

PENINGKATAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL LOMPAT TALI DI TKM-LINA BIREUEN

Agustina^{1*}, Fauziatul Halim²

¹²Program Studi Pendidikan Guru Anak Usia Dini, Universitas Almuslim

Email*: agustina.paud@gmail.com

ABSTRAK

Kemampuan motorik kasar anak usia dini dalam proses pembelajaran masih rendah. Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik kasar anak usia dini adalah dengan permainan tradisional lompat tali. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fisik motorik kasar melalui permainan tradisional lompat tali pada kelompok B di TKM-Lina Kabupaten Bireuen. Metode penelitian yang digunakan yaitu Penelitian Tindakan Kelas. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa unjuk kerja yang dikaitkan dengan penjelasan rubrik penilaian dan obeservasi. Selanjutnya dianalisis dengan metode kualitatif. Keberhasilan hasil tes akhir unjuk kerja anak yang tuntas di siklus I yaitu 10 anak dengan persentase 67% dan meningkat di siklus ke II anak yang tuntas mencapai 13 anak dengan persentase 87%. Setelah dihitung persentase maka keberhasilan tes akhir unjuk kerja anak siklus II dinyatakan tuntas dikarenakan sudah mencapai indikator yang ditentukan yaitu $\geq 80\%$. Hasil analisis observasi aktivitas guru siklus I diperoleh skor persentase yaitu 75% taraf keberhasilan kriteria "Baik", dan meningkat di siklus ke II dengan skor 88% taraf keberhasilan kriteria "Sangat Baik". Pada hasil observasi aktivitas anak siklus I mencapai 63%, hasil tersebut menunjukkan taraf keberhasilan kriteria "Baik", dan meningkat di siklus ke II menjadi 83% taraf keberhasilan kriteria "Sangat Baik". Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan permainan tradisional lompat tali dapat meningkatkan kemampuan fisik motorik kasar anak usia dini pada kelompok B di TKM-Lina Kabupaten Bireuen

Kata kunci : Motorik kasar, Permainan Tradisional, Lompat tali

I. PENDAHULUAN

Pendidikan Anak usia dini merupakan salah satu pendidikan yang diterapkan sejak anak di dalam kandungan sampai lahir. Jadi anak usia dini merupakan anak yang berusia antara 0-6 tahun yang. Menurut Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini, anak usia dini adalah anak usia 0-6 tahun, baik yang terlayani maupun yang tidak terlayani di lembaga pendidikan anak usia dini. NAEYC (*National Association Education for Young Children*) dalam Sofia Hartati [1] menyebutkan bahwa:

"Anak usia dini adalah sekelompok individu yang berada pada rentang usia antara 0-8 tahun. Menurut definisi ini anak usia dini merupakan Kelompok manusia yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Hal ini menegaskan bahwa anak usia dini adalah individu yang unik di mana ia memiliki pola pertumbuhan dan kemampuan dalam aspek fisik, kognitif, sosio- emosional, kreativitas, bahasa, dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tahapan yang dilalui oleh anak tersebut".

Pertumbuhan dan kemampuan anak menyangkut segala aspek yaitu aspek bahasa,

aspek fisik (motorik kasar dan motorik halus), aspek sosial emosional, aspek kognitif, dan aspek nilai moral agama. Kelima aspek itu harus berjalan dengan seimbang dan dengan baik. Motorik merupakan semua gerakan yang mungkin dapat dilakukan oleh seluruh tubuh [2]. Perkembangan motorik anak usia dini berhubungan dengan perkembangan motorik anak dan berhubungan dengan kemampuan gerak anak. Kemampuan motorik anak dapat dilihat dari berbagai gerakan dan permainan yang dilakukan setiap hari. Masa kemampuan motorik anak usia dini terkait erat dengan aktivitas yang dilakukan anak. Anak yang banyak melakukan aktivitas fisik, kemampuan motorik kasarnya akan berkembang dengan baik, pertumbuhan anak juga akan optimal. Motorik kasar melibatkan otot-otot besar anak yang bekerja, seperti saat anak sedang berjalan, berjijit, melompat, dan berlari.

