

STUDI DESKRIPTIF SENAM UNTUK MENSTIMULASI MOTORIK KASAR ANAK KELOMPOK B DI TK MUSLIMAT MAZRAATUL ULUM I PACIRAN LAMONGAN

Jauharotur Rihlah

(jauharaelrihlah@yahoo.co.id)

Program Studi PG-PAUD, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Sri Widayati S.Pd., M.Pd

(wida_unesa@yahoo.com)

Program Studi PG-PAUD, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Abstrak

Aspek perkembangan fisik motorik merupakan suatu hal yang sangat penting dan harus dikembangkan pada anak usia dini. Salah satu cara untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak yaitu melalui senam. TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan memiliki senam ciptaan guru dengan gerakan yang sederhana dan mudah dilakukan oleh anak. Berdasarkan hal tersebut peneliti perlu melakukan penelitian tentang gambaran motorik kasar anak melalui senam di TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan.

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan bagaimana kemampuan motorik kasar anak melalui senam di TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan. Penelitian ini menggunakan penelitian diskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara, dokumentasi, dengan subyek penelitian anak kelompok B di TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan yang berjumlah 12 anak. Teknik analisis data menggunakan model Miles and Huberman dimana terdapat tiga langkah dalam menganalisis data, yaitu *data reduction* (reduksi data), kemudian *data display* (mendisplay data), lalu *conclusion drawing / verification*.

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data selama penelitian terlihat bahwa senam dapat meningkatkan motorik kasar anak kelompok B di TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan. Dilihat dari hasil nilai rata-rata kemampuan motorik kasar anak melalui senam, 91,7% anak mampu melakukan 7 gerakan langkah kaki, 83,3% anak mampu melakukan 8 gerakan tangan dan 91,7% anak mampu melakukan 3 gerakan kepala.

Kata kunci : motorik kasar, senam

Abstract

Motoric aspects of physical development became a very important and should be developed at an early age. One of the way to stimulate a gross motor skills of children is gymnastics. The TK Muslimat Mazraatul Uluum 1 Paciran Lamongan have a teacher's gymnastics creation which the simple motors and easy to do by the children. Pursuant to it a researcher have to make a description about a gross motor skills of children from gymnastics at TK Muslimat Mazraatul Uluum 1 Paciran Lamongan.

The research aims to describe how the child's gross motor skills through gymnastics at TK Muslimat Mazraatul Ulum 1 Paciran Lamongan . This study used a deskriptive qualitative research. The Data collection techniques used observation, interviews, documentation, with children's subjeck research with group B at TK Muslimat Mazraatul Ulum 1 Paciran Lamongan totaling 12 children . Analysis using the model of Miles and Huberman where there are 3 steps in analyzing the data , the data reduction , then the data display and conclusion drawing / verification.

Based on the results of research and data analysis for the study of gymnastics shown that exercise can improve gross motor skills in group B at TK Muslimat Mazraatul Ulum 1 Paciran Lamongan . seen from the average value of gross motor skills through gymnastics children , 91,7% children are able to perform step seven foot motor, 83,3% of the children can do an eight of hand motors and 91,7% of the children can do a three of a head motors.

Keywords: gross motori skills, gymnastics

PENDAHULUAN

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 (UU No. 20 Th. 2003 tentang sisdiknas). Pendidikan anak usia dini merupakan landasan terpenting bagi perkembangan anak. Melalui pendidikan sejak dini anak akan mendapatkan stimulasi lebih banyak.

Banyak sedikitnya stimulasi yang diterima oleh seorang anak akan berdampak pada perkembangan selanjutnya. Aspek perkembangan yang harus di berikan kepada anak sejak dini salah satunya yaitu perkembangan motorik kasar.

Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Contohnya kemampuan duduk, menendang, berlari, naik-turun tangga dan sebagainya.

Perkembangan motorik kasar terjadi sejalan dengan meningkatnya kemampuan koordinasi mata, tangan, dan kaki. Perkembangan tersebut bisa terjadi dengan baik apabila anak memperoleh kesempatan cukup besar untuk melakukan aktivitas fisik dalam bentuk gerakan-gerakan yang melibatkan keseluruhan bagian anggota-anggota tubuhnya. Salah satu cara untuk mengembangkannya adalah melalui senam irama.

