

Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar melalui Bermain Lompat Tali

Sofiyanti*, Evayenny, Wahyuni Nadar

Pendidikan Guru PAUD STKIP Kusuma Negara, Jakarta, Indonesia

*sofiyanti@stkipkusumanegara.ac.id

Abstrak

Tujuan Penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar melalui bermain lompat tali pada kelompok B usia 5-6 tahun semester ganjil tahun ajaran 2019/2020. Metode penelitian ini penelitian tindakan kelas dilakukan dengan 2 siklus di mana masing-masing siklus mencakup 4 tahap, yaitu *planning* (perencanaan), *acting* (pelaksanaan), *observing* (observasi) dan *reflecting* (refleksi). Subjek penelitian sebanyak 16 siswa, sedangkan data dikumpulkan melalui tes, wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan kemampuan motorik kasar yang signifikan pada siswa kelompok B. Hal ini dibuktikan dengan hasil rata-rata pada setiap siklus yang meningkat yaitu pada siklus 1 sama dengan 62,63, siklus 2 sama dengan 85,31 dan hasil wawancara yang dilakukan menyimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar melalui bermain lompat tali adalah menyenangkan dan menyehatkan fisik bagi anak. Penelitian ini menyimpulkan bahwa melalui bermain lompat tali dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar.

Kata kunci: motorik kasar, anak usia dini, lompat tali.

PENDAHULUAN

Perkembangan kemampuan motorik anak dapat terlihat secara jelas melalui berbagai gerakan dan permainan yang dilakukan seperti melompat, meloncat, berjalan, berlari, memanjat dan lain-lain. Kemampuan motorik kasar juga mencakup ketahanan, kecepatan, kelenturan, ketangkasan, keseimbangan dan kekuatan (Baan, Rejeki & Nurhayati, 2020; Wahyudi & Amrullah, 2020; Monicha, 2020). Perkembangan motorik kasar sering mengalami hambatan dan permasalahan karena ada anak yang kurang tertarik untuk bergerak dan menunjukkan sikap yang pasif. Hambatan lain dapat juga terjadi lingkungan fisik mereka yang terbatas. Rumah yang sempit seringkali dijadikan alasan utama dari para orang tua untuk melarang anak-anak mereka untuk beraktivitas fisik di dalam rumah.

Berdasarkan pengamatan terhadap siswa di PAUD Kuntum Mekar Cijantung khususnya pada anak usia 5-6 tahun dalam kegiatan melompat melalui bermain lompat tali dari 16 anak diketahui hanya 5 anak yang mampu mengikuti permainan lompat tali. Padahal bermain lompat tali adalah cara yang baik untuk dipergunakan dalam memberikan stimulasi anak lebih lincah, tangkas, dan kuat. Adapun unsur-unsur tersebut akan terkoordinasi dengan baik jika stimulasinya dilakukan dengan intensif (Sulastri, 2019). Dalam mengembangkan berbagai kemampuan dasar motorik kasar anak PAUD peran guru sangatlah penting, untuk itu peneliti menentukan aspek-aspek tolak ukur yang akan dicapai yaitu menggerakkan lengan, mengendalikan kepala dan menstabilkan pandangan saat bergerak serta

menyeimbangkan diri pada satu kaki untuk menjaga keseimbangan, kekuatan kaki, koordinasi tangan dan kaki dan kelincahan anak, dalam upaya meningkatkan motorik kasar usia 5–6 tahun melalui bermain lompat tali di PAUD Kuntum Mekar.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode Penelitian Tindakan Kelas dalam bentuk penelitian tindakan kolaboratif Usahakan supaya tidak mengubah template ini. Langsung gunakan saja dalam penulisan naskah artikel kalian demi keseragaman terbitan.

Desain intervensi tindakan/rancangan siklus penelitian ini menggunakan model Kemmis dan Taggart. Prosedur kerja penelitian ini mengikuti Arikunto, Suhardjono & Supardi (2015) melalui siklus yang meliputi: (1) tahap perencanaan (*planning*), (2) tahap pelaksanaan tindakan (*action*), (3) tahap pengamatan (*observasion*), dan (4) tahap refleksi (*reflextion*), dilanjutkan dengan perencanaan ulang (*replanning*), tindakan, observasi, dan refleksi untuk siklus berikutnya membentuk suatu spiral.

