Vol. 2, No. 1, Maret 2019
Jurnal Riset Golden Age PAUD UHO
p-ISSN 2615-6768, e-ISSN 2615-5664

MENINGKATKAN KETERAMPILAN MOTORIK KASAR ANAK MELALUI KEGIATAN SENAM IRAMA

Wa Ode Hartina [1)], Sitti Rahmaniar Abubakar [2)]
[1]Jurusan PG-PAUD, Universitas Halu Oleo. Jln. H.E.A Mokodompit, Kendari 93232, Indonesia.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama di Kelompok BTK Kuncup Pertiwi Kontunaga Kabupaten Muna. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilakukan dalam dua siklus. Tahapan dalam penelitian ini yaitu perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Subjek dalam penelitian ini adalah guru dan anak didik di kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga Kabupaten Muna berjumlah 14 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar anak didik dari siklus I terdapat 2 orang anak memperoleh nilai Berkembang Sangat Baik dan 7 orang anak memperoleh nilai Berkembang Sesuai Harapan dengan persentasi 64,28%, pada siklus II terdapat 10 orang anak memperoleh nilai Berkembang Sangat Baik dan 13 orang anak memperoleh nilai Berkembang Sesuai Harapan dengan persentasi 92,85%. Penelitian ini dapat disimpulkan keterampilan motorik kasar anak dapat ditingkatkan melalui kegiatan senam irama di kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga Kabupaten Muna.

Kata kunci: Keterampilan Motorik Kasar, Senam Irama, Anak.

IMPROVE THE ROUGH MOTOR SKILLS OF CHILDREN THROUGH GYMNASTICS RHYTHM ACTIVITIES

Abstract

This research aims to improve the child's rough motor skills through rhythm gymnastics activities in the group BTK Kuncup Pertiwi Kontunaga Muna District. This research is a class action research (PTK) conducted in two cycles. The stages of this study are planning, action, observation, and reflection. The subject in this study is teachers and students in group B of TK Kuncup Pertiwi Kontunaga in Muna district amounting to 14 people. The results showed that there was an increase in learning outcomes from cycle I, there were two children who received a very good growth rate and 7 children gained the value of developing as expected by a percentage of 64.28%, in cycle II there is 10 children have the value of developing very good and 13 children get the value of developing according to expectations with a percentage of 92.85%. This research can be concluded the rough motor skills of children can be improved through the rhythm gymnastics activities in Group B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga Muna District.

***Keywords**: Rough Motor Skills, Rhythm Gymnastics, Child.*

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini merupakan salah satu usaha dalam bidang pendidikan untuk mengoptimalkan segala aspek pertumbuhan dan perkembangan anak. Taman Kanak-Kanak merupakan salah satu jenis pendidikan anak usia dini. Selain itu, Taman kanak-kanak juga merupakan tempat bermain yang menyenangkan, anak usia dini sehingga dapat mengoptimalkan aspek pertumbuhan dan 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 dicapai (Sari, 2016: 2).

Taman Kanak-Kanak (TK) harus mengembangkan lima aspek perkembangan, yakni aspek nilai moral dan agama, aspek sosial-emosional, aspek fisik-motorik, aspek kognitif, dan aspek bahasa. Masing-masing aspek perkembangan harus dikembangkan secara optimal. Salah satu aspek yang penting untuk

dikembangkan adalah aspek fisik-motorik yang terdiri dari motorik kasar dan motorik halus. Anak mempunyai potensi yang sangat besar untuk mengoptimalkan segala aspek perkembangan termasuk perkembangan motoriknya.

Kemampuan manusia berkembang sesuai kemampuan apa yang dikembangkannya, bagaimana seseorang tersebut menilai bahwa kemampuan yang akan dikembangkan adalah termasuk potensi dalam dirinya. Anak-anak usia enam tahun mampu melakukan gerak secara simbolis. Mereka bisa mengungkapkan gagasan, perasaan, atau emosi lewat gerak dengan menciptakan sebuah tarian, sandiwara lucu, atau suatu permainan untuk mengungkapkan perasaan dan pengalaman mereka.Dengan imajinasi dan pikiran yang terlibat untuk bergerak kreatif, dengan mengontrol keterampilan motorik, memungkinkan pengungkapan simbolis (Seefeldt, 2008: 301).

