

PENGEMBANGAN *ROCKING BIKE* UNTUK MENGOPTIMALKAN KESEIMBANGAN TUBUH PADA ANAK USIA DINI

Wahyu Nugroho Catur Alamsyah^{1*}, Endang Rini Sukamti¹, Faidillah Kurniawan¹

¹Pendidikan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Colombo No. 1, Karangmalang, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia.

*Coressponding Author. Email: wahyunugroho.2017@student.uny.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengembangkan alat berupa *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini sebagai alat bantu latihan yang dapat memberikan keefektifan. Metode penelitian menggunakan *Research and Development* (R&D) dengan 8 tahapan, yaitu identifikasi potensi dan masalah, pengumpulan informasi, desain produk, pembuatan produk, validasi ahli, revisi produk, uji coba, produksi akhir. Teknik analisis data penelitian berbentuk deskriptif kualitatif dan kuantitatif yang di olah dengan menggunakan rumus presentase. Hasil penelitian menunjukkan kelayakan pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini dengan validasi ahli materi satu (87,5%), ahli materi dua (95,8%), ahli media satu (97,5%), ahli media dua (87,9%), uji coba lapangan dari segi materi (87,7%), dari segi desain alat (93,0%), dari segi materi dan alat dengan total (90,4%). Kesimpulan *rocking bike* dinyatakan layak digunakan sebagai alat bantu latihan untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini.

Kata Kunci: *Rocking Bike*, Keseimbangan Tubuh, Anak Usia Dini

DEVELOPMENT OF *ROCKING BIKE* FOR OPTIMIZING THE BODY BALANCE IN EARLY CHILDHOOD

Abstract

This research aims to develop a tool in the form of a rocking bike to optimize the body balance in early childhood as a training aid that can provide effectiveness. The research method used Research and Development (R&D). The research steps were taken from Sugiyono's research consisted of 10 steps, the researcher only took a few steps: identification of potentials and problems, gathering information, product design, product manufacturing, expert validation, product revision, testing, final production. The data analysis used descriptive qualitative and quantitative techniques in the form of percentages. The results show the feasibility of developing the rocking bike to optimize body balance in early childhood with the validation of material expert 1 at (87.5%), material expert 2 at (95.8%), media expert 1 at (97.5%), media expert 2 at (87.9%), field trials in terms of material at (87.7%), in terms of tool design at (93.0%), in terms of materials and tools with a total (90.4%). These results indicate that the rocking bikes can be used as an exercise assistance to optimize the body balance in early childhood.

Keywords: *Rocking Bike*, *Body Balance*, *Early Childhood*

PENDAHULUAN

Ismunandar (1966) dalam (Guardiana Ardi, 2012) menyatakan sepeda merupakan salah satu alat transportasi darat untuk jarak dekat. Dewasa ini, sepeda tidak hanya menjadi alat transportasi darat, namun telah menjadi alat untuk bersenang-senang, melakukan petualangan, dan menjaga kesehatan. Sepeda yang dikatakan sebagai sarana terdapat banyak jenisnya, yaitu: sepeda gunung, sepeda

touring/federal, sepeda lipat, sepeda balap, sepeda bmx, sepeda mini, bahkan dan lain-lain. Jenis sepeda yang beragam tersebut membuat setiap sepeda memiliki ciri khasnya masing-masing untuk membedakan dengan jenis sepeda lainnya. Meskipun demikian, tidak mengubah fungsi sepeda yaitu sebagai salah satu sarana transportasi bagi manusia untuk menghubungkan perpindahannya dari satu tempat ke tempat yang lain.

Dalam kehidupan sehari-hari manusia dapat melakukan aktivitas gerak seperti berjalan, berlari, berkendara, aktivitas gerak sebagai salah satu yang berkaitan dengan keseimbangan tubuh, dalam kondisi duduk pun manusia harus mampu mempertahankan keseimbangan tubuhnya supaya dapat stabil. Keseimbangan sangat di butuhkan dalam aktivitas olahraga, alangkah baiknya dapat di latih mulai dari usia dini. Masih banyak anak usia dini yang belum mampu mengendalikan keseimbangan tubuhnya sendiri bahkan dapat berujung *oleng* atau mudah terjatuh saat melakukan aktivitas gerak, dalam hal ini anak usia dini tentu saja sangat membutuhkan keseimbangan tubuh yang terlatih.

Masa-masa anak usia dini tentunya mengalami masa perkembangan yang luar biasa, mulai dari perkembangan fisik sampai perkembangan psikis. Jika dilihat dari perkembangan fisik anak usia dini sangat berkembang pada kemampuan motoriknya yang mampu melakukan gerakan koordinasi antara tangan dan kaki sampai berlari, berjalan, hingga melompat. Selain itu anak usia dini jika dilihat dari perkembangan psikis anak dapat berinteraksi dengan orang tua bahkan dengan orang lain sekalipun. Dengan adanya perkembangan yang terjadi pada anak usia dini dapat membentuk suatu kemampuan sehingga anak tersebut mampu berpikir secara konkret dan terarah.

