

Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Permainan Injak Ekor

Increasing Gross Motor Skills Children Age 5-6 Years Old through Injak Ekor Game

Alfi Roihatul Jannah¹, Anik Lestarinigrum²

^{1,2} Universitas Nusantara PGRI Kediri, Jawa Timur, Indonesia

¹ Email: alfi.roihatul@gmail.com

² Email: aniklestariningrum@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian adalah untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar melalui permainan injak ekor pada anak usia 5-6 tahun. Hal ini merupakan salah satu upaya peningkatan kemampuan motorik kasar anak dalam melatih otot-otot besar anak pada kaki saat melakukan pengejaran untuk menginjak ekor yang terpasang pada temannya, selain itu anak juga menggerakkan seluruh anggota badannya saat bermain. Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilakukan di kelompok B TKIT Assiraji Kabupaten Nganjuk. Hasil pelaksanaan permainan injak ekor ini menunjukkan bahwa kekuatan kaki anak mulai meningkat, seperti kemampuan anak dalam berlari yang semakin cepat dan seimbang dari siklus I, II dan siklus III. Proses kegiatan pembelajaran dapat berlangsung secara efektif sehingga hasil belajar anak dalam proses kegiatan tersebut dapat mencapai ketuntasan. Sebagai hasil kemampuan anak menunjukkan peningkatan dengan prosentase sebagai berikut; Siklus I sebesar 55 %, siklus II sebesar 86,67 %, dan siklus III sebesar 96,67 %. Dari hasil tersebut dapat dikategorikan kegiatan pembelajaran mencapai ketuntasan. Selama proses kegiatan pembelajaran berlangsung interaksi antara guru dengan anak dapat ditingkatkan dengan memberi bimbingan dan motivasi, hal ini bertujuan agar anak semangat melakukan permainan dengan maksimal serta dengan cara yang menyenangkan sehingga memudahkan pengembangan kemampuan motorik kasar anak dalam permainan injak ekor.

Kata kunci: motorik kasar, permainan injak ekor, anak usia dini

Abstract

The purpose of the research is to increase the ability of gross motor through injak ekor game in children age 5-6 years old. This is one of the efforts to improve the gross motor abilities of children in training the large muscles of children on the feet during a chase to step on the tail that is attached to his friend, in addition to the child also moves all the limbs while playing. This research using Classroom Action Research approach (PTK) in B groups TKIT Assiraji Nganjuk. The results of this game show that the strength of children's legs began to increase, such as the ability of children to run faster and more balanced from cycle I, II and cycle III. The process of learning activities can take place effectively so that the learning outcomes of children in the process of such activities can achieve mastery. As a result of a child's skill to show improvement with the following percentages; The first cycle is 55%, the second cycle is 86.67%, and the third cycle is 96.67%. From these results can be categorized learning activities achieve mastery. During the process of learning activities take place the interaction between teachers with children can be improved by providing guidance and motivation, it aims to children the spirit of doing the game with the maximum and in a fun way so as to facilitate the development of gross motor skill of children in the injak ekor game.

Keywords: gross motor, injak ekor games, early childhood

Submitted: 21 Februari 2018, Accepted: 29 Maret 2018, Published: 31 Maret 2018

PENDAHULUAN

Pada masa anak usia dini, tubuh dan otak akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Oleh karena itu sangat penting

untuk mengontrol motorik anak menjadi lebih baik dan lebih kuat. Perkembangan motorik anak akan semakin baik apabila stimulasi yang diberikan juga tepat.

Permasalahan yang dialami oleh anak Kelompok B1 TKIT Assirajj adalah sejumlah 15 anak yang terdiri dari 9 laki-laki dan 6 perempuan menunjukkan rendahnya kemampuan fisik motorik kasar anak yang kurang berkembang, terutama terlihat ketika diajak kegiatan untuk peningkatan fisik motorik kasar di luar ruangan. Kemampuan melompat, koordinasi berlari dan mengendalikan kaki saat berhenti masih kurang baik, dengan kata lain keseimbangan belum dicapai oleh anak. Hasil pencapaian perkembangan anak kemampuan fisik motorik yang menunjukkan hasil 50% dengan prosentase terbesar mencapai mulai berkembang (bintang 2).

Pemilihan lokasi penelitian di Kelompok B1 TKIT Assirajj, karena peneliti pertama adalah guru kelas tersebut yang mengetahui permasalahan yang sedang dialami oleh peserta didiknya. Pemecahan masalah dengan menggunakan permainan injak ekor yang merupakan gabungan permainan *outdoor* yang dimodifikasi oleh peneliti. Permainan injak ekor merupakan suatu kegiatan di luar kelas yang diciptakan untuk mengoptimalkan kemampuan fisik motorik kasar anak usia dini. Permainan ini menimbulkan gerakan-gerakan pada otot-otot besar anak agar lebih terlatih dengan cara yang menyenangkan. Alasan di balik nama "Injak Ekor" adalah karena dalam permainan ini anak menggunakan tali yang diibaratkan sebagai ekor yang akan menjadi alat permainan utama agar menarik dan anak menjadi aktif dalam permainan karena berusaha menginjak ekor yang terpasang pada temanya hingga lepas.