Catron dan Jan (1999: 288), Perkembangan motorik meliputi perkembangan badan, otot kasar (motorik kasar) dan otot halus (motorik halus). Kesempatan yang luas untuk bergerak, pengalaman belajar untuk menemukan, aktifitas sensori motor yang meliputi penggunaan otot-otot besar dan kecil memungkinkan anak untuk memenuhi perkembangan perseptual motorik.

Perkembangan motorik kasar pada anak dipengaruhi oleh gizi, kesehatan serta lingkungan. Misalnya, tersedianya alat permainan serta kesempatan yang diberikan kepada anak untuk melatih berbagai gerakan. Di samping mengembangkan motoriknya, anak juga dapat mengembangkan kemampuan mengamat dan mengingat. Anak dapat mengamati gerakan-gerakan yang dilakukan teman-temanya atau yang sudah dilatihkan kepadanya, kemudian mengingat gerakan-gerakan motorik yang telah dilakukan untuk memperbaiki gerakanya.

Cotton dalam Seefeldt (2008: 306) bahwa bergerak secara simbolis tubuh dari pengalaman iconic dan enactive anak-anak, pengalaman gerak mengikuti bunyi atau irama sebuah instrumen. Karena anak-anak bergerak secara simbolis seolah-olah mereka seekor binatang atau sebuah perahu layar, terlebih dahulu mereka mengamati hal-hal yang ditirukanya. Anak-anak juga bisa menciptakan gerakan-gerakan yang menyaingi fungsi berbagai kendaraan, binatang atau bahkan suara-suara.

Menurut hasil wawancara dengan Kepala TK Kuncup Pertiwi Kontunaga bahwa kegiatan senam belum diterapkan sebagai metode pembelajaran motorik kasar anak. Karakteristik pembelajarannya didominasi dengan kegiatan pengembangan motorik halus diantaranya, menulis, menggambar dan mewarnai. Sebelumnya, anak-anak di kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga sudah diperkenalkan gerakan berolahraga, namun dalam kegiatan senam masih kurang adanya stimulasi dari pendidik sehingga kurang rangsangan yang membuat gerakan anak kurang terkoordinasi dengan baik. Anak hanya melihat contoh gerakan senam saja tanpa pendidik memberikan kesempatan anak untuk maju dan melakukan gerakan senam sendiri.

Hal ini terlihat ketika anak diminta melakukan gerakan yang mengkoordinasikan antara mata dan kaki secara bersamaan. Masih banyak anak yang hanya diam saja, tidak mengikuti perintah dari guru. Ada anak yang hanya menggerakkan tangan saja, sedangkan kakinya diam. Atau sebaliknya, ada anak yang menggerakkan kakinya baik, tetapi tangannya hanya diam saja. Motorik kasar dilatih agar anak dapat merespon ransangan serta dapat menghasilkan umpan balik bagi anak. Suatu gerakan yang diulang-ulang dan saling berkesinambungan sehingga dapat diwujudkan dalam sebuah gerakan senam irama khususnya.

Kegiatan senam irama belum dilakukan di TK Kuncup Pertiwi Kontunaga. Hal ini kegiatan untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar yaitu dengan senam irama. Senam merupakan aktivitas jasmani yang efektif untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan. Gerakan-gerakan senam sangat sesuai untuk mengisi program pendidikan jasmani. Gerakanya merangsang perkembangan komponen kebugaran jasmani, seperti kekuatan dan daya tahan otot dari seluruh bagian tubuh. Di samping itu, senam juga berpotensi mengembangkan keterampilan gerak dasar, sebagai landasan penting bagi penguasaan keterampilan teknik suatu cabang olahraga (Muhajir, 2006 : 76).

Roji (2009:38) senam irama adalah bentuk gerakan yang menekankan pada not dan irama, kelentukan dalam gerakan dan kontinuitas gerakan. Senam irama adalah gerakan senam yang dilakukan dengan senam musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama. Sesuai dengan namanya, senam irama menyesuaikan gerakanya dengan suatu irama

dan biasanya irama musik. Akan tetapi senam ini bisa juga dilakukan tanpa iringan irama musik, yaitu dengan irama hitungan yang teratur.Senam irama adalah suatu rangkaian gerakan senam yang dilakukan dengan irama musik atau latihan bebas yang dilakukan secara berirama, tidak terputus sehingga tercipta satu gerakan yang indah. Gerakan ini dapat dilakukan dengan alat maupun tanpa alat. Tekanan yang harus diberikan dalam senam irama adalah irama, kelenturan tubuh, dan gerak yang berkelanjutan (Sumarjo, 2010: 67).