Di samping itu walaupun anak usia dini sedang mengalami masa perkembangan terhadap pertumbuhan tetapi perlu diketahui juga bahwa anak usia dini memiliki rentan terhadap keseimbangan tubuhnya sehingga akan mudah terjatuh, tubuh yang tidak seimbang pada anak usia dini dapat dilatihkan secara teratur dengan berbagai jenis latihan yang ada, seperti latihan berjalan di atas balok tumpu, atau berdiri dengan satu kaki sambil memejamkan mata walaupun terlihat sangat sulit untuk dilakukan anak usia dini, tetapi dengan adanya perlakuan tersebut anak usia dini dapat mempertahankan keseimbangan tubuhnya dengan kemampuan yang dimiliki. Dapat diketahui anak usia dini seberapa lama keseimbangan tubuhnya dengan menggunakan alat tes berupa balok keseimbangan yang di lakukan dengan cara seorang anak-anak yang berdiri dengan posisi Anatomi mengangkat satu kaki, memejamkan mata, dan merentangkan kedua tangannya.

Dengan adanya tes tersebut dapat diketahui seberapa lamanya seorang anak-anak yang mampu mempertahankan keseimbangan tubuhnya. Dalam beberapa pelaksanaan tes keseimbangan tubuh masih banyak anak usia dini ketika di tes belum belum mencapai puncak optimal, di karenakan sangat jarang adanya latihan keseimbangan tubuh. Maka dari itu ketika mendapatkan hal-hal yang seperti ini sangat berpeluang untuk merancang latihan keseimbangan tubuh dengan memunculkan suatu alat yang berkaitan dengan keseimbangan tubuh. Dengan adanya *rocking bike* sebagai alat latihan keseimbangan tubuh pada anak usia dini sangat diharapkan anak usia dini bisa beradaptasi dengan keseimbangan tubuhnya bahkan sebagai pusat latihan keseimbangan tubuh yang efektif dan efisien.

Rocking bike merupakan salah satu sepeda modifikasi yang awalnya adalah sepeda mini utuh dan di rancang unik bisa lancar dengan *elastis* di bagian *senturm* bawah *saddle* dan bagian *fork* depan. Yang namanya sepeda tentu saja sebagai salah satu alat transportasi beroda dua dan sangat praktis untuk dibawa kemana saja, untuk berolahraga, untuk rekreasi, juga untuk berkeliling. Tetapi *rocking bike* ini tidak seperti halnya sepeda normal yang sangat mudah untuk di kendarai dengan santai, *rocking bike* ini sangat sulit di kendarai oleh semua kalangan orang mulai dari anak-anak, remaja, bahkan dewasa. *Rocking bike* ini memiliki fungsi yang menjadi acuan untuk meningkatkan keseimbangan tubuh sehingga *rocking bike* ini mampu membuat pengguna sulit mengendarainya bagi yang belum terbiasa, apalagi yang sama sekali tidak pernah mengendarai sepeda normal seumur-umurnya tentu akan sangat sulit lagi untuk menguasai keseimbangan tubuh yang di dapat dari mengendarai *rocking bike* tersebut. Tentu saja sepeda jenis ini bisa di gunakan untuk siapa saja tidak ada batasannya, hanya saja perlu di adaptasikan sebelum melakukannya.

Sepeda atau disebut juga dengan *rocking bike* termasuk kendaraan beroda dua yang memiliki *setang*, tempat duduk, dan sepasang pengayuh sama seperti halnya sepeda normal yang mampu dengan di gerakkan kaki untuk mengayuhnya. Tetapi untuk *rocking bike* ini memiliki keunikan yang tidak dimiliki oleh sepeda biasanya. *rocking bike* ini dapat dikendalikan pada bagian *frame* tengah yang dipasang leher atau *com* dengan 2 *headsead* tengah dan depan, sebagai penggerak seperti *fork* depan yang mampu dikendalikan melalui kekuatan pinggul. Dalam menggunakan *rocking bike* ini bisa

dikatakan mudah jika hanya dilihat saja tetapi sulit untuk dikendalikan. Ada yang mampu mengendalikan dengan baik, namun ada pula yang tidak dapat mengendalikan dengan baik. Karena *rocking bike* ini menuju kearah keseimbangan tubuh dan berguna sebagai salah satu untuk mempertahankan stabilitas yang baik. *Rocking bike* ini juga salah satu sepeda yang kurang banyak diminati orang, karena bentuknya tidak seperti sepeda biasanya. Tetapi jenis sepeda ini akan banyak diminati oleh anak-anak, remaja, orang dewasa, bahkan sekali pun atlet yang menggunakan jika fungsi dan manfaatnya sangat jelas.

Resiko dalam menggunakan *rocking bike* ini adalah mudah terjadinya kecelakaan pada saat mengendarai ataupun mengendalikan keseimbangan tubuh. Biasanya anak-anak yang baru belajar *rocking bike* sudah terjun langsung di jalan besar padahal belum begitu *lihay* dalam mengendarainya. Ada pula anak-anak yang sering melakukan ugal-ugalan dalam *rocking bike*, ini yang sangat menimbulkan terjadinya rawan kecelakaan fatal. Oleh karena itu harus ada solusi yang dapat mengantisipasi terjadinya kecelakaan tersebut, supaya anak-anak dapat mengendarai dan mengendalikan *rocking bike* dengan baik sesuai fungsinya.

