

ABSTRAK

IVENA MARANATHA GULTOM. Pengaruh Senam Aerobik Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di TK ST Antonius 2 Medan Tahun Ajaran 2023/2024. Skripsi. Medan: Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Medan. 2024.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh senam aerobik terhadap kemampuan motorik kasar anak usia 5-6 tahun di TK ST Antonius 2 Medan. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan penelitian pre-eksperimen *one group pretest-post-test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah kelompok B di TK ST Antonius 2 Medan. Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Sampel dalam penelitian ini, yaitu 82 anak. Teknik pengumpulan data yang digunakan, yaitu observasi, test dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistic deskriptif dan statistik parametrik, yaitu uji *paired sampel t-test*. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar anak sebelum dan sesudah diberikan *treatment* kegiatan senam aerobik terdapat perubahan yang signifikan untuk perkembangan kemampuan motorik kasar anak. Hal tersebut dibuktikan dari hasil uji paired sampel test, yaitu diperoleh Sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti senam aerobik memberikan pengaruh yang signifikan untuk perkembangan kemampuan motorik kasar anak.

Kata Kunci: Perkembangan Motorik Kasar, Senam Aerobik



ABSTRACT

IVENA MARANATHA GULTOM. The Effect of Aerobic Exercise on Gross Motor Development of Children Aged 5-6 Years at ST Antonius Kindergarten 2 Medan Tahun Ajaran 2023/2024. Skripsi. Medan: Faculty of Education. Universitas Negeri Medan. 2024.

The purpose of this research was to determine the influence of aerobic exercises on the gross motor skills of 5-6-year-old children at TK ST Antonius 2 Medan. A quantitative approach was employed with a pre-experimental design using a one-group pretest-post-test model. The population for this study consisted of Group B at TK ST Antonius 2 Medan, with a total sample of 82 children selected through total sampling. Data collection techniques included observation, tests, and documentation. Data were analyzed using descriptive statistical analysis and parametric statistics, specifically the paired sample t-test. Based on the research findings, it can be concluded that there was a significant change in the gross motor skills of children before and after engaging in aerobic exercise. This was supported by the results of the paired sample t-test, where the obtained significance value (2-tailed) was $0.000 < 0.05$. As a result, the null hypothesis (H₀) was rejected, and the alternative hypothesis (H₁) was accepted. This indicates that aerobic exercises had a significant impact on the development of gross motor skills in children.

Keywords: Gross Motor Development, Aerobic Exercise