Pada anak usia dini tulang dan otot semakin kuat dan memungkinkan anak untuk melakukan lari serta melompat lebih cepat. Anak usia 4 tahun banyak melakukan jenis gerakan sederhana seperti berjingkrak-

jingkrak, melompat dan berlari kesana kemari. Pada usia 5 tahun, anak-anak bahkan lebih berani dibandingkan ketika mereka berusia 4 tahun. Anak usia dini lebih percaya diri melakukan ketangkasan yang mengerikan seperti memanjat suatu obyek, berlari kencang dan suka berlomba dengan teman sebayanya bahkan orangtuanya [3]

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah peneliti lakukan di TKM-Lina Kabupaten Bireuen, pada kelompok B terdapat 15 anak yang terdiri dari 7 anak perempuan dan 8 anak laki-laki. Usia kelompok B adalah anak usia 5-6 tahun. Berdasarkan pengamatan yang dilakukan ditemukan adanya masalah tentang kemampuan motorik kasar khususnya komponen kekuatan dan keseimbangan pada anak. Masalah yang terjadi mengenai kemampuan anak dalam melompat. Ketika dilakukan observasi pada anak Kelompok B yang sedang melakukan kegiatan melompat, kegiatan yang dilakukan yaitu lompat dari ubin satu ke ubin yang di depannya secara *horizontal*. Ketika anak melakukan kegiatan melompat, masih ditemukan banyak anak yang kurang baik melakukan lompatan, anak kesulitan untuk melompat dari ubin satu ke satunya, anak dibantu oleh guru. Tumpuan kaki anak yang belum kuat dan anak belum mampu mempertahankan tubuh anak setelah melakukan lompatan. Kemampuan anak melompat seharusnya sudah dikuasai sesuai dengan indikator dapat mengkoordinasikan tubuh untuk dilatih kekuatan dan keseimbangan.

Kondisi halaman di TKM-Lina yang dapat digunakan untuk melakukan kegiatan motorik kasar secara *outdoor*, kurang dimanfaatkan oleh guru untuk melakukan kegiatan motorik kasar di luar, guru lebih banyak melakukan kegiatan motorik kasar di ruang kelas. Anak-anak yang sering melakukan bermain sendiri di luar kelas, guru jarang mengamati aktivitas anak yang berkaitan dengan gerakan anak untuk mengembangkan kekuatan dan keseimbangannya. Oleh karena itu, untuk mengoptimalkan kemampuan motorik ini diperlukan adanya kegiatan yang sesuai. Unsur yang menunjang kemampuan motorik kasar khususnya komponen kekuatan dan keseimbangan kurang diperhatikan oleh guru. Upaya yang sudah dilakukan guru untuk meningkatkan komponen fisik motorik kasar untuk kekuatan dan keseimbangan adalah

dilakukannya senam bersama pada hari sabtu rutin setiap minggu, selain itu dalam proses pembelajaran guru mengajak anak melakukan gerakan-gerakan berupa pemanasan, memantulkan bola besar dan bola kecil, serta adanya permainan-permainan.

Berdasarkan masalah yang telah ditemukan pada saat pengamatan dan telah dikemukakan di atas, maka dari itu guru sebagai kolabolor dan peneliti melakukan diskusi untuk pemecahan masalah tersebut. Guru dan peneliti menentukan cara untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak dengan menggunakan media atau permainan. Kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar khususnya komponen fisik-motorik kekuatan dan keseimbangan anak Kelompok B TKM-Lina adalah dengan kegiatan lompat tali.

Kegiatan lompat tali diambil sebagai tindakan untuk meningkatkan motorik kasar anak khususnya kekuatan dan keseimbangan dikarenakan lompat tali merupakan kegiatan yang disukai oleh anak dan menyenangkan, kegiatan yang tidak memiliki resiko besar ketika melakukan. Kegiatan lompat tali akan membuat anak menjadi berani dalam mengambil keputusan dan mencoba hal baru. Menurut Bambang Sujiono kegiatan lompat tali dapat meningkatkan kekuatan dan kecepatan otot-otot tungkai, meningkatkan kelentukan dan keseimbangan tubuh, dan mengembangkan koordinasi mata, lengan, dan tungkai kaki [4]

