**ABSTRAK**

**Pengaruh Permainan Air Terhadap Kebugaran Jasmani Pada Anak Usia Dini**

**(Quasi Eksperimen di TK Pelita Bunda Kelompok B Tahun Ajaran 2015/2016)**

**Indri Dianita**

**1200614**

Penelitian ini dilakukan berdasarkan temuan empirik di Taman Kanak-kanak (TK) menunjukkan banyaknya anak yang mengalami kelelahan yang berlebih ketika selesai melakukan kegiatan atau aktivitas. Selain itu dilihat dari bentuk tubuh anak, banyak yang termasuk pada kategori obesitas dan setiap harinya selalu ada anak yang tidak masuk sekolah dengan alasan sakit. Salah satu yang menyebabkan fenomena tersebut adalah rendahnya kebugaran jasmani anak. Tujuan umum penelitian ini yaitu untuk mengetahui seberapa besar pengaruh permainan air terhadap kebugaran jasmani pada anak usia dini dan untuk meningkatkan kebugaran jasmani anak usia dini. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuasi eksperimen, desain yang digunakan adalah *Nonequivalent Control Group Design*. Hasil penelitian menunjukkan p < 0,05 artinya bahwa terdapat perbedaan yang signifikan kebugaran jasmani antara kelompok kontrol dan eksperimen pada saat postes dengan skor rata-rata peningkatan kelompok kontrol 71,70 dan kelompok eksperimen 118,41. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa permainan air memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kebugaran jasmani anak. Dengan demikian, permainan air dapat dipertimbangkan sebagai alternatif pembelajaran dalam meningkatkan kebugaran jasmani anak. Penelitian ini merekmendasikan kepada: (1) guru: untuk menjadikan permainan air sebagai salah satu metode alternatif dalam meningkatkan kebugaran jasmani anak (2) Lembaga pendidikan: untuk dapat menstimulus untuk anak dapat bergerak melalui pembelajaran yang berkaitan dengan motorik kasar, dan mengadakan program setiap bulannya untuk melakukan kegiatan di kolam renang (3) Orangtua: untuk membimbing anak melakukan aktivitas gerak yang berkaitan dengan motorik kasar di rumah (4) untuk melakukan uji validitas dan reliabilitas tes *VO2max* yang dimodifikasi dalam penelitian ini sehingga dapat menghasilkan tes *VO2max* yang sesuai dengan anak usia dini.

**Kata kunci : permainan air dan kebugaran jasmani**

**ABSTRACT**

**Effect of Water Game Against Physical Fitness In Early Childhood**

**(Quasi Experiments in TK Pelita Mother of Group B Academic Year 2015/2016)**

**Indri Dianita**

**1200614**

This study is based on empirical findings in kindergarten (TK) indicates the number of children who experience excessive fatigue when it completes an activity or activities. Additionally seen from the child's body shape, many are included in the category of obese and every day there is always the children who do not attend school because they are sick. One of the causes of the phenomenon is the lack of physical fitness of children. The general objective of this study is to determine how much influence the water games against physical fitness in early childhood and to improve physical fitness early childhood. The method used is a quasi-experimental methods, the design used is Nonequivalent Control Group Design. The results show p <0.05 means that there are significant differences between the physical fitness of the control group and experimental at the time of post-test with an average score of 71.70 increase in the control group and the experimental group 118.41. These results indicate that the water games have a significant influence on the physical fitness of children. This study merekmendasikan to: (1) teacher: to make the water play as one of the alternative methods for improving the physical fitness of children (2) The Board of Education: to stimulate the child can move through a learning related to gross motor skills, and programs every month to conduct activities in the pool (3) Parents: to guide children to do the motion activity related to gross motor home (4) to test the validity and reliability of the test *VO2max* modified in this study so as to generate test *VO2max* corresponding to childhood early.

**Keywords: water games and physical fitness**