apakah anda menjalankan permainan lompat tali sewaktu masih kanak-kanak?
- 12) Sewaktu masih kecil, apakah anda bermain permainan engklek?
- 13) Apakah anda terlibat dalam permainan balap karung sewaktu masih kanak-kanak?
- 14) Seberapa dilakukan permainan lompat jauh oleh anda sewaktu masih kanak-kanak?
- 15) Sewaktu masih kecil, apakah anda melakukan permainan bergelantungan di atas pohon atau tiang?
- 16) Sewaktu kecil, apakah anda bermain egrang?
- 17) Sewaktu kanak-kanak, apakah anda bermain permainan kucing patung?
- 18) Saat masa kecil, apakah permainan gobak sodor anda kerjakan?
- 19) Apakah permainan bola bekel anda lakukan pada masa kanak-kanak?
- 20) Ketika masih kanak-kanak, apakah anda bermain permainan kelereng?
- 21) Ketika masih kanak-kanak, seberapa dilakukan oleh anda permainan bola bakar atau bola beracun?
- 22) Saat kecil, apakah anda melakukan permainan lempar sandal?
- 23) Sewaktu masih anak-anak apakah anda memainkan permainan melempar bola?
- 24) Permainan sepak bola, apakah anda mainkannya sewaktu masih kanak-kanak?
- 25) Permainan bola kasti, seberapa dilakukan permainan tersebut oleh anda sewaktu masih kecil?

26) Apakah anda bermain permainan gatrik sewaktu masih anak-anak?

27) Seberapa dilakukan permainan badminton oleh anda ketika masih menjadi kanak-kanak?

#### 4) Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Pengalaman Gerak Masa Kanak-Kanak

Pengujian validitas dan reliabilitas perlu dilakukan untuk menguji ketangguhan dari suatu instrumen guna mendapatkan hasil yang sesuai dengan apa yang ingin kita ukur.

##### a. Uji Validitas Instrumen

Menurut Janna & Herianto (2021), uji validitas digunakan untuk menentukan apakah suatu instrumen pengukuran adalah valid atau tidak. Instrumen yang dimaksud di sini adalah pertanyaan-pertanyaan dalam kuesioner. Sebuah kuesioner dianggap valid jika pertanyaannya mampu mengungkapkan informasi yang dimaksud untuk diukur oleh kuesioner tersebut.

Pengujian validitas kuesioner pengalaman gerak ini dilakukan dengan mengkorelasikan setiap skor item tes dengan nilai total konstruk dengan nilai signifikansi yang digunakan sebesar 0,05. Kuesioner dikatakan valid apabila nilai signifikansi memenuhi kriteria pengujian.

Kriteria pengujian validitas:

- Tingkat signifikansi item  $< 0,05$  maka item tes dinyatakan valid.
- Tingkat signifikansi item  $> 0,05$  maka item tes dinyatakan tidak valid.

Setelah melakukan pengujian validitas kuesioner pengalaman gerak menggunakan perangkat

lunak SPSS versi 26, didapatkan hasil pengujian sebagai berikut:

Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Instrumen

No	Pertanyaan	Nilai Signifikansi	Keterangan
1.	Pertanyaan 1	0,016	Valid
2.	Pertanyaan 2	0,005	Valid
3.	Pertanyaan 3	0,003	Valid
4.	Pertanyaan 4	0,001	Valid
5.	Pertanyaan 5	0,026	Valid
6.	Pertanyaan 6	0,002	Valid
7.	Pertanyaan 7	0,000	Valid
8.	Pertanyaan 8	0,000	Valid
9.	Pertanyaan 9	0,000	Valid
10.	Pertanyaan 10	0,000	Valid
11.	Pertanyaan 11	0,000	Valid
12.	Pertanyaan 12	0,004	Valid
13.	Pertanyaan 13	0,000	Valid
14.	Pertanyaan 14	0,000	Valid
15.	Pertanyaan 15	0,000	Valid
16.	Pertanyaan 16	0,000	Valid
17.	Pertanyaan 17	0,000	Valid
18.	Pertanyaan 18	0,000	Valid
19.	Pertanyaan 19	0,002	Valid
20.	Pertanyaan 20	0,001	Valid
21.	Pertanyaan 21	0,035	Valid
22.	Pertanyaan 22	0,000	Valid
23.	Pertanyaan 23	0,000	Valid
24.	Pertanyaan 24	0,006	Valid
25.	Pertanyaan 25	0,000	Valid
26.	Pertanyaan 26	0,000	Valid
27.	Pertanyaan 27	0,021	Valid

