

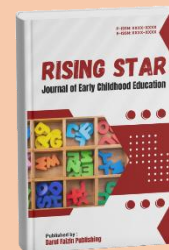


Journal of Early Childhood Education

E-ISSN: 3124-9884 | P-ISSN: 3124-9949

Journal Homepage:

<https://ejournal.darulfaizin.or.id/index.php/risingstar>



Pengaruh Video *YouTube Immersive Warm Up* terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini di TK Negeri Pembina Salak Kota Sawahlunto

Nadiyah Wahyu Ananda¹, Harlina Ramelan²

^{1, 2} Universitas Negeri Padang, Indonesia

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Diterima : 28 Mar 2026
Direvisi : 15 Apr 2026
Diterbitkan : 26 Apr 2026

Kata Kunci:

Anak Usia Dini; Media Pembelajaran; Motorik Kasar; Video YouTube Immersive Warm Up.

Abstrak

Kemampuan motorik kasar anak usia dini belum berkembang secara optimal akibat berkurangnya aktivitas fisik dan belum optimalnya pemanfaatan media pembelajaran yang mendorong anak bergerak aktif. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh penggunaan video YouTube immersive warm up terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini. Kebaruan penelitian ini terletak pada pemanfaatan video YouTube immersive warm up sebagai media pembelajaran berbasis digital untuk menstimulasi kemampuan motorik kasar anak usia dini, yang masih jarang diteliti. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experiment tipe pretest-posttest control group design. Sampel berjumlah 20 anak Kelompok B TK Negeri Pembina Salak Kota Sawahlunto yang dibagi menjadi kelompok eksperimen dan kontrol. Data dikumpulkan melalui lembar observasi dan dianalisis menggunakan Analysis of Covariance (ANCOVA). Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan video YouTube immersive warm up berpengaruh signifikan terhadap kemampuan motorik kasar anak ($F = 112,385$; $p < 0,001$; $R^2 = 0,913$). Kemampuan motorik kasar kelompok eksperimen meningkat dari 42,68% menjadi 90,89%, sedangkan kelompok kontrol meningkat dari 38,75% menjadi 68,21%. Dengan demikian, video YouTube immersive warm up efektif digunakan sebagai media pembelajaran berbasis digital untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini.



This is an open access article under the CC BY-NC-SA license (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0>)

Penulis Korespondensi:

Harlina Ramelan

Universitas Negeri Padang, Indonesia
Email: harlinaramelan@unp.ac.id

Pendahuluan

Perkembangan motorik kasar merupakan salah satu aspek penting dalam pendidikan anak usia dini karena menjadi dasar bagi perkembangan fisik, sosial-emosional, serta kesiapan belajar anak pada

jenjang berikutnya. Anak usia dini berada pada masa *golden age*, yaitu periode ketika seluruh aspek perkembangan berlangsung sangat pesat sehingga memerlukan stimulasi yang sesuai dengan karakteristik perkembangan mereka (Beets, 2025). Oleh karena itu, pendidikan anak usia dini tidak hanya berfokus pada pengembangan kemampuan kognitif, tetapi juga perlu menyediakan pengalaman belajar yang mampu mengoptimalkan perkembangan fisik-motorik melalui aktivitas yang aktif, menyenangkan, dan bermakna.

Kemampuan motorik kasar berkembang melalui aktivitas yang melibatkan otot-otot besar, seperti berjalan, berlari, melompat, menendang, melempar, dan menjaga keseimbangan tubuh (Novianti, R., & Garzia, 2020). Namun, perkembangan teknologi digital telah mengubah pola bermain anak. Aktivitas bermain yang sebelumnya didominasi permainan fisik kini bergeser menjadi aktivitas berbasis layar (*screen-based activities*), sehingga kesempatan anak untuk bergerak semakin berkurang. Penggunaan gadget yang bersifat pasif dalam waktu yang lama berpotensi menurunkan aktivitas fisik, menghambat perkembangan motorik kasar, bahkan meningkatkan risiko perilaku sedentari pada anak usia dini (Nurhayati, 2025). Kondisi tersebut menjadi tantangan bagi pendidik untuk menghadirkan pembelajaran yang tetap memanfaatkan teknologi, tetapi mampu mendorong anak bergerak aktif.