Anak yang terlibat langsung dengan kegiatan senam irama akanberkembang kelenturan dan koordinasi gerakannya. Disamping itu, kegiatan senam irama bertujuan untuk menambah perbendaharaan gerak pada anak dengan memperdengarkan musik yang sering didengar.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Arikunto (2008: 3) bahwa "Penelitian tindakan kelas adalah merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama''. Penelitian tindakan kelas ini merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan guru untuk meningkatkan kualitas peran dan tanggung jawab guru khususnya untuk pengelolaan hasil pembelajaran. Dengan melaksanakan penelitian tindakan kelas, guru dapat meningkatkan kinerjanya secara terus menerus dan menemukan solusi dari masalah yang timbul dari kelasnya sendiri dengan menerapkan berbagai teori dan teknik pembelajaran yang relevan secara efektif.

Penelitian ini dilaksanakan di TK Kuncup Pertiwi Desa Kontunaga, Kecamatan Kontunaga, Kabupaten Muna. Waktu Penelitian ini dilaksanakan pada semester genap tahun pelajaran 2016/2017 yaitu bulan april tahun 2017. Subyek dalam penelitian ini adalah seluruh anak didik yang bergabung di kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga berjumlah 20 anak, 11 anak laki-laki dan 9 anak perempuan.

Faktor yang diteliti dan diamati dalam penelitian ini adalah: (1) faktor guru, mengamati aktivitas guru dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar pada anak melalui kegiatan senam irama di kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga, (2) faktor anak, mengamati aktivitas anak dalam mengikuti kegiatan senam irama untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak di kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga, (3) hasil belajar anak tentang meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama.

Prosedur pelaksanaan penelitian ini akan dilakukan secara bersiklus yang dimulai dengan siklus pertama, jika siklus pertama tidak berhasil maka dapat dilakukan dengan siklus kedua. Siklus kedua ini ditentukan dari hasil siklus pertama yang terdiri dari kegiatan perencanaan tidakan, pelaksanaan tindakan,observasi dan tindakan.

Instrumen dan pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini ialah: (1) Wawancara ialah percakapan dengan maksud tertentu yang dilakukan oleh dua pihak yaitu pewawancara dan yang diwawancarai; (2) Observasi, disebut juga dengan pengamatan, meliputi kegiatan pemusatan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan alat indera; (3) Dokumentasi, adalah data yang dikumpulkan berupa lembaran foto yang diambil selama proses belajar mengajar berlangsung. Foto berupa kegiatan anak melakukan senam irama.

Indikator hasil dalam penelitian ini adalah penilaian terhadap kemampuan meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama diperlihatkan melalui evaluasi mengacu pada pedoman pemberian nilai dalam suatu pendidikan Taman Kanak - Kanak yaitu bintang (*) = Belum Berkembang (BB), bintang (**) = Mulai Berkembang (MB), bintang (***) = Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan bintang (****) = Berkembang Sangat Baik (BSB) minimal 75% baik secara individual maupun klasikal. Penilaian terhadap keterampilan motorik kasar anak yang dapat diperhatikan melalui kegiatan senam irama yang dicontohkan guru, dievaluasi dengan mengacu pada pedoman pemberian penilaian dalam satuan pendidikan TK yakni dengan diberikan dalam bentuk simbol-simbol seperti bintang (****) = anak yang mengalami peningkatan keterampilan motorik kasar dengan baik dan lancar tanpa dibimbing guru, bintang (***) = memperoleh kemampuan tapi masih dibimbing, bintang (**) = memperoleh kemampuan dengan dibimbing secara langsung oleh guru, dan bintang (*) = tidak memiliki kemampuan dan masih dalam pengawasan dan bimbingan guru (Depdiknas, 2004: 11). Sedangkan indikator kinerja yang diberlakukan bagi guru meliputi guru mampu melaksanakan kegiatan penelitian sesuai dengan tahapan siklus penelitian serta

guru membimbing, mengarahkan, mengamati dan melaksanakan penilaian pada anak didik. Selanjutnya dilakukan penjumlahan kategori di atas yang diperoleh setiap anak berdasarkan hasil evaluasi, lalu disesuaikan dengan indikator keberhasilan yang digunakan yaitu minimal secara klasikal kemampuan meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama pada Kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga dapat dikatakan tuntas apabila telah mencapai 75% dari 20 orang anak yang memperoleh nilai BSH dan BSB.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum kegiatan penelitian ini dilaksanakan, peneliti terlebih dahulu melakukan pertemuan awal dengan kepala TK Kuncup Pertiwi Kontunaga, yaitu pada tanggal 20 januari 2017. Selanjutnya kepala TK Kuncup Pertiwi Kontunaga mengarahkan peneliti untuk berdiskusi dengan guru kelompok B berkaitan dengan kegiatan yang akan dilakukan peneliti tentang meningkatkan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama.

