

PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR MELALUI BERMAIN LOMPAT TALI KARET PADA ANAK KELOMPOK A

**Hidayatul Chasanah
Dewi Komalasari**

PG PAUD, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya
Jalan Teratai No. 4 Surabaya.

Email: (hidayatulchasanah81@yahoo.co.id).(dewikomalasari.satmoko@gmail.com)

Abstract : *This study uses classroom action research . The purpose of this study was to determine the increase in the gross motor skills of children jump rope rubber activities . Subjects were children in group A of kindergarten children Perwanida Sumobito Jombang . The results showed an increase in 34,5 % of gross motor skills .based on the evaluation of the results of the first cycle and cycle II .*

Keywords : *Gross motor skills , Jump rope rubber activities.*

Abstrak: Penelitian ini menggunakan jenis penelitian tindakan kelas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui bermain lompat tali karet. Subjek penelitian ini adalah anak kelompok A RA Perwanida Sumobito Jombang. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kemampuan motorik kasar 34,5% berdasarkan evaluasi hasil dari siklus I dan siklus II.

Kata kunci : Kemampuan motorik kasar, Bermain lompat tali karet.

Kemampuan motorik kasar merupakan suatu gerakan tubuh yang melibatkan sebagian besar otot-otot yang ada pada diri anak seperti gerakan merangkak, melempar, meloncat, melempar, dan melompat. karena gerakan motorik kasar sangat diperlukan bagi anak usia dini untuk pertumbuhan jasmaninya. Mengenalkan kegiatan motorik kasar kepada anak dapat meningkatkan potensi fisik menanamkan jiwa sportivitas anak selain itu dapat meningkatkan kemampuan kognitif anak membuat anak bisa percaya diri terhadap apa yang dilakukan. Kemampuan motorik kasar anak akan lebih meningkat pada usia 4-5 tahun.

Kegiatan motorik kasar anak di RA Perwanida khususnya anak kelompok A masih belum sesuai dengan capaian perkembangan anak di Permendiknas Nomor 58 Tahun 2009 menjelaskan bahwa anak usia 4-5 tahun mampu melakukan gerakan menggantung, melompat, meloncat dan berlari secara terkoordinasi. Berdasarkan pengalaman dan pengamatan yang

selama ini dilakukan oleh peneliti pada saat memberikan kegiatan motorik kasar ditemukan sebanyak 15 anak atau 75% dari 20 anak yang teridentifikasi masih kurang optimal. terutama dalam kegiatan melompat dengan dua kaki secara seimbang dan melompat dengan tinggi 10-15 cm, masih banyak ditemukan anak yang kurang mampu melompat dengan dua kaki secara seimbang dan melompat dengan tinggi 10-15 cm, sehingga peneliti menganggap perlunya dibuat sebuah pembelajaran atau strategi yang menarik yang dapat memudahkan anak dalam mengembangkan kemampuan motorik kasarnya. Setelah melakukan pengamatan dan diskusi dengan teman guru pengajar di RA Perwanida tentang cara yang efektif dan sesuai dengan anak usia 4-5 tahun dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar yaitu melompat dengan dua kaki secara seimbang dan melompat dengan tinggi 10-15 cm yang sesuai dengan prinsip pembelajaran pada anak usia 4-5 tahun yaitu bermain sambil

belajar dan belajar seraya bermain, maka peneliti memilih kegiatan bermain lompat tali karet yang dipilih oleh peneliti untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar yaitu melompat dengan dua kaki secara seimbang dan melompat dengan tinggi 10-15 cm. terutama bagi anak yang kurang mampu untuk melompat dengan dua kaki secara seimbang dan melompat dengan tinggi 10-15 cm. Peneliti menggunakan bermain lompat tali karet karena tali karet sangat mudah didapatkan dan anak mudah mengenalinya karena sering bermain dengan menggunakan alat ini, selain itu tali karet sangat aman bagi anak apabila digunakan untuk bermain. Kegiatan melompat dengan dua kaki secara seimbang dan melompat dengan tinggi 10-15 cm melalui bermain lompat tali karet ini dapat mengasah keseimbangan tubuh pada anak ketika sedang melompat dengan bermain yang menyenangkan diharapkan seluruh aspek dapat dicapai secara menarik anak untuk melakukan kegiatan melompat dengan dua kaki secara seimbang dan melompat dengan tinggi 10-15 cm.

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimanakah peningkatan kemampuan motorik kasar melalui bermain lompat tali karet pada anak kelompok A di RA Perwanida Sumobito Jombang, tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan peningkatan kemampuan motorik kasar melalui bermain lompat tali karet pada anak kelompok A di RA Perwanida Sumobito Jombang.

