



**Meningkatkan Motorik Kasar Melalui Kegiatan Senam Sederhana
Pada Anak Usia 3-4 Tahun Di Pos Paud Terpadu Mawar Kutisari Selatan/18A
Kec. Tenggilis Mejoyo**

LILIK ISMIATININGSIH

SI PG PAUD. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya lilikridwan@yahoo.com

Muhammad Reza S.Psi

SI PG PAUD Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Surabaya

ABSTRAK

Latar belakang penelitian ini diawali oleh hasil data studi awal yang menunjukkan kondisi kemampuan motorik kasar anak kelompok usia 3-4 tahun di Pos Paud Terpadu Mawar sangat kurang. Hal ini terbukti anak belum mampu menirukan gerakan senam sederhana dengan menirukan jalannya kelinci dan melompat setinggi 20 cm,

Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas yang dirancang dalam bentuk siklus berulang. Di setiap siklus terdiri dari 4 tahap, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Subyek penelitian ini adalah murid kelompok usia 3-4 tahun di Pos Paud Terpadu Mawar yang berjumlah 30 anak terdiri dari 16 anak laki-laki dan 14 anak perempuan sedangkan analisis datanya menggunakan statistik deskriptif.

Dari hasil analisis data hasil belajar motorik kasar pada siklus 1 pertemuan 1 diperoleh data 40% , pada siklus 1 pertemuan 2 diperoleh data 53,3%. Hal ini menunjukkan penelitian tindakan kelas ini belum berhasil, oleh karena target yang ditentukan adalah > 80% maka penelitian berlanjut pada siklus 2. Pada siklus 2 pertemuan 1 diperoleh data 80% dan pada siklus 2 pertemuan 2 mencapai 93,3%. Berdasarkan analisis data pada siklus 2 maka target yang diharapkan tercapai dan penelitian ini dinyatakan berhasil maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan senam sederhana dapat meningkatkan motorik kasar anak kelompok usia 3-4 tahun di Pos Paud Terpadu Mawar Kutisari Surabaya.

Kata kunci : Kemampuan motorik kasar, kegiatan senam sederhana.

ABSTRACT

Background This study initiated by the results of the initial study data which shows the conditions of simple gymnastic movements, mimicking the way back movement rabbit and jump as high as 20 cm is still lacking, because the child is still not able to replicate back movement course of rabbit and jump as high as 20 cm.

This research was conducted using Classroom Action Research (RAC) with child research subjects in the age group 3-4 years PPT MAWAR Jl. Kutisari Selatan IX/18A Kecamatan Tenggilis Mejoyo Surabaya, totaling 30 childrens, which consisted of 16 boys and 14 girls. While the analysis of the data using descriptive statistics.

From the analysis of the results of simple gymnastic movements, mimicking the way back movement rabbit and jump as high as 20 cm the study in cycle 1 meeting 1 40% of data obtained in cycle 1 meeting 2 53,3% of the data obtained. This suggests the study of this class action have not been successful because the specified target is > 80%, so the research continues in cycle 2. In cycle 1 second meeting 80% and the data obtained in cycle 2 meeting 2 reached 93,3%. Based on the analysis of data in cycle 2 the target is reached and the study declared successful. It can be concluded that simple gymnastic activities improve gross motor skill of children aged 3-4 years Poa Paud Terpadu Mawar Kutisari selatan IX/18A Kec. Tenggilis Mejoyo Surabaya.

Keywords: simple gymnastic activities, improve gross motor skills

PENDAHULUAN

Masa usia dini merupakan masa yang paling optimal untuk berkembang. Pada masa ini anak mempunyai rasa ingin tahu yang sangat besar dan melakukan apapun untuk memenuhi rasa ingin tahunya. Selain itu, secara naluriah mereka aktif bergerak. Mereka akan menuju kemana saja sesuai dengan minat atau kesenangannya. Dengan aktifitasnya tersebut anak memenuhi kebutuhan perkembangan dan belajarnya.

Masa balita adalah masa emas (*golden age*) dalam rentang perkembangan, seorang individu pada masa ini anak mengalami tumbuh kembang yang luar biasa baik dari segi fisik motorik, emosi, kognitif, maupun psikososial, juga perkembangan anak berlangsung secara holistik atau menyeluruh. Karena itu stimulasinya berlangsung dalam kegiatan yang holistik, baik aspek pendidikan, gizi, maupun kesehatan. (Martuti, 2008:47).