Langkah awal yang dilakukan peneliti sebelum melaksanakan penelitian, yaitu melakukan pengamatan berupa kegiatan sebelum tindakan tanpa mengganggu proses pembelajaran yang berlangsung untuk mengetahui keadaan awal anak di TK Kuncup Pertiwi Kontunaga terkait dengan kemampuan meningkatkan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama dengan menggunakan lembar observasi dan dilanjutkan dengan wawancara singkat dengan guru kelompok B tentang meningkatkan motorik kasar anak.

Hasil observasi awal dan wawancara yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa meningkatkan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama di kelompok B masih sangat kurang yaitu berada dalam kategori Belum Berkembang (BB) dan Mulai Berkembang (MB). Rendahnya kemampuan meningkatkan motorik kasar anak disebabkan karena anak-anak tidak diberikan pembelajaran tentang senam irama.

Berdasarkan hasil observasi awal sebelum pelaksanaan tindakan penelitian, kemampuan meningkatkan motorik kasar anak pada kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga dapat diamati. Menunjukkan bahwa rata-rata perolehan nilai anak mencapai 1,50 – 2,49 atau berada pada taraf kategori Mulai Berkembang (MB) atau bintang (**). Berdasarkan hasil data pada observasi awal dalam kegiatan meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama di kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga selanjutnya dilakukan analisis keberhasilan secara klasikal untuk penilaian awal kegiatan pembelajaran sebelum dilaksanakan penelitian tindakan kelas.

Penelitian ini dilakukan dua siklus setiap siklus terdiri atas tiga rangkaian kegiatan harian. Pada siklus I terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi atau pengamatan, dan refleksi.

Hal-hal yang dipersiapkan yaitu sebagai berikut: (1) membuat skenario pembelajaran berupa Program semester, RPPM dan RPPH untuk siklus I pada pertemuan I sampai pertemuan III, yang mengacu pada pembelajaran meningkatkan keterampilan motorik kasar anak; (2) menyiapkan alat yang akan digunakan untuk melakukan kegiatan senam irama; (3) membuat lembar observasi aktivitas guru dan anak selama proses pembelajaran sebagai acuan untuk melihat tentang proses pembelajaran sesuai dengan yang direncanakan; (4) menyediakan alat evaluasi untuk melihat siklus I.

Pada tahap observasi dan evaluasi peneliti selalu mencatat segala apa yang diperoleh pada prosess pelaksanaan siklus II, nilai tersebut diperoleh berdasarkan kemampuan anak didik pada kegiatan penelitian yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan anak melalui kegiatan senam irama di kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga.

Berdasarkan hasil observasi siklus II dapat diketahui bahwa dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama pada tahap evaluasi siklus II mengalami peningkatan, karena tingkat keberhasilan anak secara klasikal telah mencapai 90%. Dari 20 anak terdapat 5 anak (25%) yang memperoleh nilai bintang (****) atau Berkembang Sangat Baik, 13 anak (65%) memperoleh nilai bintang (***) atau Berkembang Sesuai Harapan, 2 anak (10%) memperoleh nilai nintang (**) atau Mulai Berkembang dan tidak ada anak yang memperoleh nila bintang (*) atau Belum Berkembang.

Berdasarkan perolehan nilai anak didik yang ditampilkan pada tabel 4.14 dapat dikatakan bahwa program kegiatan senam irama meningkat. Meskipun masih terdapat anak didik yang memperoleh nilai bintang (**) atau Mulai Berkembang tetapi dapat dikatakan bahwa sebagian anak dianggap telah mampu dalam

mengkoordinasikan gerakanya sesuai dengan indicator penilaian dalam penelitian ini khususnya dalam pelaksanaan tindakan siklus II. Selain itu dengan perolehan sebesar 90% tersebut telah dicapai oleh 20 orang anak didik, sehingga secara umum dapat dikatakan bahwa kegiatan senam irama untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar anak telah terselesaikan dan mencapai target peneliti yaitu indicator keberhasilan 75%.

