

Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak melalui Kegiatan Senam Ceria Kelompok B2

Sri Rawanti¹, Wahyuni Ulpi², Hasnika², Endah Setiyowati¹, Nur Luthfi Ardhian¹

¹Universitas Negeri Gorontalo, ²Universitas Muhammadiyah Palopo

Email: wahyuniulpi@umpalopo.ac.id

Abstract : *This study aimed to improve rough motoric skills through cheerful gymnastics in group B2 at Lestari Kindergarten, Palopo City. The problem at Lestari Kindergarten in Palopo City was that children's rough motoric skills have not developed well. The method used in this research was classroom action research (CAR) with 14 children. Data collection techniques used were observation and documentation. Data analysis techniques used in this study were quantitative analysis techniques and qualitative data analysis techniques. The results of the study on increasing rough motoric skills through cheerful gymnastics in group B2 at Lestari Kindergarten show that the pre-cycle was 52%, the first cycle was 55.7, and at the second cycle developed very well 79.7%.*

Submit: **Keyword:** *motoric; skills; gymnastics.*

Review: **Abstrak :** Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar melalui senam ceria pada kelompok B2 di TK Lestari Kota Palopo. Permasalahan di TK Lestari Kota Palopo adalah motorik kasar anak belum berkembang dengan baik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) dengan jumlah anak 14 orang. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis kuantitatif dan teknik analisis data kualitatif. Hasil penelitian peningkatan keterampilan motorik kasar melalui senam ceria pada kelompok B2 di TK Lestari menunjukkan bahwa pada sebelum siklus 52%, siklus I 55,7, dan pada siklus II berkembang sangat baik 79,7%.

Publish:

Kata Kunci: motorik; keterampilan; senam.

Citation :

Rawanti, S., Ulpi, W., Hasnika, Setiyowati, E., Ardhian, N. L., (2022). *Upaya Meningkatkan Motorik Kasar Anak melalui Kegiatan Senam Ceria Kelompok B2*. Jurnal Somasi (Sosial Humaniora Komunikasi). Vol. 3., No. 1., 2022 (116-121).

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini merupakan salah satu upaya untuk merangsang potensi yang ada dalam diri anak serta dapat mengembangkan seluruh aspek perkembangan baik spiritual, fisik motorik, kognitif, seni, bahasa dan sosial-emosional. Berdasarkan Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional berkaitan dengan pendidikan Anak Usia Dini disebutkan pada Bab 1 pasal 1 ayat 14 ditegaskan bahwa: "Pendidikan Anak Usia Dini adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut". Hal ini sesuai dengan USPTN (Firdaus dkk., 2018).

Taman kanak-kanak merupakan tempat bermain yang menyenangkan anak usia dini sehingga dapat mengoptimalkan aspek pertumbuhan aspek perkembangannya. Adanya standar pendidikan anak usia dini yang dikeluarkan oleh Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia nomor 58 tahun 2009 merupakan acuan tugas-tugas pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini di Indonesia untuk di capai. TK (Taman Kanak-kanak) berupaya untuk mencapai seluruh tugas-tugas dengan metode yang tepat agar tugas-tugas tersebut dapat tumbuh dan berkembang secara optimal tanpa mengesampingkan kematangan pertumbuhan dan perkembangan anak guna mempersiapkan mereka agar siap melanjutkan pendidikan ke tahap selanjutnya.

Pada saat di taman kanak-kanak guru dapat membantu anak meningkatkan minat dan rasa percaya diri anak serta perasaan mampu melakukan berbagai kegiatan fisik/motorik yang sesuai untuk anak TK. Pengembangan motorik anak yang baik akan meningkatkan kemampuan dan kekuatan otot-otot anak. Misalnya, melalui kegiatan menggenggam, melempar, meloncat, memanjat, memeras, melatih ekspresi muka (senang, sedih, marah, benci), lari, berjinjit, berdiri di atas satu kaki, berjalan di atas papan titian. Pada usia 5-6 tahun segala fisik anak maupun kemampuan anak sedang berkembang cepat. Salah satu kemampuan pada anak TK yang berkembang dengan pesat adalah kemampuan fisik motoriknya. Perkembangan motorik anak akan terlihat secara jelas melalui berbagai gerakan dan permainan yang mereka lakukan. Perkembangan motorik adalah proses seorang anak untuk terampil mengolah tubuhnya. Karena perkembangan motorik sangat erat kaitannya dengan pusat motorik di otak anak tersebut.