II. KAJIAN LITERATUR

A. KETERAMPILAN MOTORIK KASAR

Motorik kasar erat kaitannya dengan pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Kemampuan fisik yang baik akan menunjang kemampuan motorik kasar maupun motorik halus anak. Motorik kasar merupakan gerakan-gerakan yang melibatkan otot-otot besar anak baik kaki maupun tangan. Menurut Santrock [5] motorik kasar (*gross motor skill*) meliputi kegiatan otot-otot besar seperti menggerakkan lengan dan berjalan, sementara itu motorik halus meliputi gerakan-gerakan menyesuaikan secara lebih halus seperti ketangkasan jari. Perkembangan motorik saling merupakan perubahan gerakan kemampuan gerak bayi dari lahir sampai dengan dewasa yang melibatkan aspek dan perilaku gerak.

Menurut Sumantri motorik kasar merupakan keterampilan yang bercirikan gerak yang melibatkan sekelompok otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya [2]. Santrock menyatakan bahwa keterampilan motorik kasar (*gross motor skill*) merupakan keterampilan yang melibatkan aktivitas otot besar seperti tangan seseorang untuk bergerak dan berjalan [6], sedangkan menurut Bambang Sujiono gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak gerakan ini memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot anak yang tertentu yang dapat membuat mereka meloncat, memanjat, berlari, menaiki sepeda roda tiga, serta berdiri dengan satu kaki [2].

Jadi dapat disimpulkan tahap kemampuan motorik kasar anak usia dini meliputi 1) tahap gerak reflek (usia 4 bulan-1 tahun), gerakan yang dilakukan secara tidak sengaja; 2) tahap gerak permulaan (1-2 tahun), gerakan yang dilakukan oleh anak sejak lahir yang bergantung dengan gerak dasar; 3) tahap gerak fundamental (2-7 tahun), dimana anak usia sekolah berada pada tahap ini. Gerakan yang dilakukan anak melalui aktivitas-aktivitas fisik melalui eksperimen dan eksplor kegiatan; 4) kemampuan perseptual; dan 5) kemampuan fisik. tahapan-tahapan ini akan didukung dengan komponen gerak seperti lokomotor, non lokomotor, dan *manipulative*, serta tahap perkembangan anak yang sesuai usianya akan mendukung kemampuan motorik kasar anak.

B. KEGIATAN LOMPAT TALI

Anak usia dini merupakan anak yang berusia antara 0-6 tahun. Pada usia ini potensi anak akan berkembang sesuai dengan tahap perkembangannya. Potensi anak akan berkembang ketika anak melakukan banyak aktivitas yaitu melalui bermain. Dengan bermain seluruh aspek perkembangan anak akan berkembang dengan maksimal.

Bermain dengan melakukan permainan akan membuat anak bereksplorasi dan berkreaitivitas sesuai keinginan dan imajinasinya. Menurut Bruner [7], bermain memungkinkan anak untuk berkesplorasi terhadap kemungkinan yang ada, karena situasi bermain akan membuat anak terlindung dari akibat yang akan diderita kalau hal itu dilakukan sehari-hari.

Permainan yang sesuai untuk anak usia dini adalah permainan yang memiliki karakteristik sesuai dengan anak untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Permainan bagi anak usia dini sebaiknya yang aman tidak membahayakan anak secara fisik maupun motorik dan permainan dapat dilaksanakan dengan sendiri atau berkelompok. Menurut Hurlock [7], bermain merupakan setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkan tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Bermain dilakukan secara sukarela dan tidak ada paksaan atau tekanan dari luar atau kajian.