#### b) Uji Reliabilitas Instrumen

Reliabilitas adalah ukuran yang menunjukkan sejauh mana sebuah instrumen pengukuran dapat dipercaya atau diandalkan. Uji reliabilitas digunakan untuk menilai konsistensi alat pengukur, yaitu apakah instrumen tersebut tetap konsisten ketika pengukuran diulang. Sebuah alat pengukur dianggap reliabel jika

memberikan hasil yang sama meskipun dilakukan pengukuran berulang kali (Janna & Herianto, 2021).

Uji reliabilitas dengan metode *Cronbach's Alpha* dengan nilai signifikansi yang digunakan 5% dipilih untuk menguji reabilitas kuesioner pengalaman gerak masa kanak-kanak. Ukuran reliabilitas ini sangat tepat digunakan ketika instrumen penelitian disusun dengan skala *Likert* (Anggraini, 2022).

Kriteria pengujian reliabilitas:

- Jika  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel 5% maka kuesioner dinyatakan reliabel.
- Jika  $r$  hitung  $<$   $r$  tabel 5% maka kuesioner dinyatakan tidak reliabel.

Dengan menggunakan SPSS versi 26 didapatkan hasil pengujian reliabilitas sebagai berikut:

Tabel 3.4 Hasil Uji *Case Processing Summary*

<i>Case Processing Summary</i>			
		N	%
<i>Cases</i>	<i>Valid</i>	60	100.0
	<i>Excluded</i>	0	.0
	<b>Total</b>	60	100.0

Nilai *cases* valid pada tabel *Case Processing Summary* menunjukkan angka 60 dan 100%, angka tersebut dapat diartikan bahwa jumlah responden yang mengisi kuesioner adalah 60 orang dengan presentase 100% valid karena tidak ada responden yang masuk pada kategori/kolom *excluded*.

Tabel 3.5 Nilai *Reliability Statistics Cronbach's Alpha*

<i>Reliability Statistics</i>	
<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>N of Items</i>
0.850	27

Pada tabel *Reliability Statistics* nilai *Cronbach's Alpha* menunjukkan angka 0,850 untuk jumlah item 27 butir pertanyaan. Merujuk pada kriteria pengujian reabilitas model *Cronbach's Alpha*, bahwa  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel 5% untuk dinyatakan reliabel. Nilai  $r$  hitung adalah nilai *Cronbach's Alpha*, yaitu 0,850. Nilai  $r$  tabel 5% bisa dilihat pada tabel  $r$  tabel kemudian pilih nilai signifikansi 5% dan sesuaikan dengan jumlah responden, maka didapatkan nilai  $r$  tabel 0.254 untuk jumlah responden 60.

Dapat ditarik kesimpulan, bahwa  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel 5% yaitu  $0,850 > 0,254$ , sehingga kuesioner pengalaman gerak masa kanak-kanak dapat dinyatakan reliabel, dapat dipercaya dan konsisten.

#### 3.4.1 Tes Kemampuan Motor Educability (IOWA-Brace)

Adapun untuk mengukur kemampuan belajar gerak (*motor educability*) peneliti menggunakan instrumen berupa tes kemampuan gerak. Peneliti menggunakan instrumen tes *Iowa-Brace* untuk mengukur *motor educability*. *Tes motor educability* adalah tes yang dilakukan untuk mengukur kemampuan seseorang dalam mempelajari gerakan-gerakan yang baru (*New Motor Skill*). Tujuan tes ini adalah untuk mengukur tinggi rendahnya kemampuan seseorang dalam mempelajari keterampilan gerak baru. Johnson pada tahun 1932 menguji tingkat validitas tes *motor educability* tersebut dan terdapat nilai validitas sebesar 0,69 dan reabilitas sebesar 0,88 (Widiastuti, 2015).