Penelitian ini dilaksanakan di PAUD Kuntum Mekar, Cijantung, Pasar Rebo. Penelitian ini dengan 2 kali tatap muka setiap minggu. Teknik pengumpulan datanya dengan observasi dan catatan lapangan. Sedangkan teknik analisis datanya adalah dengan mereduksi data, penyajian data dan pengambilan kesimpulan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pratindakan dilakukan untuk mendapatkan data awal dengan subyek penelitian adalah anak usia 5-6 tahun yang berada pada kelompok B yang bersekolah di PAUD Kuntum Mekar, dan hasilnya adalah sebagai berikut.

Tabel 1. Data Hasil Analisis Kuantitatif Pra Tindakan

Nama	Indikator				Jumlah	Nilai
	1	2	3	4		
FN	2	2	2	2	8	50%
CL	3	2	2	1	8	50%
SY	2	2	2	1	7	44%
ND	3	2	2	2	9	56%
AL	3	3	3	2	11	69%
AN	1	1	1	1	4	25%
AG	3	3	2	2	10	63%
OL	3	3	3	2	11	69%
NK	2	2	2	2	8	50%
ZN	3	2	2	2	9	56%
SF	2	2	2	2	8	50%
MR	1	1	1	1	4	25%
AR	1	1	1	1	4	25%
SA	2	2	2	1	7	44%
AA	1	1	1	1	4	25%
AH	2	2	2	2	8	50%
	34	31	30	25	120	751%
	Jumlah rata-rata				7,5	46,94%

Pada Tabel 1, indikator (1) menggerakkan lengan, (2) mengontrol postur tubuh, (3) mengendalikan kepala, (4) menyeimbangkan diri pada satu kaki. Berdasarkan data hasil pra siklus yang tertera pada Tabel tersebut, maka pada Pra tindakan anak-anak masih kurang dalam kemampuan motorik kasarnya yang hanya mencapai rata-rata 46,94%, untuk itu perlu adanya tindakan selanjutnya.

Siklus 1

Untuk melihat hasil kemampuan motorik kasar dengan media tali karet secara keseluruhan pada siklus 1 dari skor rata-rata tertera pada tabel adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Data Hasil Analisis Kuantitatif Siklus 1

Nama	Indikator				Jumlah	Nilai
	1	2	3	4		
FN	3	3	3	2	11	69%
CL	3	2	3	2	10	63%
SY	3	2	2	2	9	56%
ND	3	3	3	2	11	69%
AL	3	3	3	3	12	75%
AN	2	2	2	2	8	50%
AG	3	3	3	3	12	75%
OL	4	3	3	3	13	81%
NK	3	3	2	2	10	63%
ZN	3	3	3	2	11	69%
SF	3	3	2	2	10	63%
MR	2	2	2	2	8	50%
AR	2	2	2	2	8	50%
SA	3	2	2	2	9	56%
AA	2	2	2	2	8	50%
AH	3	3	2	2	10	63%
Jumlah	45	41	39	35	160	100%
	Jumlah rata-rata				10	62,63%

Dari kegiatan pembelajaran pada siklus 1 peneliti dan guru membuat analisis data kualitatif melalui tahapan reduksi data, penyajian data dan pengambilan kesimpulan/verifikasi berdasarkan catatan pengamatan, catatan wawancara dan catatan dokumentasi. Reduksi data pada aspek motorik kasar dirangkum pada Tabel 3 berikut.

Berdasarkan hasil analisis data baik secara kuantitatif dan kualitatif diatas belum mencapai target maka dapat disimpulkan bahwa masih ada kendala yang ada dilapangan pada siklus 1 ini dan hasil diskusi dengan guru, maka peneliti perlu melanjutkan pada siklus ke 2.

Tabel 3. Peningkatan Hasil Kemampuan Motorik Kasar
Pra Siklus dan Siklus I

Kode Responden	Nilai		Persentase	Keterangan
	Pra Tindakan	Siklus 1		
FN	8	11	69%	Belum Tuntas
CL	8	10	63%	Belum Tuntas
SY	7	9	56%	Belum Tuntas
ND	9	11	69%	Belum Tuntas
AL	11	12	75%	Tuntas
AN	4	8	50%	Belum Tuntas
AG	10	12	75%	Tuntas
OL	11	13	81%	Tuntas
NK	8	10	63%	Belum Tuntas
ZN	9	11	69%	Belum Tuntas
SF	8	10	63%	Belum Tuntas
MR	4	8	50%	Belum Tuntas
AR	4	8	50%	Belum Tuntas
SA	7	9	56%	Belum Tuntas
AA	4	8	50%	Belum Tuntas
AH	8	10	63%	Belum Tuntas
			62,63%	Belum Tuntas

Siklus 2

Didapatkan hasil penelitian sebagai berikut pada siklus 2.