Pengalaman pribadi pertama kali dalam mengendarai *rocking bike* tersebut sangatlah sulit dan tidak mudah yang dibayangkan seperti mengendarai sepeda-sepeda normal. Karena dalam mengendarai *rocking bike* harus mampu menstabilkan tubuh supaya mengendarai *rocking bike* tersebut dapat seimbang dan mudah. Memang tidak mudah seperti belajar mengendarai sepeda biasa tetapi ini membutuhkan waktu tidak terlalu lama juga, tergantung yang melakukannya sesering mungkin.

Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan pada tanggal 30 agustus 2015 di Kabupaten Serang, Provinsi Banten, Kecamatan Cikande masih banyak yang menggunakan *rocking bike* awal mulanya tidak bisa dan sering terjadi kecelakaan kecil tetapi pada akhirnya karena mereka sering menggunakannya dan banyak belajar menjadi bisa. Pada saat itu belajar mengendarai *rocking bike* dengan sempurna kurang lebih selama 1-2 hari walaupun awalnya sering mengalami resiko jatuh, tetapi pada akhirnya lancar seperti mengendarai sepeda biasa. Dari diri pribadi sendiri yang awalnya tubuh kurang seimbang dan mungkin juga kurang lentuk maka dari itu dengan adanya *rocking bike* disini digunakan sebagai alat untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh yang baik dapat menimbulkan efek yang sesuai dengan fungsinya.

Keseimbangan merupakan kemampuan untuk mempertahankan kesetimbangan tubuh saat ditempatkan di berbagai posisi. Keseimbangan juga bisa diartikan sebagai suatu kemampuan yang relatif untuk mengontrol pusat massa tubuh (*center of mass*) atau dapat dikatakan pusat gravitasi (*center of gravity*) terhadap bidang tumpu (*base of support*). Keseimbangan tentu saja dapat melibatkan berbagai gerakan pada setiap segmen tubuh dengan di dukung oleh sistem muskuloskeletal dan bidang tumpu. Keseimbangan merupakan kemampuan untuk mempertahankan posisi tubuh ketika di tempatkan dalam berbagai posisi (Delitto, 2003). Keseimbangan juga sering kali dapat di jumpai pada setiap aktivitas sehari-hari seperti, berjalan, berlari, mengendarai sepeda, dan sebagian besar olahraga dan permainan. Keseimbangan tubuh tersebut yaitu terdiri dari keseimbangan tubuh statis dan keseimbangan tubuh dinamis. Tujuan yang ingin di capai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengembangan *Rocking Bike* untuk Mengoptimalkan Keseimbangan Tubuh pada Anak Usia Dini.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian dan pengembangan *Research and Development* (R&D). Subjek dalam penelitian adalah anak usia dini sejumlah 30 anak. Prosedur dalam penelitian pengembangan yang digunakan pada penelitian ini sesuai dengan langkah-langkah penggunaan Metode *Research and Development* (R&D) oleh Sugiyono (2016: 314). Menurut Sugiyono (2016), *Research and Development* (R&D) merupakan metode penelitian yang dapat di gunakan untuk mendapatkan suatu produk tertentu dan dapat menguji keefektifan pada produk tersebut.

Berdasarkan pandangan tersebut, maka penelitian dan pengembangan *Research and Development* (R&D) merupakan metode penelitian yang dapat di lakukan dengan sengaja, secara sistematis, dan terencana untuk menyempurnakan produk-produk yang sudah ada ataupun mengembangkan suatu produk baru melalui tahap pengujian, sehingga produk yang akan di hasilkan dapat di pertanggungjawabkan dengan mestinya.

Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen dalam penelitian pengembangan ini adalah dengan menggunakan instrumen pengumpulan data, melalui Angket. Menurut Sugiyono (2013: 142), angket merupakan salahsatu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memeberi pertanyaan tertulis kepada responden untuk dijawabnya. Tentunya angket dapat berupa pertanyaan maupun pernyataan tertutup atau terbuka. Menurut Sugiyono (2012 : 172) jenis-jenis angket pada bentuknya terbagi menjadi tiga, yaitu: 1. Angket pilihan ganda. 2. Angket *Check list*. 3. Angket Skala bertingkat (*rating scale*). Disamping itu pengumpulan data dalam penelitian pengembangan alat Pengembangan *Rocking Bike* untuk Mengoptimalkan Keseimbangan Tubuh pada Anak Usia Dini ini menggunakan angket tertutup dan terbuka, dimana pada halaman berikutnya disertai masukan dan saran. Angket tersebut diberikan kepada dosen ahli media pembelajaran, dosen ahli materi, dan anak usia dini.