Senam irama adalah satu jenis senam yang dilakukan dengan mengikuti irama musik atau nyanyian. Melalui kegiatan senam irama, anak akan dapat terlibat langsung dalam pengalaman belajar yang bermakna melalui aktivitas fisik, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana serta mempunyai tujuan yang hendak dicapai, seperti daya tahan, kekuatan, kelentukan, koordinasi, atau bisa juga diperluas untuk membentuk prestasi, membentuk tubuh yang ideal dan memelihara kesehatan dan semua unsur kondisi fisik dapat dicapai melalui olahraga secara teratur.

Saat ini banyak sekolah yang memiliki tujuan dan ciri khas yang ingin diperlihatkan kepada masyarakat. Misalnya, ciri khas dari sekolah yaitu dengan memiliki senam sendiri (senam kreasi sendiri). Salah satu contohnya yaitu senam irama yang ada di Taman Kanak-kanak Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan. Senam irama dapat diciptakan sendiri dan dikreasikan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Di TK Muslimat Mazraatul Ulum 1 menciptakan sebuah senam kreasi sendiri yang berbeda dari TK yang lainnya dengan tujuan untuk mengembangkan kemampuan motorik kasar anak.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka permasalahan yang akan diteliti adalah bagaimanakah gambaran kemampuan motorik kasar anak kelompok B melalui kegiatan senam di TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan?

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian diskriptif kualitatif. Menurut Brogdnan dan Taylor (dalam Moleong, 2004:3) penelitian kualitatif deskriptif adalah serangkaian prosedur penelitian yang menghasilkan data secara deskriptif baik secara lisan maupun tertulis dari sumber atau perilaku orang yang dapat diamati.

Subyek penelitian Kelompok B di TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan yang berjumlah 12 anak. Tempat penelitian berada di TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan. Waktu penelitian di tahun ajaran 2013/2014 pada 07 Desember 2013- 09 Januari 2014. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Jenis observasi yang digunakan adalah observasi partisipan, yakni peneliti terlibat dalam kegiatan sehari-hari dengan subyek penelitian. Setiap pertemuan peneliti membawa lembar penilaian observasi yang telah dibuat oleh peneliti dan merekam anak saat melakukan senam. Adapun kriteria penilaian observasi adalah sebagai berikut:

1. Gerakan Langkah Kaki
 - A. Kaki kanan, kiri melangkah ke depan jinjit
 4. Anak dapat melangkah kaki kanan, kiri ke depan jinjit sebesar 60□□□
 3. Anak dapat melangkah kaki kanan, kiri ke depan jinjit < 60□
 2. Anak dapat melangkah kaki kanan, kiri ke depan tanpa jinjit
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
 - B. Kaki melangkah ke kanan, kiri 2 langkah
 4. Anak dapat melangkah 2 langkah ke kanan, kiri dengan lancar
 3. Anak dapat melangkah 2 langkah ke kanan, kiri dengan tersendat-sendat
 2. Anak hanya dapat melangkah 1 langkah ke kanan, kiri
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
 - C. Melangkah ke depan 2 langkah
 4. Anak dapat melangkah ke depan 2 langkah dengan lancar
 3. Anak dapat melangkah ke depan 2 langkah dengan tersendat-sendat
 2. Anak hanya dapat melangkah ke depan 1 langkah
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
 - D. Melangkah ke belakang 2 langkah
 4. Anak dapat melangkah ke belakang 2 langkah dengan lancar
 3. Anak dapat melangkah ke belakang 2 langkah dengan tersendat-sendat
 2. Anak hanya dapat melangkah ke belakang 1 langkah
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
 - E. Kaki kanan, kiri ke depan tutup
 4. Anak dapat melangkah kaki kanan, kiri ke depan sejauh 2 kaki dengan tutup
 3. Anak dapat melangkah kaki kanan, kiri ke depan < / > 2 kaki dengan tutup