Tabel 4. Data Analisis Kuantitatif Siklus 2

Nama	Indikator				Jumlah	Nilai
	1	2	3	4		
FN	4	4	4	3	15	94%
CL	4	4	3	3	14	88%
SY	4	3	3	3	13	81%
ND	4	4	4	3	15	94%
AL	3	3	3	3	12	75%
AN	3	3	3	3	12	75%
AG	4	4	3	3	14	88%
OL	4	4	4	4	16	100%
NK	4	4	3	3	14	88%
ZN	4	4	4	3	15	94%
SF	4	4	3	3	14	88%
MR	4	4	2	2	12	75%
AR	3	3	2	2	10	63%
SA	4	3	3	3	13	81%
AA	4	4	4	4	16	100%
AH	4	4	3	2	13	81%
Jumlah	61	59	51	47	218	1365%
	Jumlah rata-rata				13,63	85,31%

Pada siklus 2 setelah diberi tindakan melalui bermain lompat tali mengalami peningkatan mencapai 85,31% dan ini ternyata melampaui batas kriteria keberhasilan 75%. Ini dapat terlihat dari Tabel 5, pra siklus, siklus 1, siklus 2.

Tabel 5. Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar
Pra Tindakan Ke Siklus 1, Siklus 2

Kode Responden	Nilai			Persentase	Keterangan
	Pra Tindakan	Siklus 1	Siklus 2		
FN	8	11	15	94%	Tuntas
CL	8	10	14	88%	Tuntas
SY	7	9	13	81%	Tuntas
ND	9	11	15	94%	Tuntas
AL	11	12	12	75%	Tuntas
AN	4	8	12	75%	Tuntas
AG	4	12	14	88%	Tuntas
OL	11	13	16	100%	Tuntas
NK	8	10	14	88%	Tuntas
ZN	9	11	15	94%	Tuntas
SF	8	10	14	88%	Tuntas
MR	4	8	12	75%	Tuntas
AR	4	8	10	63%	Belum Tuntas
SA	7	11	13	81%	Tuntas
AA	4	8	16	100%	Tuntas
AH	8	10	13	81%	Tuntas
				85.31%	Tuntas

Proses meningkatkan motorik kasar anak melalui bermain lompat tali yang dilakukan dengan menarik, akan membuat anak tertarik untuk mengikutinya. Dari pemaparan hasil penelitian dari kondisi awal dapat diketahui bahwa bermain lompat tali dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak-anak di kelompok B PAUD Kuntum Mekar dari sebelum tindakan sebesar 46.94%, siklus 1 sebesar 62.63%, dan siklus 2 sebesar 85,31%, sehingga mencapai target penelitian.

KESIMPULAN

Terbukti, bermain lompat tali dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak yang terdiri dari beberapa indikator yaitu menggerakkan lengan, mengontrol postur tubuh saat benda bergerak, mengendalikan kepala dan menstabilkan pandangan saat bergerak, menyeimbangkan diri pada satu kaki di kelompok B PAUD Kuntum Mekar Jakarta Timur.

REFERENSI

- Arikunto, S., Suhardjono, S., & Supardi, U. (2015). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Baan, A. B., Rejeki, H. S., & Nurhayati, N. (2020). Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Bungamputi*, 6(1), 14-21.

- Monicha, N. (2020). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Sirkuit. *Jurnal Cikal Cendekia*, 1(1), 33-42.
- Sulastri, N. M. S. (2019). Upaya Meningkatkan Keterampilan Motorik Halus Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Kegiatan Menggambar Bebas. *Transformasi: Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Non Formal Informal*, 5(2). 117-124.
- Wahyudi, A. S. B. S. E., & Amrullah, A. (2020). Pemanfaatan Alat Permainan Di Luar Kelas Terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Di Kelompok B TK Nurul Jami'ah Talise. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 8(1), 104-112.