Skala yang digunakan pada penelitian ini menggunakan skala likert. Sugiyono (2015: 165) menjelaskan bahwa Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, dan pendapat serta persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dalam hal ini, peneliti membagi kategori penilaian dalam angket dengan bentuk jawaban (4) “Sangat Setuju” (SS), (3) “Setuju” (S), (2) “Tidak Setuju” (TS), dan (1) “Sangat Tidak Setuju” (STS).

Rumus perhitungan kelayakan menurut Sugiyono (2013:559) adalah sebagai berikut.

Keterangan :

$$\text{RUMUS : } \frac{\text{SH}}{\text{SK}}$$

H : Skor Hitung/hasil yang diperoleh

SK : Skor Kriteria atau Skor Ideal

Hasil perhitungan pada data selanjutnya akan dibuat dalam bentuk persentase dengan dikalikan 100%. Setelah diperoleh persentase dengan rumus tersebut, selanjutnya kelayakan alat pengembangan *Rocking Bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini dalam penelitian dan pengembangan ini digolongkan dengan empat kategori kelayakan dengan menggunakan skala sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Persentase Kelayakan Menurut Arikunto (1993:210)

Skor Dalam Persentase	Kategori Kelayakan
<40%	Tidak Baik / Tidak Layak
40% - 55%	Kurang Baik / Kurang Layak
56% - 75%	Cukup Baik / Cukup Layak
76% - 100%	Baik / Layak

Angket yang digunakan dalam peneitian ini adalah angket penilaian atau tanggapan dengan bentuk jawaban dan keterangan penilaian, yaitu. (1): Sangat tidak setuju/sangat tidak layak (STS), (2): Tidak sesuai/tidak layak (TS), (3): Sesuai/layak (S), (4): Sangat sesuai/sangat layak (SS).

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data merupakan salah satu cara untuk mengetahui hasil penelitian yang dilakukan. Selanjutnya dalam teknik analisis data yang dilakukan pada penelitian ini

menggunakan teknik analisis data kuantitatif dan data kualitatif. Dimana data yang bersifat kuantitatif menggunakan angka yang di himpun melalui angket atau kuesioner. Kemudian pada teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian pengembangan ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase, sedangkan data yang berupa saran dianalisis menggunakan analisis kualitatif. Dalam skala pengukuran yang digunakan untuk menghitung data kuantitatif tersebut menggunakan skala Likert.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data dalam penelitian ini mengenai pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini. *Rocking bike* yang didesain dari *frame* sepeda mini utuh *size* 18 dimodifikasi sebagai alat yang mampu melatih keseimbangan tubuh dan. Dalam desain ini memisahkan dua bagian *frame* depan *leter U* dan buntut *frame* belakang sehingga potongan *frame* depan *leter U* akan di *coak* dengan *gerinda* tangan dan dirubah dalam bentuk terbalik dengan menambahkan sepotong pipa berukuran 1.5 mm sepanjang 10 cm sebagai penyangga seperti *com* depan memadukan hasil las-lasan yang kuat sehingga *frame* depan yang sudah dilas akan diposisikan sebagai pusat sentrum lebih tepatnya disatukan dengan pipa pada bagian tiang *sadle* yang menempel dibagian *frame* belakang. Produk Pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini di kembangkan sebagai salah satu cara untuk memberi kemudahan dalam melatih anak usia dini yang keseimbangan tubuhnya belum mampu dikendalikan dengan baik. pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini diharapkan mampu digunakan sebagai alat latihan untuk anak usia dini khususnya dalam mempermudah proses latihan.

Hasil Validasi Ahli

Penghitungan data hasil validasi ahli materi dapat dilihat pada table 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Data Hasil “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” materi 1.

No.	Aspek yang Dinilai	Skor yang Diperoleh	Skor Maksimal	Presentase (%)	Kategori
1	Kelayakan isi materi	18	20	90%	Layak
2	Desain alat	3	4	75%	Cukup Layak
	Skor Total	21	24	87,5%	Layak

Pada validasi ahli materi 1 tahap pertama persentase yang didapatkan 75,0% dengan demikian dapat dinyatakan bahwa menurut ahli materi 1 tahap pertama pada tahap validasi pengembangan *rocking bike* yang dikembangkan dari aspek kelayakan isi materi dan desain alat mendapatkan kategori “Cukup Layak”.

Pada validasi ahli materi 1 tahap kedua persentase yang didapatkan 87,5% dengan demikian dapat dinyatakan bahwa menurut ahli materi 1 tahap kedua pada tahap validasi pengembangan *rocking bike* yang dikembangkan dari aspek kelayakan isi materi dan desain alat mendapatkan kategori “Layak”.

Dalam validasi ahli materi 1 tahap pertama dan tahap kedua presentase yang didapatkan mengalami peningkatan dari 75,0% menjadi 87,5% dari skor maksimal. Dapat dinyatakan bahwa menurut ahli materi 1, pada media “Pengembangan *Rocking Bike* untuk Mengoptimalkan Keseimbangan Tubuh pada Anak Usia Dini” mendapatkan kategori “Layak”.

$$\text{Persentase tingkat penilaian} = \frac{21}{24} \times 100\% = 87,5\%$$

Tabel 3. Data Hasil “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” ahli media 1.