Salah satu alternatif yang dapat digunakan adalah video YouTube *immersive warm up* (PUTRI, 2024). Video *immersive warm up* merupakan media pembelajaran berbasis digital yang dirancang untuk mengajak anak melakukan gerakan pemanasan secara interaktif melalui kombinasi animasi visual, audio, musik, dan instruksi gerak yang ditampilkan secara menarik sehingga anak terdorong meniru setiap gerakan secara aktif. Berbeda dengan penggunaan gadget yang cenderung bersifat pasif, media ini melibatkan partisipasi fisik anak secara langsung sehingga teknologi dimanfaatkan sebagai sarana stimulasi motorik, bukan sekadar media hiburan (Yasri et al., 2021). Media ini menyajikan kombinasi unsur visual, audio, musik, dan instruksi gerak yang mengajak anak mengikuti aktivitas pemanasan secara langsung. Berbeda dengan penggunaan gadget yang bersifat pasif, video *immersive warm up* menempatkan anak sebagai peserta yang aktif bergerak sehingga teknologi dimanfaatkan sebagai sarana stimulasi motorik, bukan sekadar media hiburan (Yasri et al., 2021). Karakteristik tersebut menjadikan video YouTube *immersive warm up* berpotensi mendukung perkembangan motorik kasar sekaligus menciptakan pengalaman belajar yang lebih menarik dan menyenangkan (Asrti Purwanti, 2025).

Berbagai penelitian telah melaporkan bahwa media video interaktif maupun media audiovisual mampu meningkatkan aktivitas fisik serta kemampuan motorik kasar anak usia dini (Mu et al., 2026). Sebaliknya, penelitian lain menunjukkan bahwa penggunaan gadget secara pasif berkaitan dengan rendahnya aktivitas fisik, menurunnya kemampuan motorik kasar, dan meningkatnya risiko obesitas pada anak (Pribadi, A., & Suherman, 2023). Meskipun demikian, sebagian besar penelitian masih berfokus pada efektivitas media video secara umum atau dampak penggunaan gadget terhadap perkembangan anak. Penelitian yang secara khusus menguji efektivitas video YouTube *immersive warm up* sebagai media pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini masih relatif terbatas, khususnya pada konteks pendidikan taman kanak-kanak di Indonesia. Kondisi tersebut menunjukkan adanya kesenjangan penelitian (*research gap*) yang perlu dikaji lebih lanjut.

Fenomena tersebut juga ditemukan di TK Negeri Pembina Salak Kota Sawahlunto. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak kelompok B belum berkembang secara optimal. Dari 20 anak yang diamati, hanya sekitar 35% yang menunjukkan kemampuan motorik kasar yang baik, sedangkan 65% lainnya masih kurang aktif dalam mengikuti kegiatan fisik. Kondisi ini mengindikasikan bahwa pembelajaran yang dilaksanakan belum sepenuhnya mampu memotivasi anak untuk bergerak secara aktif sehingga diperlukan inovasi pembelajaran yang memanfaatkan teknologi digital secara positif.

Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada pemanfaatan video YouTube *immersive warm up* sebagai media pembelajaran yang mengintegrasikan teknologi digital dengan aktivitas gerak untuk menstimulasi kemampuan motorik kasar anak usia dini. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya mengkaji media audiovisual secara umum atau menyoroti dampak negatif penggunaan gadget, penelitian ini memandang platform YouTube sebagai media pembelajaran aktif yang mampu

mengubah penggunaan teknologi digital dari aktivitas pasif menjadi aktivitas fisik yang terarah. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memperluas kajian mengenai pemanfaatan media digital interaktif dalam pembelajaran anak usia dini sekaligus memberikan alternatif strategi pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik peserta didik di era digital. Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah penggunaan video *YouTube immersive warm up* berpengaruh terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini kelompok B di TK Negeri Pembina Salak Kota Sawahlunto? Sejalan dengan rumusan masalah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penggunaan video *YouTube immersive warm up* terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini kelompok B di TK Negeri Pembina Salak Kota Sawahlunto.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis *quasi experiment* melalui desain *pretest-posttest control group design* (Rambachan, Ashesh, & Roth, 2026). Desain ini dipilih untuk menguji pengaruh penggunaan video *YouTube immersive warm up* terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini dengan membandingkan hasil sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Penelitian dilaksanakan di TK Negeri Pembina Salak Kota Sawahlunto pada semester genap Tahun Ajaran 2025/2026. Populasi penelitian adalah seluruh anak Kelompok B TK Negeri Pembina Salak Kota Sawahlunto yang berjumlah 20 anak. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*, sehingga seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Teknik ini dipilih karena jumlah populasi relatif kecil dan seluruh subjek memenuhi kriteria penelitian, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih representatif terhadap kondisi populasi. Subjek penelitian adalah anak kelompok B yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen memperoleh pembelajaran menggunakan video *YouTube immersive warm up*, sedangkan kelompok kontrol mengikuti pembelajaran yang biasa diterapkan oleh guru tanpa menggunakan media tersebut. Sebelum perlakuan, kedua kelompok diberikan *pretest* untuk mengetahui kemampuan motorik kasar awal. Selanjutnya, setelah seluruh perlakuan selesai diberikan, kedua kelompok kembali diberikan *posttest* untuk mengetahui perubahan kemampuan motorik kasar.