Menurut (Kiram, 1992:9) bahwa motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Oleh sebab itu jika anak melakukan gerakan motorik kasar anak memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot besar, seperti ketika anak melakukan gerakan berlari, gerakan berjalan, dan gerakan melompat dengan dua kaki semua itu dilakukan oleh anak usia dini dengan menggunakan otot besar.

Menurut Fikriyati (2013:22) menjelaskan bahwa motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan sebagian otot-otot besar yang ada pada diri anak, dengan

menggunakan bermacam koordinasi kelompok otot tertentu sehingga anak dapat belajar untuk merangkak, melempar dan melompat. baik itu melompat dengan dua kaki memakai alat seperti lompat tali ataupun lompat dua kaki tanpa memakai alat.

Docket dan Flier dalam Yuliani (2000:41-43) mengemukakan bahwa bermain itu merupakan kebutuhan bagi anak, karena melalui bermain anak akan memperoleh pengetahuan yang dapat mengembangkan kemampuan dirinya. Vygotsy dalam Naughton dalam Yuliani (2003:46) juga percaya bahwa dengan bermain dapat membantu perkembangan kognitif anak secara langsung.

Menurut ismail kusmayadi (2011:120) menjelaskan bahwa lompat tali atau main karet adalah suatu permainan lompat yang menggunakan media dari roncean tali karet gelang. bermain lompat tali karet sering menjadi permainan yang mengasyikkan, selain menyenangkan permainan ini pun sangat bermanfaat bagi kesehatan dan kebugaran tubuh. Permainan lompat tali secara fisik akan menjadikan anak lebih kuat dan tangkas. Juga secara emosional, intelektual, dan sosialnya akan berkembang dengan dalam diri anak.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan (*action research*), karena penelitian dilakukan untuk memecahkan masalah pembelajaran di kelas. Menurut Arikunto (2010:130) penelitian tindakan kelas adalah merupakan suatu pencermatan terhadap kegiatan belajar berupa sebuah tindakan, yang sengaja dimunculkan dan terjadi dalam sebuah kelas secara bersama-sama.

Penelitian ini juga termasuk penelitian deskriptif, sebab menggambarkan bagaimana suatu teknik pembelajaran diterapkan dan bagaimana hasil yang diinginkan dapat dicapai. Penetapan jenis penelitian ini didasarkan pada tujuan bahwa peneliti ingin mengetahui peningkatan kemampuan motorik kasar melalui bermain lompat tali karet pada anak kelompok A di RA Perwanida Sumobito Jombang.

Sesuai dengan jenis penelitian yang dipilih, yaitu penelitian tindakan, maka penelitian ini menggunakan model penelitian tindakan (dalam Arikunto, 2010:137). Penelitian tindakan dari Kemmis dan Taggart berbentuk spiral dari siklus yang satu ke siklus yang berikutnya. Setiap siklus meliputi *planning* (rencana), *action* (tindakan), *observation* (pengamatan), dan *reflection* (refleksi).

Lokasi penelitian adalah tempat yang digunakan dalam melakukan penelitian untuk memperoleh data yang diinginkan. Penelitian ini bertempat di RA Perwanida Sumobito Jombang. Subjek dalam penelitian ini adalah Anak RA Perwanida usia 4-5 pada kelompok A di RA Perwanida. Responden adalah semua anak kelompok A berjumlah 20 anak diantaranya perempuan berjumlah 8 dan laki-laki berjumlah 12 anak.

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa teknik untuk membantu dalam memperoleh data penelitian. Adapun data penelitian tersebut antara lain observasi/pengamatan dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk mengamati aktivitas guru dan aktivitas anak pada saat waktu kegiatan pembelajaran. Pengamatan/observasi adalah kegiatan pemuatan perhatian terhadap sesuatu obyek dengan menggunakan seluruh alat indra yang dilakukan oleh pengamat. pengamatan dapat dilakukan melalui penglihatan, penciuman, pendengaran, peraba, pengecap (Arikunto, 2009:19). Dalam penelitian yang dilaksanakan, selain data berupa catatan tertulis juga dilakukan dokumentasi berupa foto. Karena Dokumentasi merupakan sebagai obyek yang diperhatikan dalam memperoleh informasi, (Arikunto, 2010:274). Adapun Foto ini dapat dijadikan sebagai bukti otentik bahwa pembelajaran benar-benar berlangsung.

Menganalisis data adalah suatu proses mengolah mengolah dan menginterpretasi data dengan tujuan untuk mendudukkan berbagai informasi sesuai dengan fungsinya hingga memiliki makna dan arti yang jelas sesuai tujuan peneliti (Suyadi, 2010:85).

Menganalisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif. Beberapa data yang diperoleh dalam penelitian ini adalah data hasil observasi aktivitas guru dan aktivitas anak, kemampuan motorik kasar terhadap penerapan bermain lompat tali karet. Data yang sudah terkumpul kemudian dianalisis. Alat yang digunakan untuk mengobservasi aktivitas guru, aktivitas anak dan kemampuan motorik kasar berupa skor.

Kriteria keberhasilan yang diharapkan peneliti adalah jikalau 75% dari jumlah anak memperoleh bintang 3 dari segi kemampuan motorik kasar anak. Hasil refleksi dan evaluasi pada siklus I digunakan sebagai acuan dalam menyusun perencanaan pada siklus selanjutnya. Jika pada siklus I target kriteria pencapaian tindakan sudah tercapai, maka siklus II tetap dilaksanakan. Siklus II dilaksanakan sebagai pematapan hasil dari siklus I.

HASIL

Berdasarkan observasi sebelum tindakan bahwa kemampuan motorik kasar anak khususnya pada anak kelompok A RA Perwanida masih banyak anak yang belum mampu melakukan gerakan melompat dengan dua kaki secara seimbang dengan benar. Rendahnya kemampuan motorik kasar anak didik dalam hal ini dibuktikan dari 25% anak yang mampu melompat dengan dua kaki secara seimbang dengan benar, dan 75% yang belum bisa melakukan melompat dengan dua kaki secara seimbang, kegiatan pembelajaran yang dilakukan selama ini kurang bervariasi jadi anak mudah bosan dan selain itu medianya kurang menarik.

Hasil kemampuan motorik kasar siklus I pada indikator melompat dengan dua kaki secara seimbang, melompat dengan tinggi 10-15 cm masih tergolong rendah belum berhasil memenuhi target yaitu $\geq 75\%$. Hal ini dilihat dari lembar aktivitas guru pada siklus I pada pertemuan I mendapat 50%, pertemuan II mendapat 60% sehingga di dapat rata-rata sebesar 55%. Pada lembar aktivitas anak siklus I pertemuan I mendapat 45% dan pada pertemuan II mendapat 55% sehingga di dapat

rata-rata sebesar 50%. Dan pada lembar kemampuan motorik kasar anak pada siklus I pertemuan I anak yang mampu mencapai 44%, pada pertemuan II anak yang sudah mampu 65% sehingga di dapat rata-rata pada anak yang mampu mencapai 54,5%. Sehingga kegiatan melompat dengan dua kaki secara seimbang dan melompat dengan tinggi 10-15 cm melalui bermain lompat tali karet untuk kemampuan motorik kasar belum optimal.

Kegagalan pembelajaran pada siklus I dikarenakan guru kurang jelas saat memberikan penjelasan dan contoh cara bermain lompat tali karet, sehingga anak kurang konsentrasi, mereka asyik bicara dengan temannya, Kegiatan motori kasar dilakukan melalui bermain lompat tali karet pada siklus II peneliti berusaha memperbaiki semua kekurangan pada proses pembelajaran dengan cara strategi dalam bermain diubah menjadi bentuk permainan lomba lari agar lebih bervariasi dan menarik untuk anak yang bertujuan untuk dapat lebih meningkatkan kemampuan motorik kasar dan aktivitas guru dalam bermain lompat tali karet agar menjadi lebih optimal sehingga sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

Keberhasilan proses pembelajaran pada siklus II ini menunjukkan bahwa siklus sudah boleh dihentikan karena sudah memenuhi target keberhasilan yaitu $\leq 75\%$ mendapat nilai bintang 3 dan bintang 4, hal ini dapat dilihat dari aktivitas guru pada siklus II pada pertemuan I mendapat 70%, pertemuan II mendapat 90% sehingga di dapat rata-rata sebesar 80%. Pada aktivitas anak siklus II pertemuan I mendapat 80% dan pada pertemuan II mendapat 90% sehingga di dapat rata-rata sebesar 85%. Dan pada kemampuan motorik kasar anak pada siklus II pertemuan I anak yang sudah mampu mendapat 85%, pada pertemuan II anak yang sudah mampu 92,5% sehingga di dapat rata-rata pada anak yang mampu mencapai 89%. Berdasarkan uraian di atas maka pembelajaran pada siklus II sudah dapat dihentikan karena sudah memenuhi target yang ditentukan.

PEMBAHASAN

Pada proses pembelajaran Siklus I masih banyak hal-hal yang harus dibenahi diantaranya dalam menerangkan tema, dan pada saat mengkondisikan anak-anak, pada saat guru menjelaskan bagaimana melompat dengan dua kaki secara seimbang suaranya kurang jelas, ketika memberi bimbingan pada anak guru kurang memotivasi sehingga anak tidak termotivasi untuk melakukan kegiatan motorik kasar.