No.	Aspek yang Dinilai	Skor yang Diperoleh	Skor Maksimal	Presentase (%)	Kategori
1	Kelayakan fisik	80	80	100,0%	Layak
2	Kelayakan alat	41	44	93%	Layak
	Skor Total	121	124	97,5%	Layak

Pada validasi ahli media 1 tahap pertama persentase yang didapatkan 88,7% dengan demikian dapat dinyatakan bahwa menurut ahli media 1 tahap pertama pada tahap validasi pengembangan *rocking bike* yang dikembangkan dari aspek kelayakan fisik dan alat mendapatkan kategori “Layak”.

Pada validasi ahli media 1 tahap kedua persentase yang didapatkan 97,5% dengan demikian dapat dinyatakan bahwa menurut ahli media 1 tahap kedua pada tahap validasi pengembangan *rocking bike* yang dikembangkan dari aspek kelayakan fisik dan alat mendapatkan kategori “Layak”.

Dalam validasi ahli media 1 tahap pertama dan tahap kedua persentase yang didapatkan mengalami peningkatan dari 88,7% menjadi 97,5% dari skor maksimal. Dapat dinyatakan bahwa menurut ahli media 1 pada desain “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” mendapatkan kategori “Layak”.

$$\text{Persentase tingkat penilaian} = \frac{121}{124} \times 100\% = 97,5\%$$

Tabel 4. Data Hasil “pengembangan *rockingbike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” materi 2.

No.	Aspek yang Dinilai	Skor yang Diperoleh	Skor Maksimal	Presentase (%)	Kategori
1	Kelayakan Isi materi	19	20	95,0%	Layak
2	Desain alat	4	4	100,0%	Layak
	Skor Total	23	24	95,8%	Layak

Pada validasi ahli materi 2 tahap pertama persentase yang didapatkan 87,5% dengan demikian dapat dinyatakan bahwa menurut ahli materi 1 tahap pertama, pada tahap validasi pengembangan *rocking bike* yang dikembangkan dari aspek kelayakan isi materi mendapatkan kategori “Layak”.

Pada validasi ahli materi 2 tahap kedua persentase yang didapatkan 95,8% dengan demikian dapat dinyatakan bahwa menurut ahli materi 1 tahap kedua, pada tahap validasi

pengembangan *rocking bike* yang dikembangkan dari aspek kelayakan isi materi mendapatkan kategori “Layak”.

Dalam validasi ahli materi 2 tahap pertama dan tahap kedua persentase yang didapatkan mengalami peningkatan dari 87,5% menjadi 95,8% dari skor maksimal. Dapat dinyatakan bahwa menurut ahli materi 2, pada media “Pengembangan *Rocking Bike* untuk Mengoptimalkan Keseimbangan Tubuh pada Anak Usia Dini” mendapatkan kategori “Layak”.

$$\text{Presentase tingkat penilaian} = \frac{23}{24} \times 100\% = 95,8\%$$

Tabel 5. Data Hasil “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” ahli media 2 tahap kedua.

No.	Aspek yang Dinilai	Skor yang Diperoleh	Skor Maksimal	Presentase (%)	Kategori
1	Kelayakan fisik	70	80	87,5%	Layak
2	Kelayakan Desain	39	44	88,6%	Layak
Skor Total		109	124	87,8%	Layak

Pada validasi ahli media 2 tahap pertama persentase yang didapatkan 74,1% dengan demikian dapat dinyatakan bahwa menurut ahli media 2 tahap pertama pada tahap validasi pengembangan *rocking bike* yang dikembangkan dari aspek kelayakan isi materi mendapatkan kategori “Cukup Layak”.

Pada validasi ahli media 2 tahap kedua persentase yang didapatkan 87,9% dengan demikian dapat dinyatakan bahwa menurut ahli media 2 tahap kedua pada tahap validasi pengembangan *rocking bike* yang dikembangkan dari aspek kelayakan isi materi mendapatkan kategori “Layak”.

Dalam validasi ahli media 2 tahap pertama dan tahap kedua persentase yang didapatkan mengalami peningkatan dari 74,1% % menjadi 87,9% dari skor maksimal. Dapat dinyatakan bahwa menurut ahli media 2, pada desain “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” mendapatkan kategori “Layak”.