Instrumen penelitian berupa lembar observasi kemampuan motorik kasar yang disusun berdasarkan indikator perkembangan motorik anak usia dini, meliputi kemampuan berjalan, berlari, melompat, menjaga keseimbangan, melempar, dan mengoordinasikan gerakan tubuh. Instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam penelitian (Rambachan, Ashesh, & Roth, 2026). Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi kemampuan motorik kasar yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Analisis data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics. Tahap analisis diawali dengan uji kualitas instrumen melalui uji validitas dan reliabilitas, kemudian dilanjutkan dengan uji prasyarat yang meliputi uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk, uji homogenitas varians menggunakan *Levene's Test*, dan uji linearitas antara skor *pretest* sebagai kovariat dan skor *posttest* sebagai variabel terikat. Setelah seluruh asumsi terpenuhi, hipotesis penelitian dianalisis menggunakan *Analysis of Covariance* (ANCOVA) (He ler, B. H., & Robinson, 2025). Analisis ini dipilih karena mampu menguji pengaruh penggunaan video *YouTube immersive warm up* terhadap kemampuan motorik kasar dengan mengontrol perbedaan kemampuan awal peserta didik berdasarkan skor *pretest*, sehingga estimasi pengaruh perlakuan menjadi lebih akurat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian dilaksanakan di TK Negeri Pembina Salak Kota Sawahlunto dengan melibatkan 20 anak kelompok B (usia 5–6 tahun) sebagai subjek penelitian. Sampel terdiri atas dua kelompok, yaitu 10 anak pada kelas B1 sebagai kelompok eksperimen dan 10 anak pada kelas B2 sebagai kelompok kontrol. Kelompok eksperimen memperoleh perlakuan berupa pembelajaran menggunakan video *YouTube immersive warm up*, sedangkan kelompok kontrol mengikuti pembelajaran konvensional yang biasa diterapkan di sekolah. Pengukuran kemampuan motorik kasar dilakukan melalui *pretest* sebelum perlakuan dan *posttest* setelah seluruh rangkaian pembelajaran selesai dilaksanakan.

Hasil Uji Validitas Instrumen

Sebelum digunakan sebagai alat pengumpulan data, instrumen observasi kemampuan motorik kasar terlebih dahulu diuji validitasnya untuk mengetahui tingkat ketepatan setiap butir dalam mengukur aspek yang diteliti. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* dengan membandingkan nilai r hitung terhadap nilai r tabel pada taraf signifikansi 5%. Ringkasan hasil uji validitas instrumen disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Uji Validitas Instrumen

Aspek	Hasil
Jumlah butir instrumen	14 butir
Nilai r tabel	0,456
Rentang nilai r hitung	0,634–0,785
Butir valid	14 butir (100%)
Butir tidak valid	0 butir
Kesimpulan	Seluruh butir instrumen valid

Sumber: Hasil olahan data penelitian (2026)

Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh butir memiliki nilai r hitung berkisar antara 0,634 hingga 0,785, lebih besar daripada nilai r tabel sebesar 0,456. Dengan demikian, seluruh butir instrumen (100%) dinyatakan valid sehingga layak digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.

Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Setelah instrumen dinyatakan valid, selanjutnya dilakukan uji reliabilitas untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen dalam mengukur kemampuan motorik kasar anak usia dini. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* dengan kriteria instrumen dinyatakan reliabel apabila nilai *Cronbach's Alpha* > 0,60. Ringkasan hasil uji reliabilitas disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil Uji Reliabilitas Instrumen

Aspek	Hasil
Jumlah butir instrumen	14 butir
Taraf reliabilitas (Alpha minimum)	0,600
Nilai Cronbach's Alpha	0,913
Kategori	Sangat reliabel

Sumber: Hasil olahan data penelitian (2026)

Berdasarkan Tabel 2, instrumen observasi kemampuan motorik kasar memperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,913, lebih besar daripada nilai minimum yang ditetapkan, yaitu 0,600. Menurut kriteria reliabilitas, nilai Alpha di atas 0,90 menunjukkan tingkat konsistensi internal yang sangat tinggi. Oleh karena itu, instrumen dinyatakan sangat reliabel dan layak digunakan sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian.

Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan sebagai salah satu syarat sebelum dilaksanakannya uji ANCOVA. Data yang dianalisis merupakan hasil perbandingan nilai pretest dan posttest anak yang telah dikumpulkan oleh peneliti. Adapun hasil perhitungan uji normalitas disajikan pada Gambar 1 berikut:

Gambar 1. Hasil Uji Normalitas

		Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
Kelas		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hasil	Pretest (Kontrol)	.202	10	.200*	.878	10	.124
	Posttest (Kontrol)	.193	10	.200*	.899	10	.216
	Pretest (Eksperimen)	.222	10	.176	.901	10	.224
	Posttest (Eksperimen)	.222	10	.179	.912	10	.298

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan Gambar 1 hasil uji normalitas pada tabel di atas, diketahui bahwa jumlah sampel pada masing-masing kelompok adalah 10 orang ($n < 50$), sehingga dasar pengambilan keputusan lebih mengacu pada nilai Shapiro-Wilk. Hasil uji menunjukkan bahwa data pretest kelas kontrol memiliki nilai signifikansi sebesar 0,124, sedangkan posttest kelas kontrol sebesar 0,216. Selanjutnya, data pretest kelas eksperimen memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,224 dan posttest kelas eksperimen sebesar 0,298. Seluruh nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ($\text{Sig.} > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data pada pretest dan posttest baik pada kelas kontrol maupun kelas eksperimen berdistribusi normal. Dengan demikian, asumsi normalitas dalam penelitian ini telah terpenuhi sehingga analisis data dapat dilanjutkan menggunakan uji parametrik, yaitu uji ANCOVA.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui apakah varians data pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki kesamaan atau bersifat homogen. Pada penelitian ini, pengujian homogenitas dilakukan dengan menggunakan data kovariat kemampuan motorik kasar anak yang diperoleh selama proses penelitian berlangsung. Hasil analisis uji homogenitas tersebut selanjutnya disajikan pada Gambar 2 berikut ini:

Gambar 2. Hasil Uji Homogenitas

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Nilai	Based on Mean	.911	1	18	.352
	Based on Median	.812	1	18	.379
	Based on Median and with adjusted df	.812	1	17.994	.379
	Based on trimmed mean	1.039	1	18	.322

Berdasarkan Gambar 2 di atas, hasil uji homogenitas varians dengan Levene's Test terhadap data kovariat kemampuan motorik kasar anak menunjukkan bahwa semua nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0,05. Secara keseluruhan, nilai signifikansi berdasarkan mean adalah (0,352), berdasarkan median sebesar (0,379), berdasarkan median with adjusted df sebesar (0,379), serta berdasarkan trimmed mean sebesar (0,322). Karena seluruh nilai tersebut berada di atas nilai ambang batas 0,05, maka dapat dinyatakan bahwa varians data kovariat pada kelompok penelitian ini adalah homogen. Terpenuhinya asumsi homogenitas varians ini merupakan prasyarat mutlak yang harus dipenuhi sebelum melakukan analisis kovariat menggunakan uji ANCOVA. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen dan kelompok kontrol memiliki tingkat keragaman data awal kemampuan motorik kasar yang relatif sama.

Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara data kovariat (kemampuan motorik kasar anak) dan variabel terikat memiliki hubungan yang linear atau garis lurus. Pada penelitian ini, pengujian linearitas dilakukan untuk memastikan bahwa model linear yang digunakan

dalam analisis kovariat sudah tepat sebelum dilanjutkan ke uji ANCOVA. Hasil analisis uji linearitas tersebut selanjutnya disajikan pada Gambar 3 berikut ini:

Gambar 3. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Posttest * Pretest	Between Groups	(Combined)	463.117	6	77.186	2.390	.089
		Linearity	301.473	1	301.473	9.335	.009
		Deviation from Linearity	161.644	5	32.329	1.001	.455
	Within Groups		419.833	13	32.295		
	Total		882.950	19			

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa nilai signifikan (Sig.) pada baris Deviation from Linearity antara data pretest (kovariat kemampuan motorik kasar) dan posttest adalah sebesar 0,455. Karena nilai signifikansi tersebut jauh lebih besar dari 0,05 ($0,455 > 0,05$), maka dapat dinyatakan bahwa tidak terdapat penyimpangan yang signifikan dari model linear. Selain itu, pada baris Linearity diperoleh nilai Sig. sebesar 0,009 yang lebih kecil dari 0,05 ($0,009 < 0,05$) dengan nilai F-hitung sebesar 9,335, yang menegaskan adanya hubungan linear yang signifikan antara kedua variabel tersebut. Terpenuhinya asumsi linearitas ini membuktikan bahwa hubungan antara kemampuan motorik kasar awal (pretest) dan hasil akhir (posttest) anak membentuk garis lurus yang signifikan dan berjalan selaras. Dengan demikian, model linear yang digunakan dalam analisis kovariat ini sudah tepat dan valid, sehingga data penelitian telah memenuhi syarat prasyarat untuk dilanjutkan ke tahap pengujian statistik menggunakan uji ANCOVA.

Hasil Pretest dan posttest kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Kemampuan motorik kasar anak diukur melalui *pretest* sebelum perlakuan dan *posttest* setelah proses pembelajaran selesai. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa kedua kelompok mengalami peningkatan kemampuan motorik kasar setelah pembelajaran. Namun, peningkatan pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Sebagai mana dijelaskan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Rata-rata Skor Pretest dan Posttest Kemampuan Motorik Kasar

Kelompok	Pretest (%)	Posttest (%)	Peningkatan (%)
Eksperimen	42,68	90,89	48,22
Kontrol	38,75	68,21	29,46

Berdasarkan Tabel 1. Diketahui bahwa rata-rata skor *pretest* kelompok eksperimen sebesar 42,41% dan meningkat menjadi 92,19% pada *posttest*, sehingga terjadi peningkatan rata-rata sebesar 49,78%. Sementara itu, kelompok kontrol mengalami peningkatan dari rata-rata 39,19% pada *pretest* menjadi 68,75% pada *posttest*, atau meningkat sebesar 29,56%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa anak yang mengikuti pembelajaran menggunakan video YouTube *immersive warm up* memperoleh peningkatan kemampuan motorik kasar yang lebih tinggi dibandingkan anak yang mengikuti pembelajaran konvensional. Temuan ini menunjukkan bahwa penggunaan video YouTube *immersive warm up* memberikan perubahan kemampuan motorik kasar yang lebih besar pada kelompok eksperimen. Untuk memastikan apakah perbedaan tersebut signifikan secara statistik, selanjutnya dilakukan uji prasyarat dan uji hipotesis menggunakan *Independent Sample t-test*.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif tersebut, dapat dilihat bahwa peningkatan kemampuan motorik kasar anak pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hal ini menunjukkan bahwa perlakuan yang diberikan pada kelompok eksperimen memberikan pengaruh yang lebih besar terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia dini.

Perbedaan peningkatan tersebut terjadi karena kelompok eksperimen memperoleh pembelajaran menggunakan video YouTube *Immersive Warm Up*, sedangkan kelompok kontrol memperoleh pembelajaran secara konvensional. Dengan demikian, penggunaan video YouTube *Immersive Warm Up* lebih efektif dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini dibandingkan dengan pembelajaran konvensional.

