

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan dan Manfaat	11
D. Keaslian Penelitian	12
BAB II	19
TINJAUAN PUSTAKA	19
A. Executive Functions (EF)	19
1. Pengertian executive functions (EF)	19
2. Komponen EF.....	21
3. Perkembangan EF anak usia prasekolah.....	25
4. Faktor-faktor yang mempengaruhi EF.....	27
B. Kesiapan Sekolah	30
1. Pengertian kesiapan sekolah	30
2. Komponen kesiapan sekolah	32
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan sekolah	34
C. Kebugaran Fisik	36
1. Pengertian kebugaran fisik.....	36
2. Komponen kebugaran fisik.....	39
D. Aktivitas Fisik	44
1. Pengertian aktivitas fisik	44
2. Aktivitas Fisik Anak Prasekolah	50
3. Perkembangan fisik anak usia prasekolah	53
4. Mekanisme neurologis gerak	55
E. Pengasuhan.....	56
1. Pengertian pengasuhan.....	56
2. Aspek pengasuhan	57
F. Pendidikan ibu.....	58
G. Pendapatan Orang Tua.....	60
H. Landasan Teoritis Model Hubungan Kebugaran Fisik, <i>Executive Functions</i> , dan Kesiapan Sekolah	61
I. Landasan Teoritis Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap <i>Executive Functions</i> (EF) Dan Kesiapan Sekolah	65
J. Hipotesis	76
BAB III	77
METODE PENELITIAN.....	77
A. Variabel Penelitian	77

1. Variabel penelitian tahap 1.....	77
2. Variabel penelitian tahap 2.....	77
3. Definisi operasional variabel penelitian	77
B. Subjek Penelitian.....	80
C. Rancangan Penelitian	84
1. Rancangan penelitian tahap 1	84
2. Rancangan penelitian tahap 2	85
D. Prosedur Penelitian	86
1. Persiapan penelitian	86
2. Pelaksanaan Penelitian	88
E. Pengukuran.....	89
1. <i>Executive Functions</i> (EF).....	89
2. Kesiapan Sekolah.....	92
3. Kebugaran fisik anak	97
4. Pengasuhan oleh ibu	102
5. Pendidikan ibu	103
6. Pendapatan Orang Tua	103
7. Umur Anak.....	103
F. Prosedur Aktivitas Fisik (Eksperimen)	103
1. Aktivitas fisik	103
2. Penyusunan buku pedoman	106
G. <i>Manipulations check</i>	111
H. Pelaksanaan penelitian	112
I. Etika penelitian	114
J. Analisis Statistik	115
BAB IV.....	117
HASIL PENELITIAN	117
A. Deskripsi Subjek.....	117
B. Deskripsi Data.....	119
1. Deskripsi data penelitian tahap 1	119
2. Deskripsi data penelitian tahap 2	119
C. Hasil manipulation check.....	123
D. Hasil analisis data	128
1. Hasil uji hipotesis penelitian tahap 1	128
2. Hasil uji hipotesis penelitian tahap 2	130
a. Hasil analisis nilai pretest dan posttest EF dan kesiapan sekolah	130
b. Hasil uji prasyarat analisis of covarian (ancova).....	132
c. Hasil analisis ancova variabel dependent EF	134
d. Hasil analisis ancova variabel dependent kesiapan sekolah	135
3. Hasil analisis tambahan	136
BAB V.....	138
PEMBAHASAN.....	138
A. Hubungan antara Kebugaran Fisik, EF, dan Kesiapan Sekolah	138
B. Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap EF dan Kesiapan Sekolah.....	140
C. Faktor sosiodemografi yang mempengaruhi EF dan Kesiapan Sekolah	145
BAB VI.....	150
PENUTUP	150
A. Kesimpulan	150
B. Keterbatasan Penelitian	151
C. Implikasi dan Rekomendasi.....	151