$$\text{Presentase tingkat penilaian} = \frac{109}{124} \times 100\% = 87,8\%$$

Uji Coba Produk

Uji coba kelompok kecil dilakukan kepada 10 responden Anak Usia Dini Desa Hargomulyo, Kecamatan Gedangsari, Kabupaten Gunungkidul, D.I.Y. Uji coba dilakukan dalam satu pertemuan. Kondisi selama uji coba kelompok kecil secara keseluruhan dapat dijabarkan sebagai berikut; (a) kondisi menjelaskan dalam penggunaan *rocking bike* responden awalnya takut mencoba dan banyak yang meleset pada saat melakukan karena belum dapat mengatur keseimbangannya dengan baik, tetapi pada akhirnya dengan adanya rasa penasaran dalam diri responden terlihat sangat berani untuk menggunakan alat serta berulang kali untuk mencobanya walaupun sulit, bahkan sampai bertanya-tanya pada peneliti ketika dicontohkan oleh peneliti serta diberikan penjelasan awal pemakaian alat; (b) kondisi penggunaan *rocking bike* responden tampak sangat bersemangat, beberapa anak usia dini yang menjadi responden bertanya mengenai spesifikasi alat menurut responden masih terasa asing, karena baru

pertamakalinya melihat dan dijadikan sebagai alat bantu latihan: (c) selanjutnya pada kondisi saat pengisian angket, responden atau anak usia dini mengisinya dengan cara didampingi oleh pendamping atau peneliti supaya tidak terjadi kesalahpahaman untuk menjawab, walaupun beberapa dari responden mengalami kesalahan pengisian dan pada akhirnya pengisian angket berjalan dengan lancar.

Tabel 6. Hasil Angket Uji Coba Kelompok Kecil Anak Usia Dini Desa Hargomulyo, Kecamatan Gedangsari, Kabupaten Gunungkidul, D.I.Y

No.	Aspek yang Dinilai	Skor yang Diperoleh	Skor Maksimal	Presentase (%)	Kategori
1	Kelayakan Isi materi	96	120	80,0%	Layak
2	Desain alat	93	120	77,5%	Layak
	Skor Total	189	240	78,7%	Layak

Hasil uji angket responden mengenai “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” menunjukkan bahwa mengenai penelitian dilihat dari aspek materi sebesar 80,0% yang dikategorikan “Layak”, sedangkan dilihat dari aspek desain “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” sebesar 77,5% yang dikategorikan “Layak”. Total penilaian uji kelayakan penelitian “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” menurut responden sebesar 78,7% dikategorikan “Layak” yang dapat diartikan bahwa media tersebut “Layak” untuk di ujicobakan ketahap berikutnya.

$$\text{Presentase tingkat penilaian} = \frac{189}{240} \times 100\% = 78,7\%$$

Uji coba Kelompok Besar dilakukan kepada 30 responden dilakukan oleh Forum Anak Banaran, Desa Banaran, Kecamatan Playen, Kabupaten Gunungkidul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Uji coba dilakukan dalam 2 kali pertemuan selama 2 hari dengan perharinya hanya mengumpulkan 15 responden, karena untuk menghindari terjadinya kerumunan dan dengan kondisi sedang mengalami PSBB di daerah Gunungkidul tersebut. Kondisi selama uji coba kelompok besar secara keseluruhan dapat dijabarkan sebagai berikut: (a) kondisi menjelaskan dalam penggunaan *Rocking Bike* responden awalnya belum berani untuk mencoba dan banyak yang meleset pada saat melakukan karena belum dapat mengatur keseimbangannya dengan baik, tetapi pada akhirnya dalam uji coba kelompok besar semua responden dituntun untuk menggunakan alat seperti halnya baru belajar sepeda roda dua. Dengan adanya rasa penasaran dalam diri responden maka terlihat sangat berani untuk menggunakan alat serta berulang kali untuk mencobanya bahkan sampai bertanya-tanya pada peneliti ketika dicontohkan oleh peneliti serta diberikan penjelasan awal pemakaian alat; (b) kondisi penggunaan *rocking bike* responden tampak sangat bersemangat, hamper dari semua anak usia dini yang menjadi responden terlihat kaget dan bertanya mengenai alat menurut responden masih terasa asing, karena baru pertamakalinya melihat dan dijadikan sebagai alat bantu latihan; (c) selanjutnya pada kondisi saat pengisian angket, responden atau anak usia dini mengisinya dengan cara didampingi oleh pendamping atau peneliti supaya tidak terjadi kesalahpahaman untuk menjawab, walaupun beberapa dari responden mengalami kesalahan pengisian dan pada akhirnya pengisian angket berjalan dengan lancar.

Tabel 7. Hasil Angket Uji Coba Kelompok Besar Forum Anak Banaran, Playen, Gunungkidul, D.I.Y

No.	Aspek yang Dinilai	Skor yang Diperoleh	Skor Maksimal	Presentase (%)	Kategori
1	Kelayakan Isi materi	316	360	87,7%	Layak
2	Desain alat	335	360	93,0%	Layak
	Skor Total	651	720	90,4%	Layak

Hasil uji angket responden mengenai “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” menunjukkan bahwa mengenai penelitian dilihat dari aspek materi sebesar 87,7% yang dikategorikan “Layak”, sedangkan dilihat dari aspek desain “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” sebesar 93,0% yang dikategorikan “Layak”. Total penilaian uji kelayakan penelitian “Pengembangan *Rocking Bike* Untuk Mengoptimalkan Keseimbangan Tubuh Pada Anak Usia Dini” menurut responden sebesar 90,4% dikategorikan “Layak” yang dapat diartikan bahwa media tersebut “Layak” untuk di ujicobakan ketahap berikutnya.