Uji Ancova

Pada penelitian ini, pengujian ANCOVA digunakan untuk melihat signifikansi perbedaan hasil antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan mengeliminasi pengaruh dari kemampuan awal siswa agar analisis menjadi lebih adil dan objektif. Hasil analisis uji ANCOVA tersebut selanjutnya disajikan pada Gambar 4 berikut ini:

Gambar 4. Hasil Uji Ancova

Tests of Between-Subjects Effects

Dependent Variable: Posttest

Source	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Corrected Model	2571.704 ^a	2	1285.852	89.711	.000
Intercept	491.285	1	491.285	34.276	.000
Pretest	.019	1	.019	.001	.971
video	1610.838	1	1610.838	112.385	.000
Error	243.665	17	14.333		
Total	129390.556	20			
Corrected Total	2815.369	19			

^a. R Squared = .913 (Adjusted R Squared = .903)

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata kemampuan motorik kasar anak pada kelompok eksperimen meningkat dari 42,68% pada *pretest* menjadi 90,89% pada *posttest*, sehingga mengalami peningkatan sebesar 48,22%. Sementara itu, kelompok kontrol meningkat dari 38,75% menjadi 68,21%, atau sebesar 29,46%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan motorik kasar pada kelompok yang mengikuti pembelajaran menggunakan video YouTube *immersive warm up* lebih tinggi dibandingkan kelompok yang mengikuti pembelajaran konvensional.

Untuk memastikan bahwa perbedaan peningkatan tersebut signifikan secara statistik, dilakukan uji prasyarat yang meliputi uji normalitas, homogenitas, dan linearitas. Setelah seluruh asumsi terpenuhi, hipotesis penelitian dianalisis menggunakan *Analysis of Covariance (ANCOVA)* dengan skor *pretest* sebagai kovariat. Hasil ANCOVA menunjukkan bahwa penggunaan video YouTube *immersive warm up* berpengaruh signifikan terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini ($F = 112,385$; $p < 0,001$). Nilai *effect size* yang dihitung menggunakan *Partial Eta Squared* ($\eta^2 = 0,869$) menunjukkan bahwa pengaruh perlakuan termasuk dalam kategori besar (*large effect*), sehingga penggunaan video YouTube *immersive warm up* memberikan kontribusi yang sangat kuat terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak setelah mengontrol kemampuan awal peserta didik.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan video YouTube *immersive warm up* berpengaruh signifikan terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini. Peningkatan kemampuan motorik kasar pada kelompok eksperimen lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol karena media ini tidak hanya menyampaikan instruksi secara verbal, tetapi juga memadukan demonstrasi gerak, animasi visual, musik, dan irama yang mendorong anak mengikuti setiap gerakan secara aktif. Menurut (Sutapa, P., Pratama, 2021), Kombinasi tersebut menciptakan pengalaman belajar yang lebih menarik sekaligus meningkatkan frekuensi latihan gerak selama pembelajaran. Aktivitas seperti berlari di tempat, melompat, bergerak ke samping, menjaga keseimbangan, dan mengoordinasikan gerakan tangan serta kaki dilakukan secara berulang sehingga memperkuat koordinasi, keseimbangan, kelincahan, dan kekuatan otot besar (Wati et al., n.d.). Dengan demikian, peningkatan kemampuan motorik kasar pada kelompok eksperimen tidak hanya dipengaruhi oleh penggunaan media digital, tetapi juga oleh intensitas praktik gerak yang lebih terarah dan konsisten dibandingkan pembelajaran konvensional.

Temuan tersebut dapat dijelaskan melalui Teori Belajar Sosial Bandura yang menyatakan bahwa anak belajar melalui proses mengamati (*observational learning*) dan meniru perilaku yang dicontohkan oleh model (Bandura, 1977) dalam (Mu et al., 2026). Video *immersive warm up* menyediakan model gerakan yang jelas, menarik, dan mudah diikuti sehingga anak dapat langsung mengamati, meniru, dan memperbaiki gerakannya selama kegiatan berlangsung (Nurlela, 2022). Berbeda dengan pembelajaran konvensional yang umumnya bergantung pada demonstrasi guru dan penjelasan lisan, video memberikan contoh gerakan yang konsisten, ritmis, dan dapat diikuti secara serempak oleh seluruh anak. Kondisi ini membuat proses imitasi berlangsung lebih efektif serta meningkatkan partisipasi anak dalam setiap aktivitas pembelajaran. Hasil penelitian ini sejalan dengan temuan (Yasri et al., 2021) dan Nurlela (2022) yang menunjukkan bahwa media video interaktif mampu meningkatkan koordinasi gerak, keterlibatan, dan motivasi belajar anak usia dini (Asrti Purwanti, 2025).