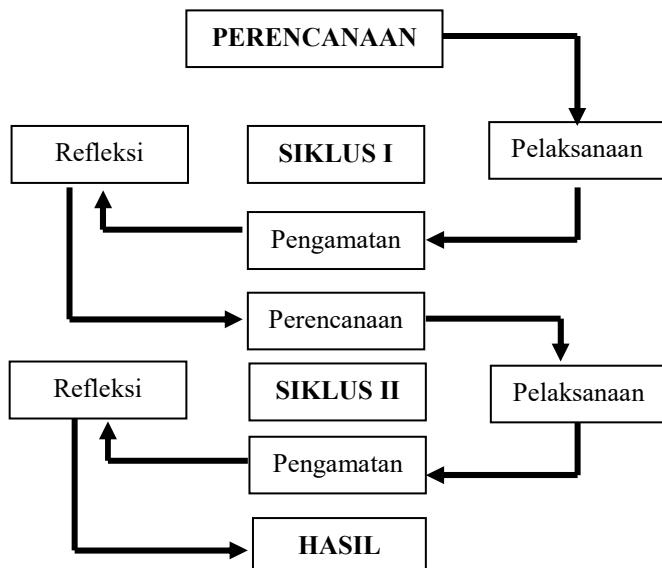
Lompat merupakan gerakan yang dapat dilakukan menggunakan satu kaki atau dua kaki. Gerakan melompat dapat divariasikan dengan menggunakan rintangan atau jarak sesuai dengan kemampuan anak. Tahap melompat yaitu tahap persiapan, lepas landas, dan pendaratan. Gerakan melompat dapat dilakukan dengan variasi ketinggian yang berbeda dan jarak variasi [8].

Dalam penelitian ini kegiatan lompat yang dilakukan adalah lompat tali. Dimana tali merupakan barang yang mengutus-utas panjang, dibuat dari bermacam-macam bahan (sabut kelapa, ijuk, plastik, dan sebagainya), ada yang dipintal ada yang tidak, gunanya untuk mengikat, mengebat, menghela, dan menarik. Kegiatan lompat tali merupakan kegiatan motorik kasar yang dilakukan oleh anak berkaitan dengan kemampuan atau keterampilan kaki dalam melompati seutas tali dengan ketinggian tertentu. Tali yang dimaksud adalah berupa untaian karet gelang yang dirangkai menjadi panjang atau dengan ukuran tertentu. Tali yang digunakan rangkaian karet, karena aman untuk lompat tali yang dilakukan anak adalah anak melakukan lompatan dengan satu kaki kemudian melompati tali tanpa menyentuh tali tersebut.

III. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian Tindakan Kelas (PTK). Karena penelitian ini dilakukan oleh guru dikelasnya sendiri dengan cara merencanakan, melaksanakan, dan merefleksikan tindakan secara kolaboratif dan partisipatif dengan tujuan memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar anak dapat meningkat. Tindakan ini mengacu pada sistem siklus yang dikemukakan oleh

Arikunto [9] yang terdiri dari 4 komponen yaitu: perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Untuk lebih jelasnya tahap-tahap siklus yang akan diterapkan adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Desain Penelitian Tindakan Kelas

Penelitian ini direncanakan sebanyak dua siklus. Masing-masing siklus terdiri beberapa tahap.

1. Tahap Rencana Penelitian
2. Tahap Pelaksanaan Penelitian
3. Tahap Observasi
4. Tahap Refleksi;

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis dari pelaksanaan siklus I dan siklus II terlihat adanya peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui permainan tradisional lompat tali pada kelompok B di TKM-Lina Kabupaten Bireuen.

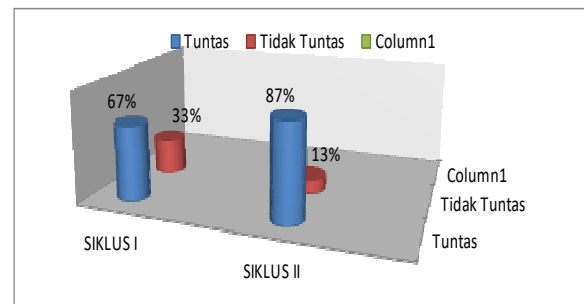
Unjuk Kerja Anak

Analisis pengamatan terhadap hasil belajar anak dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui permainan tradisional lompat tali dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Peningkatan Hasil Unjuk Kerja Anak Siklus I dan Siklus II

No	Hasil Siklus	Tuntas	Tidak Tuntas	Keterangan
1	I	67%	33%	Tidak Tuntas
2	II	87%	13%	Tuntas