Kemampuan seseorang akan turun jika ia tidak melaksanakan tugas perkembangan yang baik. Hal ini karena anak tersebut akan mendapat kecaman dan celaan dari masyarakat sekelilingnya, anak akan merasa sedih dan tidak bahagia. Dengan demikian anak yang berhasil melaksanakan tugas perkembangan akan merasakan senang hatinya karena merasa berhasil dalam hidup, dan akhirnya mendapatkan perasaan bahagia. (Sobur, 2009: 138)

Pada waktu anak di sekolah atau anak mulai bergaul dengan anak lainnya mereka membandingkan kemampuan motoriknya dengan kemampuan motorik teman sebayanya dan membandingkan prestasi mereka dengan prestasi teman sebayanya. Jika prestasi tersebut berada di bawah prestasi teman sebayanya, mereka merasa rendah diri, kecemburuan terhadap anak lain, kekecewaan terhadap orang dewasa, penolakan sosial, ketergantungan, malu, dan jemu. Apabila hal tersebut sering terjadi, mereka akan mulai memandang diri mereka rendah, dan karenanya meletakkan landasan bagi kompleks rasa rendah diri. (Hurlock, 2007: 150-171).

Titik sentral yang harus dicapai di setiap kegiatan pembelajaran adalah tercapainya tujuan pembelajaran. Oleh sebab itu, Guru harus memikirkan dan membuat perencanaan secara seksama dalam meningkatkan kesempatan belajar bagi anak dan memperbaiki kualitas pengajarnya agar tujuan pembelajaran tercapai.

Sebagaimana diskripsi di atas, agar pelaksanaan penelitian ini lebih terfokus dan sesuai dengan apa yang menjadi tujuan

penelitian ini, maka penulis mengajukan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah kegiatan senam sederhana dapat meningkatkan motorik kasar pada anak usia 3-4 tahun di Pos Paud Terpadu Mawar Kutisari selatan IX/18A Kecamatan Tenggilis Mejoyo Surabaya?.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian merupakan pangkal dari sebuah usaha, oleh karena itu, perlu di sebutkan lebih jelas lagi sesuai dengan rumusan masalah, maka penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mengetahui peningkatan kemampuan motorik kasar anak usia 3-4 tahun di Pos Paud Terpadu Mawar Kutisari selatan IX/18A Kecamatan Tenggilis Mejoyo Surabaya.

Manfaat penelitian adalah hasil apa yang akan di sumbangkan untuk kemajuan ilmu pengetahuan yang merupakan *follow up* (mengikuti) kesimpulan (Arikunto, 2006: 61) Ada beberapa manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini antara lain :

1. Secara Teoritis
Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran serta dapat dijadikan bahan kajian bagi para pembaca, khususnya mengenai meningkatkan kemampuan motorik kasar
2. Secara Praktis
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan lebih lanjut dalam penentuan kebijakan perkembangan kemampuan motorik kasar pada anak usia 3-4 tahun di Pos Paud Terpadu Mawar Kutisari Surabaya.

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian adalah suatu metode ilmiah yang memerlukan sistematika dan prosedur yang harus ditempuh dengan tidak mungkin meninggalkan suatu unsur, komponen yang diperlukan dalam suatu penelitian (Mardalis, 2003:14)

Tujuan dari penelitian tindakan kelas adalah untuk memecahkan masalah yang nyata yang terjadi di dalam kelas sekaligus mencari jawaban ilmiah serta perbaikan dan peningkatan layanan profesional pendidik dalam menangani proses belajar mengajar. Tujuan tersebut dapat dicapai dengan melakukan berbagai tindakan alternatif dalam memecahkan berbagai persoalan pembelajaran yang di hadapi oleh pendidik. Dalam penelitian ini menggunakan guru sebagai peneliti, penanggung jawab penuh penelitian ini adalah guru. Tujuan utama di dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui

kemampuan siswa dalam menguasai perkembangan motorik kasar mulai dari perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi (Arikunto, 2010: 60)