1. Implikasi.....	151
2. Rekomendasi.....	154
DAFTAR PUSTAKA.....	156
SUMMARY	168
LAMPIRAN - LAMPIRAN	187

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skala Borg tentang Intensitas Latihan berdasarkan tenaga yang dirasakan.....	48
Tabel 2. Subjek penelitian tahap 1.....	84
Tabel 3. Subjek penelitian tahap 2.....	84
Tabel 4. Jadwal Pelaksanaan Penelitian.....	88
Tabel 5. Blue print tes kesiapan akademik.....	93
Tabel 6. Hasil analisis konsistensi antar rater	96
Tabel 7. Kisi-kisi aktivitas fisik.....	105
Tabel 8. Hasil FGD rancangan pedoman aktivitas fisik untuk anak prasekolah	107
Tabel 9. Pengujian internal terhadap rancangan pedoman aktivitas fisik untuk anak prasekolah	109
Tabel 10. Hasil uji antar observer terhadap aktivitas fisik yang dilakukan anak	110
Tabel 11. Deskripsi subjek penelitian tahap 1	117
Tabel 12. Deskripsi subjek penelitian tahap 2.....	118
Tabel 13. Deskripsi hasil pengukuran (raw score) penelitian tahap 1.....	119
Tabel 14. Deskripsi data skor komposit variabel EF, kesiapan sekolah, dan kebugaran fisik	119
Tabel 15. Deskripsi data hasil pengukuran (raw score) pengukuran usia anak dan variabel kovarian ditinjau dari kelompok perlakuan	120
Tabel 16. Deskripsi skor standar variabel kovarian ditinjau dari kelompok perlakuan	120
Tabel 17. Deskripsi hasil pengukuran (raw score) pretest dan posttest komponen EF dan kesiapan sekolah ditinjau dari kelompok perlakuan.....	121
Tabel 18 Deskripsi skor standar pretest dan posttest masing-masing komponen EF dan kesiapan sekolah ditinjau dari kelompok perlakuan.....	122
Tabel 19. Deskripsi data skor komposit pretest dan posttest EF dan kesiapan sekolah.....	123
Tabel 20. Deskripsi nilai komposit kebugaran fisik pretest dan posttest	123
Tabel 21 Hasil uji beda pretest dan posttest kebugaran fisik masing-masing kelompok.....	124
Table 22 Deskripsi nilai pretest dan posttest masing-masing komponen kebugaran fisik	124
Table 23 Hasil uji beda pretest dan posttest masing-masing komponen kebugaran fisik ditinjau dari kelompok	125
Tabel 24 Nilai koefisien Kappa antara observer seluruh pertemuan.....	127
Tabel 25. Rerata hasil observasi setiap pertemuan	128
Tabel 26. Hasil analisis regresi kebugaran fisik, EF dan kesiapan sekolah.....	129
Table 27 Deskripsi skor EF dan kesiapan sekolah masing-masing kelompok sebelum dan sesudah perlakuan	130

Table 28 Hasil uji beda nilai EF dan kesiapan sekolah masing-masing kelompok sebelum dan sesudah perlakuan	131
Tabel 29. Deskripsi nilai rerata EF setelah perlakuan pada ketiga kelompok ...	134
Tabel 30. Hasil test of between-subject effects	134
Tabel 31. Deskripsi rerata kesiapan sekolah setelah perlakuan pada ketiga kelompok	135
Table 32. Hasil test of between-subject effects	136
Tabel 33. Hasil analisis Variables Entered/Removed dengan variabel terikat EF	137
Tabel 34. Hasil Variables Entered/Removed dengan variabel terikat kesiapan sekolah	137

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Bagian Kortek Pre frontal (www.google.com).....	24
Gambar 2. Mekanisme gerak di otak (www.google.com)	56
Gambar 3. Bagian <i>white matter</i> dan <i>grey matter</i> pada otak (sumber: www.google.com).....	67
Gambar 4. Mekanisme neurobiologis pengaruh aktivitas fisik terhadap kognisi dan perilaku pada anak dan dewasa (Voss et al., 2011).....	74
Gambar 5. Mekanisme neurobiologis pengaruh latihan fisik terhadap struktur dan fungsi otak pada anak dan dewasa (Petzinger et al., 2013)	75
Gambar 6. Flowchart proses seleksi dan penentuan subjek penelitian tahap 1 ..	82
Gambar 7. Flowchart proses seleksi dan penentuan subjek penelitian tahap 2..	83
Gambar 8. Hubungan kebugara fisik, executive functions, dan kesiapan sekolah	85
Gambar 9. Alur Persiapan penelitian	87
Gambar 10. Posisi melompat dan mendarat pada standing board jump	99
Gambar 11. Sit And Reach Test.....	100
Gambar 12. Tes kelincahan 4x5m shuttle run.....	101
Gambar 13. Analisis koefisien jalur regresi.....	129

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar skoring tes EF	188
Lampiran 2. Tes Kesiapan Akademik.....	193
Lampiran 3. Skala Keterampilan sosial dan emosi (PKBS A dan PKBS B)	203
Lampiran 4. Angket dan Skala Pengasuhan oleh ibu	206
Lampiran 5. Inform consent	209
Lampiran 6. Lembar Skoring Kebugaran	211
Lampiran 7. Hasil uji reliabilitas tes EF (Inhibition, WM, dan CF)	212
Lampiran 8. Hasil Uji Validitas dan reliabilitas Tes Kesiapan Akademik.....	220
Lampiran 9. Data uji reliabilitas skala PKBS A dan PKBS B (Uji coba)	238
Lampiran 10. Data uji reliabilitas skala pengasuhan oleh ibu (Uji coba)	242
Lampiran 11. Norma Multiple Fitness Test.....	244
Lampiran 12. Hasil penilaian ahli terhadap Pedoman aktivitas fisik untuk anak prasekolah	248
Lampiran 13. Hasil uji konsistensi antar observer uji coba perlakuan.....	250
Lampiran 14. Penentuan bobot masing-masing komponen kebugaran fisik, EF, dan kesiapan sekolah (metode interval tampak setara)	252
Lampiran 15. Penentuan bobot masing-masing subtest pada tes kesiapan akademik (metode interval tampak setara)	255
Lampiran 16. Hasil analisis regresi dengan mediator	256
Lampiran 17. Hasil analisis prasyarat Ancova.....	259
Lampiran 18. Hasil Ancova EF dan kesiapan sekolah	262
Lampiran 19 Hasil analisis regresi faktor sosiodemografi yang berpengaruh terhadap EF dan kesiapan sekolah dengan metode stepwise.....	265
Lampiran 20. Pedoman aktivitas fisik untuk meningkatkan EF dan kesiapan sekolah anak usia prasekolah.....	268