$$\text{Presentase tingkat penilaian} = \frac{651}{720} \times 100\% = 90,4\%$$

Pembahasan

Pada awal “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” didesain dan diproduksi menjadi sebuah produk awal berupa sebagai alat bantu latihan anak usia dini yang didalamnya mulai dari usia kronologis, usia biologis, maupun usia latihan. Proses pengembangan yang melalui prosedur penelitian dan pengembangan dari beberapa perencanaan, produksi dan evaluasi kemudian produk dikembangkan dengan bantuan beberapa orang untuk tahap pengelasan *frame*, setelah produk awal dihasilkan maka perlu dievaluasi kepada para ahli melalui validasi 4 ahli dan perlu diuji cobakan kepada anak usia dini. Tahap evaluasi dilakukan pada 2 ahli materi dan 2 ahli media. Selanjutnya tahap penelitian dilakukan dengan uji coba produk kelompok kecil, dan uji cob kelompok besar.

Proses validasi ahli materi menghasilkan hasil data berbeda yang dapat digunakan untuk revisi produk awal. Dalam proses validasi ahli materi ini peneliti menggunakan dua tahap yaitu tahap 1 dan 2 dengan ahli materi satu dan ahli materi dua. Data validasi tahap 1 dengan ahli materi satu dan ahli materi dua dijadikan dasar untuk merevisi produk untuk menyempurnakan hingga produk siap digunakan untuk uji coba. Setelah selesai validasi ahli materi, maka dengan segera validasi ke ahli media. Dari ahli media didapat data, saran dan masukan untuk memperbaiki kualitas “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” yang sedang dikembangkan sebagai alat bantu latihan untuk anak usia dini. Dalam proses validasi media peneliti melalui dua tahap yaitu tahap I dengan ahli media 1 dan ahli media 2, dan tahap 2 dengan ahli media 1 dan ahli media 2 dijadikan dasar untuk merevisi produk yang dikembangkan sehingga siap digunakan untuk uji coba. Uji coba dilakukan dengan dua tahap, yaitu tahap uji coba kelompok kecil, dan uji coba kelompok besar.

Dalam kualitas “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” termasuk dalam kriteria “Layak”. Pada pernyataan tersebut dapat dibuktikan dari hasil analisis penilaian “Layak” dari keempat para ahli baik itu dua ahli materi yang berbeda dan dua ahli media yang berbeda, serta dalam penilaian uji coba kelompok kecil,

dan uji coba lapangan kelompok besar. Anak usia dini sangat terkesan merasa senang bergembira dan antusias dengan pertamakalinya melihat adanya produk *rocking bike* karena sebelumnya belum pernah mengetahuinya. Pada saat itu responden mulai tertarik untuk mencoba mengoprasionalkan walaupun dari sekian banyaknya responden masih sulit untuk mengendalikan alat tersebut, produk *rocking bike* ini dapat disebar luaskan sebagai alat bantu latihan untuk melatih keseimbangan tubuh. Dapat dikatakan seperti itu karena pada kenyataannya anak usia dini memiliki karakteristik yang spesial dengan adanya rasa ingin tahu yang sangat tinggi, sosialisasi anak terlihat lebih matang dan aktif untuk bertanya, ketika melakukan aktivitas latihan anak tersebut mampu meningkatkan suatu keterampilan yang terbaik, juga keseimbangan anak sangat berkembang dengan baik dilihat dari pola gerak dasar saat menggunakan alat tersebut. Selain itu dengan adanya kelebihan-kelebihan dari produk tersebut, adapun kelemahan dalam produk tersebut, diantaranya produk tersebut jika tidak digunakan melalui panduan yang baik maka akan dapat mencederai pengguna pemula. Salahsatu dari kelemahan tersebut, harapannya sebagai pengguna untuk lebih memahami panduan sebelum menggunakannya. Sehingga produk tersebut akan jauh lebih baik yang sesuai dengan fungsinya.

Hasil uji angket kepada 2 ahli materi menunjukkan tingkat relevansi ke dalam materi 1 sebesar 87,5% dan materi 2 sebesar 95,8% yang berarti bahwa materi yang ada pada penelitian "pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini" layak digunakan dalam alat bantu latihan ke depannya.

Hasil uji angket yang dilakukan kepada 2 ahli media menunjukkan tingkat kelayakan penelitian pada media 1 sebesar 97,5% dan media 2 sebesar 87,9% yang berarti penelitian "pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini" layak digunakan dalam alat bantu latihan ke depannya.

Hasil angket responden mengenai penelitian "pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini" yang menunjukkan dalam penilaian aspek materi sebesar 80,0% yang dikategorikan "Layak", sedangkan pada aspek desain alat sebesar 77,5% yang dikategorikan "Layak". Total penilaian uji kelayakan penelitian "pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini" menurut responden anak usia dini sebesar 78,7% yang dikategorikan "Layak" sebagaimana dapat diartikan bahwa media tersebut layak untuk diujicobakan.