Aktivitas mengajar guru pada siklus I mencapai 64% dari 7 aspek yang diamati kemudian pada siklus II meningkat menjadi 81%. Dengan demikian aktivitas mengajar guru pada penelitian tindakan kelas ini telah mencapai hasil yang maksimum. Sedangkan hasil analisis observasi belajar anak sesuai dengan pedoman/lembar observasi sebanyak 10 aspek yang akan dicapai oleh anak pada siklus I skor ketuntasan yang dicapai anak yaitu 60% atau 6 aspek dari 10 aspek kemudian mengalami peningkatan pada siklus II yaitu sebesar 80% atau 8 aspek dari 10 aspek.

Setelah dilakukan perbaikan-perbaikan pada siklus II, ternyata hasil yang diperoleh mengalami peningkatan yang cukup signifikan pada aspek kemampuan meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama. Berdasarkan data yang diperoleh pada siklus I dan siklus II, dapat diketahui perbandingan jumlah anak yang memiliki peningkatan keterampilan motorik kasar anak dengan kriteria Berkembang Sangat Baik (BSB) dan Berkembang Sesuai Harapan (BSH).

Jika dilihat dari pengalaman anak mulai dari pelaksanaan siklus I sebesar 85% jika dibandingkan dengan tahap observasi awal penelitian hanya mencapai 20% dan pada tindakan siklus II mencapai persentase sebesar 90% menunjukkan hasil baik dari sebelumnya, karena indikator kerja yang ditetapkan telah tercapai yaitu minimal 75% maka penelitian ini dapat dihentikan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan analisis data hasil observasi aktivitas mengajar guru, siklus I diperoleh persentase ketercapaian sebesar 64% atau 7 aspek dari 11 aspek yang diamati dan tidak tercapai sebesar 36% atau 4 aspek dari 11 aspek yang diamati, dan persentase ketercapaian hasil aktivitas mengajar guru mengalami peningkatan pada siklus II sebesar 81% atau 9 aspek dari 11 aspek yang diamati dan tidak tercapai sebesar 19% atau 2 aspek dari 11 aspek yang diamati. Sedangkan ketercapaian hasil belajar anak didik siklus I diperoleh sebesar 60% atau 6 aspek dari 10 aspek yang diamati dan tidak tercapai sebesar 40%, dan pada siklus II persentase hasil belajar anak mengalami peningkatan sebesar 80% atau 8 aspek dari 10 aspek yang diamati dan tidak tercapai sebesar 20% atau 2 aspek dari 10 aspek yang diamati.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan peneliti pada anak didik kelompok B TK Kuncup Pertiwi Kontunaga pada siklus I persentase sebesar 85% dari 20 0rang anak didik. Pada siklus II mengalami peningkatan sebesar 90% dari 20 anak didik.

Saran

Berdasarkan kesimpulan tersebut, maka peneliti menyarankan hal-hal sebagai berikut: (a) Bagi sekolah: menyediakan dan memperbanyak fasilitas yang menunjang pembelajaran yang dibutuhkan oleh guru dan anak dalam meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama seperti televisi, LCD, dan speaker, (2) Bagi guru: dalam upaya meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui kegiatan senam irama, guru hendaknya menggunakan alat yang lengkap berupa pengeras suara agar dapat menstimulasi perkembangan gerak anak dalam gerakan senam seperti senam irama "senam sehat gembira". (3) Bagi peneliti selanjutnya: dapat menjadi pengalaman dan pembelajaran yang bermanfaat bagi peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Catron, C.E. & Allen J. 1999. *Early Chilhood Curriculum A Creative-Play Model*. Ohio: Prentice Hall.

Depdiknas. 2004. *Pedoman Penelitian Di Taman Kanak-Kanak.* Jakarta: Depdiknas.

Muhajir. 2006. *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktik 1*. Jakarta: Erlangga.

Roji. 2009. *Pendidikan Jasmani kelas VII*. Jakarta: Erlangga.

Sari, S.P. 2016. Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Senam Irama Pada Anak Kelompok A Tk Pertiwi 21.1 Setda Kabupaten Sragen.372. *E-Jurnal Prodi Teknologi Pendidikan,* Vol. V Nomor 8.

Seefeldt, C dan Wasik A. Barbara. 2008. *Pendidikan Anak Usia Dini Menyiapkan Anak Usia Tiga, Empat, dan Lima Tahun Masuk Sekolah, Edisi Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT. Indeks.

Suharsimi, Arikunto. 2008. *Prosedur Penilaian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Jaya.

Sumarjo, 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan*. Surabaya: JP Book.