Menurut (Sujiono, 2008:112), menggolongkan 3 keterampilan motorik anak yaitu : (1) Ketrampilan lokomotor adalah kegiatan berjalan, berlari, meloncat, dan meluncur (2) Ketrampilan non lokomotor (menggerakkan bagian tubuh dengan anak diam di tempat) adalah mengangkat, mendorong, melengkung, berayun, dan menari.(3) Ketrampilan memproyeksi dan menerima menangkap benda adalah menangkap, dan melempar benda. Pada umumnya anak usia 4-5 tahun sudah memiliki kematangan syaraf dan otot sehingga mampu menggerakkan anggota tubuhnya untuk melakukan aktivitas fisik secara terkoordinasi baik untuk kecepatan, kerja sama dan kelincahan. Akan tetapi tidak semua anak akan tumbuh sesuai tahapannya. Hal tersebut di pengaruhi oleh beberapa faktor, yakni kesehatan anak, status gizi anak, dan lain-lain (Hasanah, 2016). Melihat hal seperti ini permasalahan tentang peningkatan motorik kasar pada anak usia dini, PAUD harus memaksimalkan perannya untuk turut meningkatkan beragam kebutuhan anak didik dalam proses peningkatan motorik kasar pada anak.

Perkembangan motorik yang terhambat akan berpengaruh terhadap perkembangan sosial dan emosional anak, hal itu dikarenakan keterlambatan dalam perkembangan motorik tersebut dapat menimbulkan akibat yang tidak baik untuk diri anak, misalnya

pada waktu anak berusaha anak mencapai kemandirian dan ternyata gagal dan pada saat itu anak harus bergantung pada bantuan orang lain. Pada waktu anak bertambah besar dan membandingkan prestasinya dengan prestasi teman sebayanya, anak merasa rendah diri karena merasa betapa rendah prestasinya. Hal tersebut menimbulkan masalah perilaku dan emosi yang sangat berbahaya bagi penyesuaian yang baik, selain itu keterlambatan perkembangan motorik juga berbahaya karena tidak menyediakan landasan bagi keterampilan motorik. Berbagai cara yang dilakukan untuk mengembangkan motorik kasar agar anak dapat berkembang sosial dan emosionalnya. Cara yang menyenangkan dapat membuat anak aktif berpartisipasi dalam berbagai aktivitas, salah satu aktivitas yang dapat membuat anak senang dan tertarik yaitu aktivitas ritmik.

Dalam kegiatan yang bersifat meningkatkan motorik halus pada anak kelompok B2 TK Lestari yang berada di Benteng Raya Kota Palopo selama ini berkembang cukup baik dalam permainan membuat berbagai bentuk seperti ikan, donat, dan ular dengan menggunakan plastisin. Namun kegiatan untuk mengembangkan fisik motorik kasar anak masih kurang yang ditandai dengan: (1) Anak kurang aktif dalam kegiatan senam, tampak selalu diam dan jarang bergerak meskipun dalam keadaan sehat, (2) Anak kurang percaya diri, (3) Malas dan tidak mau berusaha, dalam setiap kegiatan yang membutuhkan tenaga di mana anak tidak mau melakukannya, (4) Anak kurang mandiri, karena mereka tidak bisa melakukan semua aktivitas sendiri, maka setiap kegiatan anak selalu meminta bantuan kepada orang lain.

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada tanggal 9 November 2020 di TK Lestari Kota Palopo, di kelompok B2 di mana ada 9 anak dari 14 anak yang kemampuan fisik motorik kasar anak belum berkembang (BB) dan Pembinaan yang belum terprogram dengan baik sehingga kemampuan motorik kasar anak kurang terarah sehingga anak belum mampu melakukan kegiatan fisik dengan baik dan untuk perkembangan keterampilan motorik kasar guru hanya memberikan pelatihan senam, sedangkan senam yang digunakan pada kelompok B TK Lestari di Benteng Raya Kota Palopo kurang bervariasi sehingga menimbulkan rasa bosan pada anak. Dengan kondisi tersebut maka peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul “Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Kegiatan Senam Ceria Pada Kelompok B2 di TK Lestari Kota Palopo” dengan cara menggunakan media audio visual berupa senam khusus anak usia dini di mana gerakannya muda diikuti untuk usia anak tersebut. dengan tujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar melalui senam ceria pada anak kelompok B2 di TK Lestari Kota Palopo, senam ceria yang akan digunakan adalah senam irama ceria berdasarkan pada kenyataan di lapangan, bahwa keterampilan motorik kasar anak pada kelompok B2 di TK Lestari Kota Palopo masih kurang maka perlu adanya media yang tepat dalam mendukung perkembangan motorik kasar anak.