2. Anak dapat melangkah kaki kanan, kiri ke depan tanpa di tutup
1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
- F. Kaki kanan, kiri ke belakang tutup
 4. Anak dapat melangkah kaki kanan, kiri ke belakang sejauh 2 kaki dengan tutup
 3. Anak dapat melangkah kaki kanan, kiri ke belakang $< / > 2$ kaki dengan tutup
 2. Anak dapat melangkah kaki kanan, kiri ke belakang tanpa di tutup
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
- G. Melangkah serong ke kanan 2 langkah
 4. Anak dapat melangkah serong ke kanan 2 langkah sebesar 45° dengan lancar
 3. Anak dapat melangkah serong ke kanan 2 langkah $< / > 45^\circ$ dengan lancar
 2. Anak hanya dapat melangkah serong ke kanan 1 langkah
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
2. Gerakan Tangan
 - A. Tangan mengepal membentuk sudut siku-siku dengan arah naik turun
 4. Anak dapat melakukan gerakan tangan mengepal membentuk sudut siku-siku (90°) dengan arah naik turun dengan lancar
 3. Anak dapat melakukan gerakan tangan mengepal membentuk sudut $< 90^\circ$ dengan arah naik turun dengan lancar
 2. Anak dapat melakukan gerakan tangan mengepal membentuk sudut $< 90^\circ$ dengan arah naik turun dengan tersendat-sendat
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
 - B. Tangan mengepal membentuk sudut siku-siku tegak dengan variasi buka tutup
 4. Anak dapat melakukan gerakan tangan mengepal membentuk sudut siku-siku (90°) dengan variasi buka tutup dengan lancar
 3. Anak dapat melakukan gerakan tangan mengepal membentuk sudut $< 90^\circ$ dengan variasi buka tutup dengan lancar
 2. Anak dapat melakukan gerakan tangan mengepal membentuk sudut $< 90^\circ$ dengan variasi buka tutup dengan tersendat-sendat
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
 - C. Tangan mengepal membentuk sudut siku-siku sejajar pundak
 4. Anak dapat melakukan gerakan tangan mengepal membentuk sudut siku-siku (90°) sejajar dengan pundak dengan lancar
 3. Anak dapat melakukan gerakan tangan mengepal membentuk sudut $< 90^\circ$ tidak sejajar dengan pundak dengan lancar
 2. Anak dapat melakukan gerakan tangan mengepal membentuk sudut $< 90^\circ$ tidak sejajar dengan pundak dengan tersendat-sendat
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
 - D. Kedua tangan di ayun ke depan sejajar pundak
 4. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan di ayun ke depan sejajar pundak dengan lancar
 3. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan di ayun ke depan tidak sejajar pundak dengan lancar
 2. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan di ayun ke depan tidak sejajar pundak dengan tersendat-sendat
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
 - E. Kedua tangan ditekuk di depan dada dengan variasi buka tutup
 4. Anak dapat melakukan gerakan tangan ditekuk di depan dada dengan sempurna dengan variasi buka tutup dengan lancar
 3. Anak dapat melakukan gerakan tangan ditekuk di depan dada dengan tidak sempurna dengan variasi buka tutup dengan lancar
 2. Anak dapat melakukan gerakan tangan ditekuk di depan dada dengan tidak sempurna dengan variasi buka tutup dengan tersendat-sendat
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
 - F. Kedua tangan mengepal didorong ke depan dan ke atas
 4. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan mengepal didorong ke depan dan ke atas dengan lancar
 3. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan tidak mengepal didorong ke depan dan ke atas dengan lancar
 2. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan tidak mengepal didorong ke depan dan ke atas dengan tersendat-sendat
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
 - G. Kedua tangan silang menyapu muka
 4. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan silang menyapu muka dengan lancar
 3. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan silang menyapu muka dengan tersendat-sendat
 2. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan tidak silang menyapu muka
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun
 - H. Kedua tangan di ayun dari bawah ke atas tegak
 4. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan di ayun dari bawah ke atas tegak dengan lancar
 3. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan di ayun dari bawah ke atas tidak tegak dengan lancar
 2. Anak dapat melakukan gerakan kedua tangan di ayun dari bawah ke atas tidak tegak dengan tersendat-sendat
 1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun

3. Gerakan Kepala

A. Kepala menunduk

4. Anak dapat melakukan gerakan kepala menunduk dengan lancar
3. Anak dapat melakukan gerakan kepala tidak menunduk dengan lancar
2. Anak dapat melakukan gerakan kepala tidak menunduk dengan tersendat-sendat
1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun

B. Kepala menengok ke kanan dan ke kiri

4. Anak dapat melakukan gerakan kepala menengok ke kanan dan ke kiri dengan lancar
3. Anak dapat melakukan gerakan kepala tidak menengok ke kanan dan ke kiri dengan lancar
2. Anak dapat melakukan gerakan kepala tidak menengok ke kanan dan ke kiri dengan tersendat-sendat
1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun

C. Kepala tengkleng ke kanan dan ke kiri

4. Anak dapat melakukan gerakan kepala tengkleng ke kanan dan ke kiri dengan lancar
3. Anak dapat melakukan gerakan kepala tidak tengkleng ke kanan dan ke kiri dengan lancar
2. Anak dapat melakukan gerakan kepala tidak tengkleng ke kanan dan ke kiri dengan tersendat-sendat
1. Anak tidak mau melakukan gerakan apapun

Teknik pengumpulan data selanjutnya adalah wawancara. Dimana responden/ narasumber adalah guru kelas serta guru senam dan kepala TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan. Jenis wawancara yang digunakan adalah wawancara semiterstruktur. Teknik pengumpulan data yang terakhir adalah dokumentasi, yaitu foto kegiatan senam dan video saat kegiatan senam..

Teknik analisis data pada penelitian menggunakan model Miles and Huberman (dalam Sugiyono, 2011:246). Aktivitas dalam analisis data model Miles and Huberman ada 3 langkah, yaitu *data reduction* (data reduksi), *data display* (mendisplay data), dan *conclusion drawing/ verification* (kesimpulan/verifikasi data).

Pada penelitian ini, untuk menganalisis nilai rata-rata menggunakan rumus menurut Tulus Winarsunu (2002:11) sebagai berikut:

$$\text{Rata-rata} = \frac{\text{jumlah data}}{\text{banyak data}}$$

Sedangkan untuk menghitung hasil prosentasi kemampuan motorik kasar anak pada tiap-tiap gerakan dihitung dengan menggunakan rumus Sugiyono (2010:39) adalah sebagai berikut:

$$\text{Persentase (\%)} = \frac{f}{n} \times 100\%$$

Keterangan:

% = Persentase

f = Frekuensi

n = Jumlah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil observasi, wawancara dan dokumentasi, diperoleh data sebagai berikut:

1. Kemampuan motorik kasar anak kelompok B melalui senam di TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa kemampuan motorik kasar anak kelompok B pada gerakan langkah kaki, gerakan tangan dan kepala dalam senam rata-rata anak mendapatkan nilai 4 dan 3, sedangkan anak yang mendapatkan nilai rata-rata 2 dan 1 tidak ada..

Adapun kemampuan anak pada tiap-tiap gerakan kaki, tangan, dan kepala pada senam dapat dideskripsikan sebagai berikut:

a. Gerakan Langkah Kaki

Dari hasil penelitian kemampuan motorik kasar anak pada gerakan langkah kaki 91,7% anak dapat melakukan 7 gerakan langkah kaki dengan baik, terlihat hampir semua anak mendapatkan skor rata-rata ± 3 .

b. Gerakan Tangan

Dari hasil penelitian kemampuan motorik kasar anak pada gerakan tangan 83,3% anak dapat melakukan 8 gerakan tangan dengan baik, terlihat hampir semua anak mendapatkan skor rata-rata ± 3 .

c. Gerakan Kepala

Dari hasil penelitian kemampuan motorik kasar anak pada gerakan kepala 91,7% anak dapat melakukan 3 gerakan kepala dengan baik, terlihat hampir semua anak mendapatkan skor rata-rata ± 3 .

PENUTUP

Kesimpulan

Gambaran tentang kemampuan motorik kasar anak kelompok B melalui senam di TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan.

Terbukti bahwa kemampuan motorik kasar anak melalui senam dapat di indikasikan secara signifikan mampu meningkatkan motorik kasar (gerakan langkah kaki) anak kelompok B di TK Muslimat Mazraatul Ulum I Paciran Lamongan. Dilihat dari hasil nilai rata-rata kemampuan motorik kasar anak melalui senam, 91,7% anak mampu melakukan 7 gerakan langkah kaki, 83,3% anak mampu melakukan 8 gerakan tangan dan 91,7% anak mampu melakukan 3 gerakan kepala.

Saran

1. Sebaiknya guru dalam kegiatan senam islami tidak hanya sebagai fasilitator saja, tetapi guru lebih bisa memberikan arahan kepada anak secara personal maupun secara klasikal.
2. Sebaiknya guru tanggap dan membenarkan saat melihat ada salah satu anak yang salah dalam melakukan gerakan.
3. Sebaiknya saat kegiatan senam islami guru dapat memberikan formasi barisan yang berbeda pada tiap harinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Samsudin. (2005). *Pengembangan Motorik di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmadinata, Syaodih. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sumantri. 2005. *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta: Depdiknas.