Pada Siklus I kemampuan motorik kasar pada anak belum berhasil memenuhi target yaitu $\geq 75\%$ hal ini dilihat dari aktivitas guru pada siklus I mencapai 55%, aktivitas anak 45% dan kemampuan motorik kasar anak yang bisa mencapai 54,5%. Sehingga bermain lompat tali karet untuk kemampuan motorik kasar belum optimal. Kegagalan pembelajaran pada siklus I dikarenakan guru kurang memberikan apresiasi di kegiatan awal, cara guru menjelaskan tentang cara melompat dengan dua kaki secara seimbang melalui bermain lompat tali karet kurang jelas sehingga kurang dimengerti anak, dalam membimbing dan memotivasi anak dalam bermain lompat tali karet masih kurang, saat *merecalling* kurang menyenangkan sehingga menyebabkan anak kurang maksimal dalam memperhatikan guru pada saat memberikan *recalling*.

Pada siklus II peneliti berusaha memperbaiki semua kegiatan pada proses pembelajaran kemampuan motorik kasar ini dengan cara memperbaiki strateginya agar lebih bervariasi dan menarik bagi anak, guru menyampaikan materi dengan suara jelas palan dan keras, guru memberikan bimbingan, motivasi pada anak agar anak lebih optimal untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak sehingga hasil pembelajaran sesuai dengan yang diharapkan.

Keberhasilan proses pembelajaran pada siklus II ini menunjukkan bahwa siklus sudah boleh dihentikan karena sudah memenuhi target keberhasilan yaitu $\leq 75\%$ dari jumlah anak

yaitu pada aktivitas guru mencapai 80%, aktivitas anak 85% dan kemampuan motorik kasar anak mengalami peningkatan 89%. Pada penelitian ini tentang aktivitas guru mendapat selisih 25%, pada aktivitas anak selisihnya 40% dan pada kemampuan motorik kasar mendapat selisih 34,5%. Melalui bermain lompat tali karet dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak hal ini dapat dijadikan salah satu alternatif dalam pembelajaran untuk guru.

Hasil penelitian ini didukung oleh teori Docket dan Fleeer dalam Sujiono (2000:41-43) mengemukakan bahwa bermain itu merupakan kebutuhan bagi anak, karena melalui bermain anak akan memperoleh pengetahuan yang dapat mengembangkan kemampuan dirinya.

Selain itu juga senada dengan teori Kusmayadi (2011:120) menjelaskan bahwa lompat tali atau main karet adalah suatu permainan lompat yang menggunakan media dari roncean tali karet gelang. Bermain lompat tali karet sering menjadi permainan yang mengasyikkan, selain menyenangkan permainan ini pun sangat bermanfaat bagi kesehatan dan kebugaran tubuh. Permainan lompat tali secara fisik akan menjadikan anak lebih kuat dan tangkas. Juga secara emosional, intelektual, dan sosialnya akan berkembang dalam diri anak.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan analisis data pada siklus I dan siklus II dapat disimpulkan bahwa bermain lompat tali karet dengan indikator melompat dengan dua kaki secara seimbang dan melompat dengan tinggi 10-15 cm, dapat

meningkatkan kemampuan motorik kasar anak di kelompok A RA Perwanida Sumobito Jombang.

Saran

Dengan memperhatikan simpulan di atas, maka beberapa saran yang dikemukakan antara lain bagi Guru. Optimalkan penggunaan media dan strategi yang bervariasi sehingga menarik bagi anak dan penggunaan metode secara tepat dalam menyampaikan materi sehingga anak tidak merasa bosan pada saat guru menyampaikan materi. Disamping itu juga mengenali kemampuan dari masing-masing anak sehingga apa yang guru sampaikan sesuai dengan keinginan dari masing-masing anak.

DAFTAR RUJUKAN

- Kusmayadi Ismail. 2011. *Membongkar kecerdasan anak (Mendeteksi Bakat & potensi anak sejak dini)*. Jakarta: PT. Buku Kita.
- Arikunto, Suharsimi. 2009. *Penelitian tindakan kelas*. Jakarta: Bumi Aksara
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Fikriyati, Mirroh. 2013. *Perkembangan Anak usia Dini (Golden Age)*. Yogyakarta: Laras Media Prima.
- Permendiknas. 2009. *Standart Pendidikan Anak Usia Dini*.
- Suyadi, 2010. *Penelitian Tindakan Kelas* Jogjakarta: Diva Press.
- Sujiono, Nurani, Yuliani. 2009. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT Indeks.
- Kiram Yanuar Phil. 1992. *Belajar Motorik..* DEPDIBUD.

UNESA