METODE

Desain penelitian tindakan kelas yang digunakan adalah model tindakan kelas spiral yang dikembangkan oleh Kemmis Mc. Taggart berikut diagramnya:



Gambar 1 Model Tindakan Kelas

Gambar pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini dapat dipandang sebagai siklus spiral yang dapat dilihat dari penyusunan perencanaan, pelaksanaan tindakan, pengamatan (observasi) dan refleksi selanjutnya mengikuti siklus spiral berikutnya. Penelitian tindakan kelas (PTK) memiliki karakteristik tersendiri sebagai pembeda dengan penelitian dengan yang lainnya di mana penelitian tindakan kelas ini (PTK) di mana anak yang akan diteliti haruslah berkembang sesuai dengan jumlah presentasi yang ada yang sudah dirancang oleh peneliti. Adapun subyek penelitian yang diangkat oleh peneliti adalah jumlah anak yang ada ialah 14 anak pada Kelompok B2 di TK Lestari Kota Palopo dengan usia anak yang ada 5-6 tahun, yang di mana terdiri dari jumlah anak laki-laki adalah 5 anak dan jumlah anak perempuan adalah 9 anak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Kegiatan Pra siklus dilaksanakan pada tanggal 10, 17 dan 19 Maret 2021 kondisi awal pada saat sebelum siklus kemampuan motorik kasar anak belum berkembang dengan baik yang di mana peneliti melakukan observasi sebelumnya.

Bagian hasil berisi temuan penelitian yang didapatkan dari data penelitian dan berkaitan dengan hipotesis. Hasil penelitian setelah pelaksanaan kegiatan sebelum siklus, Melakukan berbagai gerakan terkoordinasi secara terkontrol, seimbang dan lincah $P = \frac{27}{14} \times 100\% = 40,4\%$ Melakukan gerakan mata, kaki, kepala secara terkoordinasi dalam berbagai gerakan yang teratur $P = \frac{28}{14} \times 100\% = 41,2\%$. Jadi pada hasil menyediakan segala media atau alat peraga dalam pengajaran, menentukan dan merencanakan pembelajaran yang mencakup metode atau teknik mengajar dan mengalokasikan waktu serta teknik observasi dan evaluasi dalam berkegiatan.

Berdasarkan hasil observasi dari pra siklus ke siklus I dilihat dari data penilaian yang ada perkembangan anak mengalami peningkatan yang cukup baik dengan bimbingan guru. Dari hasil penelitian setelah pelaksanaan kegiatan siklus I melakukan berbagai gerakan terkoordinasi secara terkontrol, seimbang dan lincah yaitu $P = \frac{36}{14} \times 100\% = 54,4\%$, Pada kegiatan anak mampu melakukan gerakan mata, kaki, kepala secara terkoordinasi dalam berbagai gerakan yang teratur $P = \frac{37}{14} \times 100\% = 55\%$. Jadi hasil persentase nilai pada kegiatan Siklus I 14 anak kelas B2 di TK Lestari Kota Palopo

dalam perkembangan motorik kasar anak mengalami peningkatan secara yang cukup baik namun belum mencapai kriteria penilaian yang diinginkan yaitu Berkembang Sangat Baik (BSB) dengan pencapaian nilai 76%-100%. Masih ada anak berada di penilaian Mulai Berkembang (MB) dan ada pula anak yang sudah mencapai penilaian Berkembang Sesuai Harapan (BSH).

Setelah dilakukan pengamatan oleh peneliti, maka dapat diketahui hasil refleksi pada siklus II yaitu proses pembelajaran dalam kemampuan perkembangan motorik kasar anak dalam senam ceria sudah berkembang sangat baik dengan mengubah media yang di siklus pertama menggunakan media elektronik seperti gawai sedangkan di siklus II gurulah yang memimpin langsung gerakan dengan menggunakan laptop dan pengeras suara. Berdasarkan hasil refleksi tersebut, dapat disimpulkan bahwa pelaksanaan tindakan pada siklus II kegiatan pembelajaran telah sesuai dengan yang diharapkan, sehingga tindakan penelitian berakhir pada siklus II.

Pembahasan

Kegiatan peningkatan kemampuan perkembangan motorik kasar anak dengan melakukan senam ceria di mana masih ada anak yang belum aktif dalam berkegiatan, anak belum serius pada saat kegiatan belajar dan minat anak masih kurang, Sehingga dilakukanlah perbaikan di siklus II dan hasil dari observasi terhadap keaktifan anak dalam berkegiatan meningkat dengan baik. Adapun hasil observasi yang dilakukan mulai dari sebelum siklus, siklus I sampai siklus II.

Berdasarkan hasil observasi pada siklus I dalam kegiatan peningkatan motorik kasar anak dalam melakukan berbagai gerakan terkoordinasi secara terkontrol, seimbang dan lincah 40,4 % dan Melakukan gerakan mata, kaki, kepala secara terkoordinasi dalam berbagai gerakan yang teratur 41,2 %.