Selain itu, hasil penelitian ini juga sejalan dengan teori perkembangan kognitif Piaget yang menyatakan bahwa anak usia dini berada pada tahap praoperasional sehingga lebih mudah memahami informasi melalui pengalaman konkret daripada penjelasan abstrak (Piaget, 1964) dalam (Mu et al., 2026). Video *immersive warm up* memungkinkan anak belajar melalui aktivitas fisik secara langsung, bukan hanya mendengarkan instruksi guru. Interaksi antara rangsangan visual, audio, dan praktik gerak membantu anak menghubungkan informasi yang diterima dengan pengalaman nyata (Yasri et al., 2021). Oleh karena itu, pembelajaran menjadi lebih bermakna karena anak memperoleh kesempatan untuk membangun pemahaman melalui aktivitas yang sesuai dengan karakteristik perkembangannya.

Hasil penelitian ini memperkuat temuan (Wati et al., n.d.) yang melaporkan bahwa media pembelajaran berbasis video dapat meningkatkan aktivitas fisik dan kemampuan motorik kasar anak usia dini. Namun, penelitian ini memberikan temuan yang lebih spesifik karena menggunakan video YouTube *immersive warm up*, yaitu media yang dirancang untuk mengintegrasikan aktivitas pemanasan dengan unsur visual, audio, dan instruksi gerak interaktif dalam satu rangkaian pembelajaran. Karakteristik tersebut memungkinkan anak tidak hanya menonton video, tetapi juga terlibat secara aktif dalam setiap gerakan yang ditampilkan sehingga stimulasi motorik berlangsung lebih optimal dibandingkan penggunaan video pembelajaran yang hanya bersifat demonstratif. Penelitian ini juga memberikan implikasi bahwa teknologi digital tidak selalu berdampak negatif terhadap perkembangan anak. Berbeda dengan penelitian yang lebih banyak menyoroti penggunaan gadget secara pasif sebagai penyebab menurunnya aktivitas fisik anak (Pribadi, A., & Suherman, 2023), hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teknologi dapat menjadi sarana stimulasi perkembangan motorik apabila dirancang untuk mendorong aktivitas fisik. Dengan demikian, manfaat teknologi dalam pendidikan anak usia dini tidak ditentukan oleh perangkat digital yang digunakan, melainkan oleh desain media pembelajaran yang mampu menciptakan interaksi aktif antara anak, materi pembelajaran, dan aktivitas gerak.

Kontribusi utama penelitian ini terletak pada pemanfaatan video YouTube *immersive warm up* sebagai media pembelajaran yang memanfaatkan platform digital yang telah akrab dengan kehidupan anak. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang umumnya menggunakan media audiovisual atau video pembelajaran secara umum, penelitian ini secara khusus mengevaluasi video YouTube *immersive warm up* sebagai media yang mengintegrasikan gerakan pemanasan, irama, instruksi visual, dan aktivitas fisik dalam satu kesatuan pembelajaran. Temuan ini memperluas bukti empiris mengenai pemanfaatan media digital interaktif dalam pendidikan anak usia dini sekaligus menunjukkan bahwa platform digital dapat dimanfaatkan secara positif untuk mendukung perkembangan motorik kasar anak.

Implikasi penelitian ini menunjukkan bahwa guru pendidikan anak usia dini dapat memanfaatkan video YouTube *immersive warm up* sebagai alternatif media pembelajaran yang inovatif, mudah diakses, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik di era digital. Penggunaan media ini tidak hanya meningkatkan kemampuan motorik kasar, tetapi juga menciptakan suasana belajar yang lebih aktif, menyenangkan, dan berpusat pada anak. Oleh karena itu, integrasi media digital yang dirancang secara edukatif dapat menjadi salah satu strategi pembelajaran untuk mengoptimalkan perkembangan fisik-motorik anak usia dini.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu jumlah sampel yang relatif kecil dan hanya melibatkan satu taman kanak-kanak sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas. Selain itu, durasi perlakuan yang terbatas belum mampu menggambarkan efektivitas penggunaan video YouTube immersive warm up dalam jangka panjang. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan melibatkan sampel yang lebih besar, waktu perlakuan yang lebih panjang, serta mengkaji pengaruh media ini terhadap aspek perkembangan anak lainnya, seperti kemampuan sosial-emosional, konsentrasi, dan motivasi belajar.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan video YouTube immersive warm up berpengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan motorik kasar anak usia dini kelompok B di TK Negeri Pembina Salak Kota Sawahlunto. Anak pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan kemampuan motorik kasar yang lebih baik dibandingkan kelompok kontrol, sehingga media ini terbukti efektif dalam menstimulasi aktivitas gerak anak secara aktif, interaktif, dan sesuai dengan karakteristik perkembangan mereka. Video YouTube immersive warm up dapat menjadi alternatif media pembelajaran digital yang mendukung pengembangan motorik kasar anak usia dini. Penelitian ini berkontribusi dalam memberikan referensi bagi guru untuk mengembangkan pembelajaran inovatif berbasis teknologi serta menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya pada konteks dan aspek perkembangan anak yang lebih luas.

Hasil penelitian ini mengindikasikan perlunya kebijakan sekolah untuk mengintegrasikan video YouTube *immersive warm up* sebagai bagian dari rutinitas pembelajaran di PAUD. Dinas pendidikan juga dapat mendukung implementasi melalui penyusunan pedoman pemanfaatan media digital berbasis aktivitas fisik, pelatihan guru, serta penyediaan fasilitas yang memadai sehingga teknologi dimanfaatkan sebagai sarana stimulasi perkembangan motorik kasar anak, bukan sekadar media hiburan.

Daftar Pustaka

- Asisa, N. (2025). Efektivitas interactive rhythm game berbasis video animasi terhadap perkembangan motorik kasar anak usia 5–6 tahun. *Jurnal Caksana: Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(2), 1610–1619. <https://doi.org/10.31326/jcpaud.v8i2.2561>
- Asrti Purwanti. (2025). Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Aktivitas Fisik. *Jurnal Pendaki*, 4(2), 1–10.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Beets, M. (2025). Impact of free summer day camp on physical activity behaviors and screentime of elementary-age children from low-income households: A randomized clinical trial. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 22(1), 158. <https://doi.org/10.1186/s12966-025-01852-2>
- He ler, B. H., & Robinson, C. D. (2025). Integrating open science principles into quasi-experimental social science research. *Social Sciences*, 4(8), 499. <https://doi.org/10.3390/socsci14080499>
- Mu, U., Mustofa, E., Salsabilla, L. F., & Suryanti, L. (2026). Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Outbound Berbasis Bermain yang Terstruktur. *Inovasi Pembelajaran*, 2, 87–96.
- Novianti, R., & Garzia, M. (2020). Penggunaan Gadget Pada Anak; Tantangan Baru Orang Tua Milenial. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 1000–1010.
- Nurhayati, H. (2025). Experimental method improves psychomotor skills in natural science learning: Metode eksperimental meningkatkan keterampilan psikomotor dalam pembelajaran ilmu pengetahuan alam. Indonesian. *Journal of Education Methods Development*, 20(4). <https://doi.org/10.21070/ijemd.v20i4.900>
- Nurlela, N. (2022). Penggunaan video pembelajaran dalam mengembangkan motorik kasar anak usia

-
- 4-6 tahun. *Jurnal AUDHI*, 4(2), 64–71.
- Piaget, J. (1952). *The origins of intelligence in children*. New York, NY: International Universities Press.
- Pribadi, A., & Suherman, A. (2023). Hubungan Durasi Penggunaan Gadget dengan Kemampuan Motorik Kasar di SDN 2 Lingkis. *Jurnal Kesehatan Masyarakat.*, 2(1), 342–349.
- Putri, A. & W. (2024). Pengaruh Media Video Animasi Youtube Terhadap Perkembangan Bahasa Inggris Pada Anak Kelompok B di TK Sion Palu. *Jurnal Bungamputi*, 12(1), 67–80. <https://www.researchgate.net/publication/333940296>
- Rambachan, Ashesh, & Roth, J. (2026). Design-based uncertainty for quasi-experiments. *Journal of the American Statistical Association*, 1(2), 477–491. <https://doi.org/10.1080/01621459.2025.2526700>
- Sutapa, P., Pratama, K. W. (2021). Improving Motor Skills in Early Childhood through Goal-Oriented Play Activity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19), 10343. <https://doi.org/10.3390/ijerph181910343>
- Wati, L. R., Kristiana, D., Muttaqin, M. A., & Ponorogo, U. M. (n.d.). *Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Media Lantai Berpola. X*.
- Yasri, P., Dewi, P., Asril, N. M., Ayu, D., & Handayani, P. (2021). Video Pembelajaran Gerak dan Lagu untuk Menstimulasi Kemampuan Lokomotor Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 9, 32–42.