Teknik pengumpulan data adalah proses untuk menghimpun data yang di perhatikan relevan serta akan memberi gambaran dari aspek yang akan diteliti. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah opbservasi dan dokumentasi.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian tindakan kelas ini telah dilakukan secara bertahap pada kegiatan siklus I pertemuan I meningkatkan kemampuan motorik kasar dalam mengembangkan perilaku anak disekolah sebesar 40%, karena belum mencapai standart ketuntasan belajar >80% maka dilanjutkan pada kegiatan siklus I pertemuan II meningkatkan kemampuan motorik kasar dalam mengembangkan perilaku anak disekolah sebesar 53,3%, sehingga perencanaan tindakan siklus II bersumber dari masalah-masalah yang menghambat perkembangan kemampuan motorik kasar, anak kelompok C usia 3-4 tahun di disekolah Pos Paud Terpadu MAWAR Kutisari Surabaya.

Anak usia dini berada pada masa keemasan disepanjang rentang usia perkembangan manusia, pernyataan ini didukung oleh pendapat dari Montesori (Sujiono dan Sujiono, 2010:20). Mengatakan bahwa masa ini merupakan periode sensitive, selama masa inilah anak secara khusus mudah menerima stimulus-stimulus dari lingkungannya.

Pada hakikatnya anak adalah makhluk individu yang membangun sendiri pengetahuannya. Anak lahir dengan membawa sejuta potensi yang siap untuk ditumbuh kembangkan aslkan lingkungan menyiapkan situasi dan kondisi yang merangsang kemunculan dari potensi yang tersembunyi tersebut (Sujiono dan Sujiono, 2010:21).

Lima tahun pertama dalam kehidupan anak merupakan peletak dasar bagi perkembangan selanjutnya, pertanyaan ini diadaptasi dari pendapatHurlock (dalam Depdiknas, 2007:7), anak yang mengalami masa bahagia berarti terpenuhinya segala kebutuhan fisik maupun psikis diawal perkembangannya diramalkan akan dapat melaksanakan tugas-tugas perkembangan selanjutnya. Piaget juga mengatakan bahwa untuk meningkatkan perkembangan mental anak ketahap yang lebih tinggi dapat dilakuakan dengan memperkaya pengalaman terutama pengalaman kongkrit, karena dasar perkembangan mental adalah

melalui pengalaman-pengalaman aktif dengan menggunakan benda-benda disekitarnya. Pendidikan anak usia dini sangat penting untuk mencapai keberhasilan belajar pada tingkat pendidikan selanjutnya.

Dengan mengembangkan kemampuan motorik kasar anak kelompok C usia 3-4 tahun diharap minat belajar meningkat sehingga berpengaruh pada perkembangan perilaku anak disekolah.

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas yang telah dilaksanakan melalui beberapa tindakan dari siklus I dan siklus II serta berdasarkan pada seluruh pembahasan dan analisis yang dilaksanakan, maka dapat disimpulkan bahwa dengan meningkatkan kemampuan anak dalam menirukan gerakan senam sederhana seperti menirukan jalannya kelinci dan melompat setinggi 20 cm dapat meningkatkan motorik kasar anak. Secara khusus penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

Dengan meningkatkan kemampuan menirukan gerakan senam sederhana menirukan seperti jalannya kelinci dan melompat setinggi 20 cm. dapat meningkatkan motorik kasar anak. Hal ini ditunjukkan dari hasil analisis yang didapatkan bahwa kemampuan motorik kasar anak usia 3-4 tahun di sekolah Pos Paud Terpadu Mawar Kutisari selatan IX/18A Kec Tenggilis Mejoyo Surabaya. Pada siklus I kemampuan motorik kasar anak, sudah meningkat menjadi sebesar 53,3% dan pada siklus II dengan berbagai perbaikan – perbaikan yang dilakukan oleh Guru, kemampuan motorik kasar anak usia 3-4 tahun di sekolah Pos Paud Terpadu Mawar Kutisari selatan IX/18A Kec, Tenggilis Mejoyo Surabaya peningkataanya mencapai 90%.

B. SARAN

1. Bagi Sekolah

- a). Untuk sekolah pendidikan anak usia dini dapat mningkatkan kemampuan menirukan jalannya kelinci dan melompat setinggi 20 cm dapat meningkatkan motorik kasar anak balita kelompok usia 3-4 tahun.
- b). Anak belajar melalui kegiatan bermain, dengan bermain anak mengembangkan kemampuannya dari pengalaman yang diperoleh melalui bermain.