Motorik kasar berkaitan dengan aktivitas fisik/jasmani yang melibatkan otot-otot besar, seperti otot lengan, otot tungkai, otot bahu, otot punggung dan perut yang dipengaruhi oleh kematangan fisik anak. Motorik kasar dilakukan dengan berbagai bentuk seperti berjinjit, melompat, meloncat, berlari dan berguling dimana

kegiatan tersebut juga ada dalam permainan injak ekor.

Perkembangan motorik mengarah pada perkembangan pengendalian gerakan jasmani melalui kegiatan pusat syaraf, urat syaraf, dan otot yang terkoordinasi. Selanjutnya Hurlock (1978) menyebutkan bahwa tugas perkembangan anak yang paling penting dalam masa Taman Kanak-kanak dalam tahun permulaan saat anak masuk TK adalah mengembangkan motoriknya berdasarkan pengoordinasian kumpulan otot yang berbeda saat bergerak atau melakukan aktivitas. Pengembangan keterampilan motorik kasar anak usia dini juga dapat mempengaruhi prestasi olahraga (Sukamti, 2011).

Melalui permainan injak ekor inilah aktivitas motorik anak dalam program aktivitas jasmani yang dirancang melalui perencanaan pembelajaran yang matang sesuai standar pencapaian perkembangan kelompok B anak diharapkan mampu melakukan aktivitas fisik secara terkoordinasi dalam rangka kelenturan, keseimbangan, kelincahan dan juga keberanian.

Diawali prosedur permainan injak ekor setelah guru melakukan apersepsi, setelah itu guru mengenalkan alat yang digunakan, guru memberikan contoh cara bermain, guru memasang 'ekor' pada masing-masing anak, guru membagi anak menjadi kelompok, guru meminta anak memasuki area permainan dan mencari tempat strategis untuk mereka sendiri (menyebarkan), permainan dimulai setelah mendengar aba-aba "Mulai" dari guru, anak mulai bermain dengan mengejar ekor teman lain dan berusaha untuk memutuskan ekor teman dengan cara menginjaknya. Anak yang ekornya telah terlepas maka dia dianggap gugur dalam permainan dan langsung keluar dari area permainan. Peserta akan gugur jika ekornya terlepas atau sengaja keluar dari area permainan. Bagi anak yang mampu bertahan paling lama maka dialah pemenangnya.

Berdasarkan kajian teori dan juga hasil observasi terkait perkembangan

motorik kasar anak dengan menggunakan permainan injak ekor maka hipotesis penelitian ini adalah, dengan permainan injak ekor dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B di TK IT Assirajj.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan kelas (PTK) dengan model Kemmis dan Mc Taggart yang terdiri dari empat (4) langkah mulai Perencanaan (*plan*), pelaksanaan (*action*), Pengamatan (*observasi*), dan Refleksi. Dalam penelitian tindakan, jumlah siklus tidak ditentukan di awal penelitian. Siklus dihentikan apabila target sudah tercapai.

Untuk data proses tindakan menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi untuk mengumpulkan data terkait kemampuan motorik kasar anak kelompok B1 TKIT Assirajj. Untuk data utama yang dianalisis untuk mengambil penilaian nilai hasil perkembangan anak terkait kemampuan motorik kasar anak menggunakan unjuk kerja, yaitu penilaian yang menuntut anak untuk melakukan tugas dalam bentuk perbuatan yang dapat diamati, (KPI, BPPAUDNI, 2012).

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data dikembangkan oleh peneliti melalui kisi-kisi instrumen kemampuan motorik kasar anak kelompok B1 TKIT Assirajj disesuaikan dengan Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak (STTPA) motorik kasar untuk anak usia 5-6 tahun. Lembar instrumen dengan teknik unjuk kerja juga disusun lengkap dengan rubrik penilaian yang jelas untuk mempermudah pengambilan data dilapangan supaya hasil yang diperoleh dapat dijadikan pedoman ketuntasan pembelajaran kemampuan motorik kasar anak.

Teknik analisis yang digunakan untuk mengetahui kemajuan yang dicapai anak dengan menggunakan rumus prosentase yang diperoleh dari jumlah anak yang mendapatkan bintang tertentu dibagi

jumlah anak keseluruhan dikalikan 100%. Tingkat ketuntasan berhasil jika prosentase ketuntasan anak minimal 75%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pelaksanaan Tindakan Pembelajaran Siklus I

Pelaksanaan siklus I pada Jumat, 29 April 2016 dengan tema alam semesta dan sub tema matahari dan pelangi. Proses pembelajaran mengacu pada rencana pembelajaran yang dipersiapkan, berdasarkan pengamatan anak didik tampak kurang nyaman dengan area permainan yang hanya dibatasi oleh teman yang belum mendapatkan giliran bermain dengan membentuk lingkaran pagar, sehingga area permainan terlalu sempit dan anak kurang leluasa untuk berlari, hal ini juga menyebabkan permainan cepat selesai karena mudah untuk menginjak ekor pada temannya.

Pada pertemuan siklus I diperoleh data yang menunjukkan tingkat keberhasilan anak didik sewaktu proses pembelajaran sedang berlangsung. Perhitungan data diperoleh hasil siklus I yaitu 55%. Observasi terhadap kemampuan anak didik dan guru dalam siklus I ini, peneliti melakukan observasi sesuai dengan format yang telah dibuat.

Adapun dokumentasi yang dilakukan saat pengambilan siklus I adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Permainan Saat Siklus I

Dari gambar 1 diatas, diperoleh refleksi kegiatan hasil penelitian dimana peneliti mendiskusikan apa yang sudah dilakukan dan apa yang terjadi di kelas penelitian dengan kolaborator, serta mendiskusikan masalah untuk kelancaran siklus II. Kendala yang dihadapi masih ada anak

yang belum mengikuti permainan, dan ada yang terlalu bersemangat mengikuti, ekor dilekatkan dengan lakban sehingga mudah lepas sehingga anak takut bergerak agar ekornya tidak terinjak.

2. Pelaksanaan Tindakan Pembelajaran Siklus II

Siklus 2 dilaksanakan pada Jumat tanggal 13 Mei 2016, dengan tema alam semesta dengan sub tema bulan dan bintang. Berdasarkan pengamatan anak didik tampak nyaman dengan area permainan yang luas, sehingga anak lebih leluasa untuk berlari, hal ini juga mampu menarik minat anak mengikuti permainan dan lebih mudah menerima penjelasan guru.

Pada pertemuan siklus II didapat data yang menunjukkan tingkat keberhasilan anak didik sewaktu proses pembelajaran sedang berlangsung. Penghitungan data siklus I diperoleh 86,67%. Adapaun dokumentasi kegiatan saat anak melakukan kegiatan di siklus II sebagai berikut:



Gambar 2. Permainan Saat Siklus II

Dari gambar 2 di atas, anak sudah bisa melakukan permainan dan mulai tertarik terhadap permainan yang dijelaskan guru. Area permainan yang nyaman dan luas karena dilakukan di halaman sekolah sendiri. Pemasangan ekor pada anak dengan cara dimasukkan ke dalam celana sehingga tidak mudah lepas. Teknik kegiatan yang mengalami perubahan yaitu dengan membagi anak menjadi dua kelompok yaitu kelompok pengejar dan kelompok pengejaran dan kelompok yang memakai ekor, sehingga permainan menjadi hidup.

3. Pelaksanaan Tindakan Pembelajaran Siklus III

Siklus III dilakukan pada Jumat 20 Mei 2016 dengan tema Api, Air dan Udara dengan sub tema Api. Berdasarkan pengamatan anak didik sudah mampu bermain sendiri dengan benar tanpa perlu dimotivasi lagi (inisiatif anak sendiri). Dan semakin menyenangi permainan. Anak menjadi lebih aktif dalam berlari untuk mengejar teman.

Pada pertemuan siklus III didapatkan data yang menunjukkan tingkat keberhasilan anak didik sewaktu proses pembelajaran sedang berlangsung. Data hasil prosentase diperoleh data siklus III adalah 96,67%. Observasi terhadap kemampuan anak didik dan guru dalam siklus III ini, peneliti melakukan observasi sesuai dengan format yang telah dibuat. Berdasarkan pengambilan data siklus III ini sebenarnya pada siklus II sudah tercapai ketuntasan tetapi untuk mengetahui apakah pencapaian perkembangan kemampuan motorik kasar anak masih berproses rerus melebihi ketuntasan, maka dilakukan siklus III.

Dokumentasi kegiatan pada saat pelaksanaan kegiatan siklus III adalah sebagai berikut:



Gambar 3. Permainan Saat Siklus III

Berdasarkan gambar 3 di atas, peneliti menemukan pada saat melakukan kegiatan pada siklus III anak sudah memperoleh hasil yang sangat memuaskan dengan pencapaian yang melebihi ketuntasan yang ditetapkan yaitu 96,67% sehingga peneliti tidak melanjutkan pada siklus berikutnya.

Dari pemaparan hasil pelaksanaan siklus I sampai siklus III maka hasil perkembangan kemampuan anak dalam

motorik kasar dapat dilihat pada tabel 1.1 berikut ini:

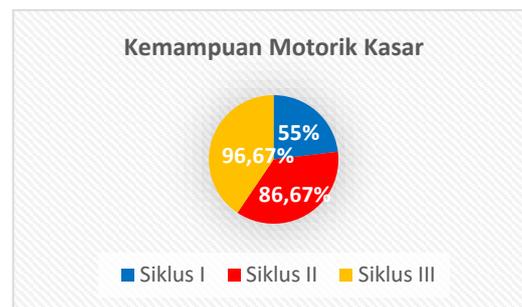
Tabel 1. Hasil Data Kemampuan Motorik Anak Kelompok B1 TKIT Assiraj

Siklus	Hasil
Pra-tindakan	50%
I	55%
II	86,67%
III	96,67%

Berdasarkan tabel 1 di atas, pada pra tindakan siklus diperoleh kemampuan motorik anak 50 % kemudian setelah dilakukan kegiatan tindakan dari siklus I sampai siklus III diperoleh peningkatan yang signifikan. Peningkatan kemampuan motorik anak ini dapat dilihat karena konsep belajar anak dengan bermain jadi permainan injak ekor yang dilakukan membuat anak banyak bergerak, berlari, melatih keseimbangan secara langsung dan ditempat yang luas.

Berdasarkan pendapat Hurlock, (1978) tugas perkembangan yang harus dilakukan untuk kemampuan motorik kasar anak usia Taman Kanak-kanak sudah sesuai dengan apa yang ada dalam gerakan permainan injak ekor yaitu bergerak dengan melakukan aktivitas akan lebih efektif dalam meningkatkan koordinasi otot motorik kasar anak.

Hal tersebut juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Pratiwi dan Kristanto, (2014) tentang dengan permainan yang membuat anak bergerak secara bebas dan juga mengkoordinasi otot besar melalui gerakan berlari, melompat akan melatih keseimbangan otot besar serta kemampuan motorik kasar anak meningkat. Penelitian yang dilakukan menggunakan permainan engkle gerakan atau aktivitas yang dilakukan lebih banyak dengan permainan injak ekor sehingga hasil yang diperoleh dalam kemampuan motorik kasar anak prosentase juga lebih besar dibandingkan saat permainan engkle. Adapun hasil kemampuan motorik anak dapat dilihat pada diagram dibawah ini:



Gambar 4. Diagram Lingkaran Hasil Prosentase Siklus I-III

SIMPULAN

Simpulan dalam penelitian ini adalah, berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas melalui penerapan permainan injak ekor dalam pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan terbukti efektif meningkatkan kemampuan motorik kasar anak sehingga hipotesis yang berbunyi permainan injak ekor dapat meningkatkan kemampuan motorik anak diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S., dkk. (2006). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Departemen Pendidikan Nasional. (2008). *Perkembangan Motorik Kasar Di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Penulis. Diakses dari <http://www.ditptksd.go.id/download>.
- Hurlock., E. (1978). *Perkembangan Anak*. Jakarta; Erlangga
- KPI, BPPAUDNI Regional III. (2012). *Mengenal Sentra dan Lingkaran plus Anak Berkebutuhan Khusus*. Surabaya; Pustaka BPPAUDNI Regional II.
- Prihaningsih, dkk. (2007). *Model Outbond Anak Usia Dini*. Surabaya; BPPLSP
- Pratiwi, Y & Kristanto. (2014). *Upaya meningkatkan kemampuan Motorik kasar (Keseimbangan Tubuh) Anak melalui permainan Tradisional engklek di Kelompok B Tunas Rimba II Tahun Ajaran 2014/2015*. Jurnal PAUDIA. Diakses dari <http://ejournal.vpgrim.ac.id/index.php/paudia/article/download>,
- Sujiono, B. Dkk. (2005). *Metode pengembangan Fisik*, Jakarta: Universitas Terbuka
- Sukamti, E. R. (2001). *Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini Sebagai Dasar*

Menuju Prestasi Olah Raga. Diakses dari
<http://staffnew.uny.ac.id/upload/131568302/penelitian/PERKEMBANGAN+MOTORIK+KASAR+ANAK+USIA+DINI.pdf>

BIOGRAFI SINGKAT PENULIS

Penulis pertama adalah seorang guru TKIT Assiraj Kabupaten Nganjuk yang menempuh studi S1 di Program Studi PG-PAUD, FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri yang menyelesaikan studi pada tahun 2016. Sedangkan penulis kedua adalah Dosen Prodi PG-PAUD, FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri sejak 2010 sampai sekarang. Menempuh studi S1 PG-PAUD Universitas Negeri Surabaya, S2 Pendidikan Dasar Konsentrasi PAUD Pascasarjana Unesa dan menempuh S3 Teknologi Pendidikan konsentrasi PAUD di Universitas Negeri Jakarta.