

**Efek Aktivitas Fisik terhadap Kemampuan Memori Kerja pada Anak Usia Dini
dengan Afek Positif sebagai Mediator:
Studi Eksperimen Kuasi**

¹Fidya Sutiono, ²Bhina Patria

^{1,2} Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

e-mail: fidya.sutiono@mail.ugm.ac.id, patria@ugm.ac.id

Abstract. *The development of working memory in early childhood can represent an early predictor of learning abilities in the future. One of many ways to improve working memory is by doing physical activity. Physical activity has a positive impact on cognitive development. Positive affect, as a form of social emotional ability, also influences on improving working memory. This research aims to investigate the effect of regular physical activity on improving working memory skills in early childhood with positive affect as a mediating factor. This study involved 40 children as participants with the age range of 3-5 years. It used an untreated control group experimental design with dependent pretest and posttest samples using switching replications. Mediation test shows that physical activity has an influence on improving working memory abilities in early childhood. The improvement of working memory is partly mediated by positive affect and another part is a direct relationship between physical activity and working memory without being mediated by positive affect. The post-hoc test shows that there are no differences between the two groups (KB and TK) before and after the intervention.*

Keywords: *Physical activity, Working memory, Positive affect, Early childhood, Quasi experiment, Switching replication*

Abstrak. Perkembangan kemampuan memori kerja pada anak usia dini dapat mewakili prediktor awal dari kemampuan belajar selanjutnya. Salah satu cara meningkatkan memori kerja dengan melakukan aktivitas fisik. Aktivitas fisik dapat membawa dampak positif bagi perkembangan kognitif. Afek positif, sebagai salah satu bentuk dari kemampuan sosial emosi, juga memiliki pengaruh terhadap peningkatan memori kerja. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh aktivitas fisik yang dilakukan secara teratur terhadap peningkatan kemampuan memori kerja pada anak usia dini dengan afek positif sebagai faktor mediasi. Partisipan penelitian adalah 40 anak dengan rentang usia 3-5 tahun. Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimen *untreated control group design with dependent pretest and posttest samples using switching replications*. Hasil uji mediasi menunjukkan adanya pengaruh aktivitas fisik terhadap peningkatan kemampuan memori kerja pada anak usia dini. Peningkatan memori kerja ini sebagian dimediasi oleh peningkatan afek positif dan sebagian lainnya merupakan hubungan langsung antara aktivitas fisik dengan memori kerja tanpa di mediasi oleh afek positif. Hasil uji *post-hoc test* menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan antara kelompok kedua kelompok (KB dan TK) sebelum dan setelah diberikan perlakuan aktivitas fisik.

Kata kunci: *Aktivitas fisik, Memori kerja, Afek positif, Anak usia dini, Kuasi eksperimen, Switching replication*