Berdasarkan analisis tersebut dapat dilihat pada data tersebut pada grafik berikut:



Gambar 2. Grafik Hasil Unjuk Kerja Anak Siklus I dan Siklus II

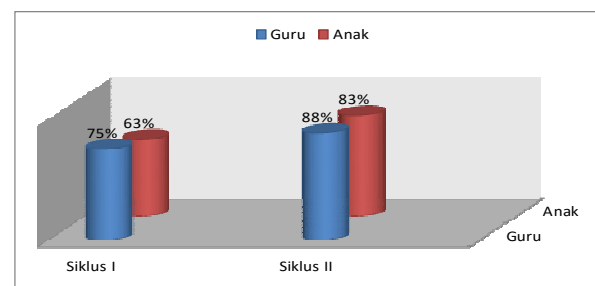
Observasi

Analisis pengamatan untuk aktivitas guru dan anak terhadap peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui permainan tradisional lompat tali yang diberikan pada setiap kali pertemuan kegiatan proses belajar mengajar di kelas yaitu siklus I dan siklus II. Adapun analisis dari hasil aktivitas guru dan anak dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Observasi Aktivitas Guru dan Anak Siklus I dan II

Uraian	Aktivitas Guru	Aktivitas Anak
Siklus I	75%	63%
Siklus II	88%	83%

Berdasarkan tabel di atas hasil observasi aktivitas memperoleh hasil akhir pada taraf keberhasilan "Sangat Baik" pada aktivitas guru siklus II mencapai 88%, sedangkan untuk aktivitas anak memperoleh hasil mencapai 83%. Maka dapat disimpulkan bahwa proses aktivitas guru dan anak pada siklus II sudah berhasil dikarenakan sudah mencapai indikator yang ditentukan yaitu $\geq 80\%$. Berdasarkan analisis tersebut dapat dilihat pada data tersebut pada grafik berikut:



Gambar 3. Grafik Hasil Observasi Aktivitas Guru dan Anak Siklus I dan Siklus II

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa melalui permainan tradisional lompat tali dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian melalui permainan tradisional lompat tali dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini serta meningkatnya aktivitas guru dan anak dalam proses pembelajaran fisik motorik kasar melalui permainan tradisional lompat tali pada kelompok B di TKM-Lina Kabupaten Bireuen.

REFERENSI

- [1] S. HARTATI, "PENGEMBANGAN MODEL ASESMEN PERKEMBANGAN ANAK TAMAN KANAK- KANAK DI DKI JAKARTA," *JPUD - J. Pendidik. Usia Dini*, 2017, doi: 10.21009/jpud.111.02.
- [2] B. Sujiono, M. S. Sumantri, and T. Chandrawati, "Hakikat Perkembangan Motorik Anak," *Modul Metod. Pengemb. Fis.*, 2014.
- [3] J. W. Santrock, "Masa Perkembangan Anak: Children," 2. 2011, doi: 10.1016/j.matchemphys.2003.11.036.
- [4] Y. N. dan B. S. Sujiono, "Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak," *Jakarta: PT Indeks*. 2010.
- [5] J. W. Santrock, "Educational Psychology 5th Edition," *Educ. Psychol.*, 2011.
- [6] Santrock, "Perkembangan Anak," *J. Bimbingan. Konseling*, 2007.
- [7] D. Chairilisyah, "Web-Based Application to Measure Motoric Development of Early Childhood," *JPUD - J. Pendidik. Usia Dini*, 2019, doi: 10.21009/10.21009/jpud.131.01.
- [8] Y. Yunmahlizar and R. Rahma, "UPAYA PENINGKATAN KEMAMPUAN FISIK MOTORIK ANAK USIA DINI MELALUI MEDIA PEMBELAJARAN MENGGUNTING DI TK AL MUSDAR," *J. Pendidik. Anak Usia Dini*, vol. 1, no. 1, pp. 1-6, 2020, [Online]. Available: <http://www.journal.umuslim.ac.id/index.php/jpg/article/view/29>.
- [9] S. Arikunto, "Prosedur Penelitian Tindakan Kelas," *Bumi Aksara*, 2006.