##### 1. Item Tes *Motor Educability*

Berikut merupakan 10 item tes *motor educability* yang telah dipilih untuk menjadi item tes pada penelitian ini.

Tabel 3.6 Item Tes *Motor Educability*

No	Item Tes	Deskripsi	Ketentuan
1.	<i>One Foot Touch Head</i>	Berdiri dengan kaki kiri. Kemudian membungkuk ke depan dan meletakkan kedua tangan di lantai. Kaki kanan diangkat lurus ke belakang. Kepala menyentuh lantai, kemudian kembali berdiri tanpa kehilangan keseimbangan.	Gagal bila : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kepala tidak menyentuh lantai</li> <li>• Kehilangan keseimbangan</li> <li>• Kaki kanan turun menyentuh lantai</li> </ul>
2.	<i>Side Learning Rest</i>	Duduk dengan kedua kaki lurus dan rapat kedepan. Letakkan tangan kanan di lantai di belakang tubuh. Miringkan badan ke kanan sehingga badan terangkat dan bertumpu pada tangan dan kaki kanan. Angkat kaki dan tangan kiri, lalu pertahankan posisi tersebut sampai hitungan kelima.	Gagal apabila: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak bersikap sebagaimana seharusnya</li> <li>• Tidak mampu melakukan sampai hitungan kelima</li> </ul>
3.	<i>Graspevine</i>	Berdiri dengan kedua tumit rapat. Membungkuk ke depan dan masukkan kedua tangan di antara lutut, sehingga tangan berada di belakang pergelangan kaki. Kaitkan jari-jari tangan di depan pergelangan kaki. Pertahankan posisi ini selama sampai hitungan kelima.	Gagal apabila: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kehilangan keseimbangan sebelum hitungan kelima.</li> <li>• Kedua tangan tidak melingkari kedua pergelangan kaki dan jari-jari tidak saling berkaitan di depan pergelangan kaki (tidak sampai)</li> </ul>
4.	<i>One Knee Balance</i>	Menoleh ke kanan dan berlutut dengan satu kaki, sementara kaki lainnya diangkat lurus ke belakang. Luruskan dan rentangkan kedua tangan sejajar bahu.	Gagal apabila: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menyentuh lantai dengan bagian badan selain lutut dan ujung kaki tumpu</li> </ul>

Tabel 3.6 Item Tes *Motor Educability*

No	Item Tes	Deskripsi	Ketentuan
		Pertahankan posisi ini selama 5 hitungan.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kehilangan keseimbangan</li> </ul>
5.	<i>Cross Leg Squat</i>	Lipat kedua tangan di dada. Silangkan kedua kaki, lalu duduk dalam posisi bersila. Kemudian, berdirilah tanpa melepaskan lipatan tangan dan silangan kaki.	Gagal apabila: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kehilangan keseimbangan</li> <li>• Tangan tidak tetap berlipat pada dada</li> <li>• Tidak mampu berdiri</li> </ul>
6.	<i>Full Left Turn</i>	Berdiri dengan kaki rapat. Lompat ke atas dan berputar ke kiri 360 derajat, usahakan mendarat di tempat semula. Jaga keseimbangan dan pastikan setelah menyentuh lantai kaki kiri tidak berpindah tempat.	Gagal apabila: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak berputar 360 derajat</li> <li>• Setelah jatuh kaki berpindah tempat</li> <li>• Kehilangan keseimbangan</li> </ul>
7.	<i>Hop Backward</i>	Berdiri dengan satu kaki. Dengan mata tertutup, lompat ke belakang sebanyak lima kali.	Gagal apabila: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Membuka mata</li> <li>• Kaki yang diangkat menyentuh lantai</li> </ul>
8.	<i>Forward Hand Kick</i>	Melompat setinggi-tingginya, ayunkan kedua kaki lurus ke depan, bengkokkan badan ke depan, dan sentuhkan ujung jari tangan pada ujung jari kaki sebelum mendarat.	Gagal apabila: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak menyentuh kedua ujung jari kaki sewaktu di udara</li> <li>• Membengkokkan lututnya lebih dari 45 derajat</li> </ul>
9.	<i>Three Dips</i>	Tekuk kedua lengan dan letakkan dada di lantai. Angkat tubuh sehingga kedua lengan lurus. Kembali ke posisi awal. Ulangi latihan ini 3 kali dengan baik, pastikan tubuh tetap lurus sepanjang latihan.	Gagal apabila: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tidak kuat melakukan sebanyak 3 kali</li> <li>• Dada tidak menyentuh lantai</li> </ul>
10.	<i>Knee Jump To Feet</i>	Berlutut dengan kedua kaki dalam posisi seperti	Gagal apabila:

Tabel 3.6 Item Tes *Motor Educability*

No	Item Tes	Deskripsi	Ketentuan
		kura-kura, ujung jari kaki menyentuh lantai. Ayunkan kedua lengan dan lompat ke atas tanpa mengubah posisi ujung kaki terlebih dahulu, sampai berdiri tegak.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengubah sikap ujung-ujung jari kaki</li> <li>• Tidak nyata-nyata bahwa melompat dan berdiri dengan tidak stabil</li> </ul>

## 2. Pelaksanaan Tes *Motor Educability*

Agar proses pengambilan data tes *motor educability* berjalan dan data yang didapatkan akurat, berikut tahap pelaksanaan tes yang perlu dilakukan:

- a) Testee dibariskan menjadi 2 shaf. Shaf pertama bertugas menjadi testee dan shaf kedua bertugas mengawasi.
- b) Sebelum melakukan tes, tester menjelaskan terlebih dahulu dan mecontohkan setiar butir tes. Tes dimulai sesuai aba-aba dari tester.
- c) Setiap testee diberikan dua kali kesempatan untuk setiap butir tes. Kriteria penilaian pada kesempatan pertama testee jika berhasil, maka diberi poin 2, namun jika gagal testee diberikan kesempatan kedua, jika kesempatan kedua berhasil, testee diberi poin 1. Sedangkan bila gagal dalam keduanya, maka testee tidak mendapatkan nilai.
- d) Testee tidak diperkenankan mencoba setia butir tes terlebih dahulu.

## 3. Ketentuan penilaian:

- a) Jika berhasil pada kesempatan 1 = nilai 2
- b) Jika berhasil pada kesempatan 2 = nilai 1
- c) Jika gagal = nilai 0

4. Alat Tes
  - a) Alat tulis
  - b) Peluit
  - c) Matras
5. Format Penilaian Hasil Tes *Motor Educability*

Tabel 3.7 Hasil Tes *Motor Educability*

No	Nama Siswa	Usia	<i>Tes Motor Educability</i>										Jumlah
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1.													
2.													
3.													
Dst													

### 3.5 Analisis data

Analisis statistik yang digunakan adalah analisis korelasi yaitu sebuah teknik analisis data untuk melihat sejauh mana hubungan pengalaman gerak masa kanak-kanak dengan kemampuan belajar gerak siswa. Kemudian hasil tersebut akan dianalisis secara deskriptif untuk memberikan gambaran umum tentang korelasi antara pengalaman gerak masa kanak-kanak dengan kemampuan belajar gerak (*motor educability*) yang nantinya divisualisasikan menggunakan diagram grafik. Untuk memudahkan dalam melakukan analisis data, peneliti menggunakan bantuan aplikasi SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) adalah perangkat lunak statistik yang digunakan untuk analisis data.