Kegiatan perkembangan motorik kasar pada siklus II anak melakukan senam di mana anak sudah mengalami peningkatan aktif dalam berkegiatan, anak sudah serius dalam berkegiatan dan tingkat minat anak dalam berkegiatan sudah ada. Hasil penilaian observasi terhadap aktivitas anak dan urut di siklus II mengalami peningkatan yang sangat baik, hal ini dapat di lihat dalam melakukan berbagai gerakan terkoordinasi secara terkontrol, seimbang dan lincah 79,5 % dan Melakukan gerakan mata, kaki, kepala secara terkoordinasi dalam berbagai gerakan yang teratur 80,5 %. Jadi di kegiatan pembelajaran dalam meningkatkan perkembangan motorik kasar dalam melakukan senam ceria dapat mengembangkan kemampuan anak dalam peningkatan perkembangan motorik kasar anak di TK Lestari Kota Palopo.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya dapat di simpulkan bahwa dengan menggunakan senam ceria sebagai metode pembelajaran dalam kegiatan belajar mengajar dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar di TK Lestari Kota Palopo tahun ajaran 2020/2021. Hal ini dapat dilihat dari adanya perkembangan anak yang di mana dapat dilihat pada sebelum siklus penelitian kemampuan anak rata-rata di mulai berkembang (MB) dengan jumlah 4 anak dengan persentase 20%, di siklus I anak yang berada di kemampuan berkembang sesuai harapan (BSH) terdapat 10 anak dengan persentase 80%, dan pada siklus II semua anak yang berjumlah 14 anak peningkatan pembelajaran anak berada di berkembang sangat baik (BSB) dengan jumlah persentase 100%.

REFERENSI

- Abdillah, U. A. (2020). Tingkat Kemampuan Motorik Siswa Kelas V Dan VI Di SD Negeri Kraton Yogyakarta. *Sell Journal*, 5(1), 55.
- Ananditha, A. C. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Toddler. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 2(1). <https://doi.org/10.30651/jkm.v2i1.924>
- Apriani, D. (2013). Penerapan Permainan Tradisional Engklek Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok B Ra Al Hidayah 2 Tarik Sidoarjo. *PAUD Teratai*, 2(1), 1–13.
- Farida, A. (2016). Urgensi perkembangan motorik kasar pada perkembangan anak usia dini. *Jurnal Raudhah*, 4(2).
- Firdaus, A., Yulianingsih, Y., & Hayati, T. (2018). Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Ritmik. *JAPRA (Jurnal Pendidikan Raudhatul Athfal)*, 1(1), 25–39.
- Fitria, H., Kristiawan, M., & Rahmat, N. (2019). Upaya Meningkatkan Kompetensi Guru Melalui Pelatihan Penelitian Tindakan Kelas. *Abdimas Unwahas*, 4(1), 14–25. <https://doi.org/10.31942/abd.v4i1.2690>
- Hasanah, U. (2016). Pengembangan kemampuan fisik motorik melalui permainan tradisional bagi anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Anak*, 5(1).
- Hidayanti, M. (2013). Peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui permainan bakiak. *Jurnal Pendidikan Usia Dini*, 7(1), 195–200.
- Horizons, S., & Myers. (2018). Peran Aktivitas Bermain Ular-Naga Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Di Taman Kanak-Kanak Melati Rejosari Mataram Lampu Tengah. *Journal of Business Ethics*, 14(3), 37–45.
- Istighosah, A. T. T. (2012). Landasan Teori. 1, 13–43.
- Listiadi, B. M. (2019). Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Ditinjau Dari Pembelajaran Sentra Gerak Di Paud Taman Belia Candi Semarang. *UNNES*.
- Mahrani, M. (2020). Pengaruh Senam Irama Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Usia 5-6 Tahun Di Raudatul Aathfal Nurul Yaqin Dusun Sungai Lintang Kecamatan Kuok Kabupaten Kampar.
- Nurmaniah, D. (2017). Pengaruh Bermain Lari Estafet Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Anak Usia Dini*, 3(1), 22-31.
- Setyaningrum. (2013). Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Anak Kelompok B Melalui Senam Irama Di Tk Dharma Wanita li Candimulyo Kecamatan Kedu Kabupaten Temanggung. 21–31.
- W indah Rossi, D., & Anita Kumaat, N. (2019). Pengaruh Pelatihan Senam Aerobik Intensitas Sedang Terhadap Daya Tahan Kardiorespirasi (vo2maks) Wanita Usia 30-39 Tahun. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 7(2).
- Zambrano Mora. (2014). Tingkat kemampuan motorik kasar pada anak kelompok B Taman Kanak-Kanak di gugus Sido Mulyo Kecamatan Mantrijeron Kota Yogyakarta. 2014(June), 1–2.