Tabel 8. Keberhasilan penggunaan *rocking bike* pada uji coba kelompok kecil

No	Jenis Kelamin	Jumlah Anak	Berhasil	Belum Berhasil
1	Laki-Laki	3	3	0
2	Perempuan	7	0	7
Total		10	3	7

Pada tabel diatas terdapat tingkat keberhasilan penggunaan *rocking bike* uji coba kelompok kecil hampir rata-rata yang menggunakan adalah berusia 7,8,dan 9 tahun. Diantaranya pada anak usia dini laki-laki yang berhasil 3 anak yang terlihat sangat berani dan 7 anak usia dini perempuan belum berhasil. Dengan hasil seperti ini terlihat ketidakcocokan pada sampel penelitian yang memang alat tersebut belum cocok digunakan untuk anak berusia 7-8 tahun tetapi lebih efektivitas pada anak yang berusia 9 tahun. Dalam hal ini alat tersebut dapat dikatakan sudah layak hanya saja dalam tahap uji coba belum maksimal.

Hasil uji angket responden mengenai penelitian "Pengembangan *Rocking Bike* Untuk Mengoptimalkan Keseimbangan Tubuh Pada Anak Usia Dini" yang menunjukkan penilaian pada aspek materi sebesar 87,7% yang dikategorikan "Layak", sedangkan pada aspek desain alat sebesar 93,0% yang dikategorikan "Layak". Total penilaian dalam uji kelayakan penelitian

”pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” menurut responden anak usia dini sebesar 90,4% yang dikategorikan “Layak”.

Tabel 9. Keberhasilan penggunaan *rocking bike* pada uji coba kelompok besar

No	Jenis Kelamin	Jumlah Anak	Berhasil	Belum Berhasil
1	Laki-Laki	13	4	9
2	Perempuan	17	2	15
Total		30	6	24

Pada tabel diatas terdapat tingkat keberhasilan penggunaan *rocking bike* uji coba kelompok besar atau uji coba lapangan. Dalam uji coba lapangan yang menggunakan adalah berusia 7,8,9, 10, dan 11 tahun. Diantaranya pada anak usia dini laki-laki yang berhasil hanya 4 anak dan 2 anak usia dini perempuan berhasil menggunakan. Disisi lain pada anak usia dini laki-laki yang belum berhasil menggunakan *rocking bike* mencapai 9 anak, dan 15 anak usia dini perempuan tentunya juga belum berhasil. Dengan hasil seperti ini terlihat ketidakcocokan pada sampel penelitian yang memang alat tersebut belum cocok digunakan untuk anak berusia 7-8 tahun tetapi lebih efektifitas pada anak yang berusia 9,10,11 tahun. Dalam hal ini alat tersebut dapat dikatakan sudah layak hanya saja dalam tahap uji coba belum maksimal.

SIMPULAN

Hasil penelitian dari “pengembangan *rocking bike* untuk mengoptimalkan keseimbangan tubuh pada anak usia dini” dikatagorikan layak untuk digunakan sebagai alat bantu latihan keseimbangan tubuh. Hal ini dapat dilihat dari hasil penilaian dua ahli materi yang berbeda, pada ahli materi 1 yaitu 87,5%, dan ahli materi 2 dengan hasil 95,8%, kemudian dari dua ahli media yang berbeda pada ahli media 1 yaitu 97,5% dan ahli media 2 dengan hasil 87,9%, serta berdasarkan penjabaran hasil uji coba kelompok kecil 78,7%, dan hasil uji coba kelompok besar yaitu 90,4%. Hal ini sangat memungkinkan dengan adanya alat tersebut bisa membuat salah satu cara untuk memudahkan proses latihan yang menggunakan alat keseimbangan. Disisi lain alat tersebut belum terlihat cocok untuk digunakan pada sampel yang berusia 7-8 tahun, tetapi lebih efektifitas pada anak yang berusia 9,10, dan 11 tahun. Dalam hal ini alat tersebut dapat dikatakan sudah layak, hanya saja dalam tahap uji coba belum maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Anshori, Rosyid Fachrudin and , Prof. Dr. Kumaidi, MA (2017) *Komunitas Sepeda Gowes Menjadi Gaya Hidup Sehat(Pada Komunitas Sepeda Gowes Rumah Sakit Soeradji Tirtonegoro Klaten Atau Scck)*. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan praktek*. Jakarta: RinekaCipta.
- DP, A. M., Indrayani, N. L. K., & NK, K. D. (2016). Optimalisasi Kelenturan (Flexibility), Keseimbangan (Balance), dan Kekuatan (Strength) Tubuh Manusia Secara Instan dengan Menggunakan “Secret Method”*. *VIRGIN: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Sains*, 1(1).
- Harsono. (2001). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: Senerai Pustaka.
- Fatmawati, Fitri Ayu. 2020. *Pengembangan Fisik Motorik Anak Usia Dini*. Gresik: Caremedia Communication.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Pendidikan : Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. Cv

Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian dan Pengembangan*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suharjana. (2013). *Kebugaran Jasmani*. Yogyakarta: Jogja Global Media.

Sumarno, A. (2012). Perbedaan penelitian dan Pengembangan. *Elearning: UNESA*.