2. Bagi Peneliti Lain

- a). Penelitian ini dapat dijadikan sebagai peneliti berikutnya khususnya untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak.
- b). Fokus pada subyek penelitian di Pos Paud Terpadu MAWAR Kutisari Surabaya, diharapkan dapat diperluas dengan subyek yang lebih besar lagi dan latar belakang serta permasalahan yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek, Edisi Revisi VI*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, suharsimi 2007 *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek* Jakarta: Rinika Cipta.
- Arikunto, Suharsimi dkk, 2010 *Penelitian Tindakan Kelas guru SD, SLB., dan TK* Bandung: CV Yrama Widya.
- Amstrong, Thomas. 2004. *Membangkitkan Bakat Alami Kejeniusan Anak Anda*. Batam: Interaksa.
- Asterson, Jr. 2006. *Save Your Child*, Jakarta Prestasi Pustaka Anak.
- Asmawati, luluk dkk 2010. *Pengelolaan Kegiatan Pengembangan Anak Usia Dini*. Universitas terbuka edisi 1
- Aqip dkk. 200 *Penelitian Tindakan Kelas guru SD,SLB, dan TK Bandung: CV Yirama Widya*
- Fanu, James Le. 2009. *Deteksi Dini Masalah-masalah Psikologi Anak* . Yogyakarta: Think
- Goleman. 2008. *Mengembangkan Kecerdasan Emosional Anak*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Gunawan, Adi W. 2003. *Born to be genius*. Jakarta: Bumi Aksara
- Hong, Zing Lim. 2006. *Touching Point*. Jakarta: Prestasi Pustaka Anak
- Hurlock, Elizabeth B. 2005. *Perkembangan Anak*, Jakarta: Erlangga
- Hurlock, Elizabeth B. 1997. *Perkembangan Anak* , Jakarta: Erlangga
- Hurlok, Elizabeth B 1991: edisi enam Buku psikologi perkembangan yang berjudul Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan
- Kamus Perkembangan Bayi Dan Balita*. 2006. Edisi Bahasa Indonesia. Esensi.
- Lwin, May dkk. 2003. *How to multiply Your Child ntelligence; Cara Mengembangkan Berbagai Kecerdasan*.Yogyakarta: Indek
- Mutiah, Diana. 2010. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*, Jakarta: Kencana Pranada Media Group.
- Maya, Wido. 2006. *Mendidik & Membesarkan Anak Usia Pra Sekolah*, Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Mar'at Samsunuwiyati. 2008. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Rosda
- Moeslichaton, 2005. *Metode Pembelajaran di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Rhineke Cipta.
- Musfiqon,2012. *Pengembangan Media Dan Sumber Belajar*, Jakarta: PT Presatasi Pustaka Karya.
- Perkembangan Model Bermain Dan Permainan PAUD. 2009, Surabaya
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Indonesia Nomor 58 Tahun 2009 Tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini.
- Rimm, Sylvia. 2003. *Mendidik dan Menerapkan Disiplin pada Anak Prasekolah, Pola Asuh Masa Kini*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Siti Rahayu, F Morks. 1998. *Psikologi Perkembangan, Pengantar dalam berbagai-bagainya*. Yogyakarta Gajah Mada University Pres.
- Shohib, Muhamad. 2000. *Pola Asuh Orang Tua Dalam Membantu Mengembangkan Diri*. Jakarta: Rineka Cipta
- Soegeng, Santoso. 2002. *Pendidikan Anak Usia Dini*. Juakarta: Citra Pendidikan Anak Indonesia
- Suyadi, 2009. *Anak yang menakjupkan*. Yogyakarta: DIVA Press
- Tim Pustaka Familia. 2006. *Membuat Prioritas Melatih Anak Mandiri*. Jakarta: Kanisi
- Undang-undang Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak .
- Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 Tentang sistem Pendidikan Nasional
- Yusuf Syamsu, 2008 *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*, Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Yusuf Syamsu. 2011. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosda Karya Offset
- Yamin, Martinis. 2010. *Panduan Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Gaung Persada.
- Yus, Anita. 2005, *Penilaian Perkembangan Belajar Anak Usia Dini*. Jakarta Direktur Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini