

# MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR MELALUI GERAK LOKOMOTOR PADA ANAK KELOMPOK B TAMAN KANAK-KANAK NEGERI SARI MULYA KECAMATAN RIMBO ILIR KABUPATEN TEBO

**Triyanti**

Tyanti164@gmail.com  
Institut Agama Islam Yasni Bungo

## **Abstrak**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui penerapan metode bermain peran di TK Negeri Sri Mulya. Jenis Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas (*Classroom Action Research*). Model *Kemmis and Taggart* merupakan model kedua yang dikembangkan atas dasar ide ahli Kurt Lewin. Dalam model ini masing-masing mencakup sejumlah siklus, terdiri dari tahap-tahap: Perencanaan, tindakan dan pengamatan, refleksi dan perencanaan ulang. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa gerak lokomotor dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B TK Negeri Sri Mulya. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan kemampuan motorik kasar anak dari pra tindakan sebesar 49,99% kategori Mulai Berkembang (MB), pada siklus I meningkat sebesar 19,45%, kategori Berkembang Sesuai Harapan (BSH), dan pada siklus II meningkat sebesar 19,44%, kategori Berkembang Sangat Baik (BSB). Adapun keberhasilan ini dilakukan dengan langkah-langkah (1) guru menyiapkan model kegiatan lokomotor yang terdiri dari gerakan meloncati simpai berjalan jinjit pada garis lurus, lari zig-zag, lari bolak-balik, (2) anak melakukan gerakan lokomotor sesuai dengan dengan urutan gerakan secara berkelanjutan dari satu gerakan ke gerakan lainnya. (3) pada siklus I dilakukan secara

individu dan siklus II dilakukan dengan kompetisi serta pemberian *reward*.

**Kata Kunci:** Motorik Kasar, Gerak Lokomotor

**Abstract**

The purpose of this study was to determine the application of the role-playing method in Sri Mulya State Kindergarten. This type of research is Classroom Action Research. The Kemmis and Taggart model is the second model that was developed on the basis of the ideas of the expert Kurt Lewin. In this model each includes a number of cycles, consisting of stages: Planning, action and observation, reflection and re-planning. The results of this study prove that locomotor movement can improve gross motor skills of children in group B of Sri Mulya State Kindergarten. This is evidenced by an increase in children's gross motor skills from pre-action by 49.99% in the Beginning to Develop (MB) category, in the first cycle an increase of 19.45%, in the Developing According to Expectations (BSH) category, and in the second cycle by 19.44%, very well developed category (BSB). This success is carried out by the steps (1) the teacher prepares a locomotor activity model which consists of jumping hoops, tiptoeing in a straight line, running zig-zag, running back and forth, (2) the child performs locomotor movements in accordance with the sequence of movements. continuously from one movement to another. (3) in the first cycle it is done individually and the second cycle is done by competition and giving rewards.

**Keywords:** Gross Motor, Locomotor Movement

## PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan masa yang tepat untuk meletakkan dasar pengembangan kemampuan nilai-nilai agama dan moral, bahasa, kognitif, fisik motorik, dan sosial emosional. Dari berbagai aspek perkembangan, salah satunya adalah kemampuan motorik kasar. Kemampuan ini sangat penting bagi anak usia dini, karena terjadi lebih awal dibandingkan kemampuan yang lain. Untuk itu, diperlukan kondisi dan stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan anak karena pada usia tersebut anak memiliki energi yang sangat tinggi, dan untuk menyalurkan energi yang ada diperlukan berbagai aktivitas yang dapat meningkatkan motorik kasarnya, seperti berjalan, berlari, melompat, meloncat bergantung, merayap dan melempar bola.

Keterampilan motorik kasar anak terdiri dari gerak lokomotor, gerak manipulatif dan gerak non lokomotor.<sup>1</sup> Gerak lokomotor adalah gerak berpindah tempat, contohnya berjalan, berlari, melangkah atau melompat, dan berjingkat. Sedangkan gerak manipulatif adalah gerak yang melibatkan tindakan mengontrol suatu objek khususnya tangan dan kaki, Contohnya melempar dengan satu tangan di atas bahu, melempar dengan satu tangan di bawah dan menangkap. Gerak nonlokomotor merupakan keterampilan stabil, gerakan yang dilakukan tanpa

---

<sup>1</sup> Kamtini dkk, *Bermain Melalui Gerak Dan Lagu Di Taman Kanak- Kanak*, (jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan Dan Ketenagaan Perguruan Tinggi, 2016) h,89-94.

atau hanya sedikit sekali bergerak dari daerah tumpuannya, contohnya mengulur dan membengkokkan, mengayun, memutar, dan berguling. Gerak lokomotor penting bagi anak karena merupakan keterampilan yang berkembang bersama perkembangan dan lebih bersifat fungsional.

Perkembangan motorik kasar pada anak usia TK diantaranya mampu melambungkan bola, baik bola kecil, sedang, dan besar, mampu melompat dengan satu kaki, telah mampu menaiki tangga sekaligus beraktivitas melompat tali. Anak juga mampu mengendarai sepeda roda dua, mampu melempar dengan sasaran yang tepat dan mampu menangkap berbagai media misalnya kantong berisi biji-bijian. Tidak jauh berbeda dengan pendapat di atas, adapun pengembangan pada anak usia 5-6 tahun diantaranya yaitu: (1) berjalan maju pada garis lurus, berjalan di atas papan titian, berjalan dengan berjinjit, berjalan dengan tumit sambil membawa beban, (2) berlari sambil melompat dengan seimbang, (3) meloncat dari ketinggian 30-50 cm, dan (4) bermain dengan simpai.

Dalam mengembangkan keterampilan motorik kasar anak harus memperhatikan juga unsur-unsur dasar kesehatan tubuhnya. Unsur-unsur tersebut diantaranya adalah kekuatan (*strength*), ketahanan (*endurance*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), koordinasi (*coordination*) dan kecepatan (*speed*).<sup>2</sup> Keseimbangan, kekuatan, dan kelincahan termasuk

---

<sup>2</sup> Slamet Suyanto, *Dasar-dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. (Yogyakarta: Hikayat, 2015), h. 10.

unsur-unsur kegiatan yang harus ditingkatkan agar motorik kasar anak dapat berkembang dengan optimal.

Keseimbangan, kekuatan, dan kelincahan antara anak satu dengan yang lainnya tentu berbeda-beda. Masih banyak anak yang kurang seimbang dalam berjalan jinjit, belum lincah dalam mengubah arah saat berlari bolak-balik dan zig-zag, dan anak masih kurang kuat saat meloncat bergerak melewati rintangan. Ketiga unsur tersebut merupakan ciri khas seorang anak, sehingga dapat dibayangkan seandainya semua itu kurang berkembang dengan baik, tentunya akan berpengaruh pada keterampilan motorik kasarnya. Anak akan merasa kesulitan dalam mengerjakan tugas maupun kemampuan berolahraganya. Selain itu anak juga akan terganggu dalam melakukan kegiatan yang menuntut kemandirian seperti memakai sepatu sendiri, menulis, memakai baju, dan sebagainya.

Dalam observasi yang dilakukan peneliti dan kolaborator perkembangan motorik kasar pada anak-anak di kelompok B TK Negeri Sari Mulya Kecamatan Rimbo Ilir Kabupaten Tebo masih kurang baik karena minimnya dukungan orang tua pada anak dalam melakukan kegiatan di luar ruangan, sebagian orang tua juga masih melarang anak karena khawatir bila anaknya jatuh atau terluka, sehingga anak menjadi kurang bebas dalam melakukan gerakan, dan perkembangan motorik kasar belum terstimulasi dengan baik. Orang tua bukan menjadi satu-satunya penyebab masalah perkembangan motorik kasar pada anak. Anak tidak mau mengikuti kegiatan fisik yang

ditawarkan oleh guru juga menjadi kendala yang harus mulai dicari solusinya. Sebetulnya setiap hari sebelum anak masuk kelas guru sudah menyiapkan kegiatan yang merangsang motorik kasar anak seperti merangkak, bergelantung, merayap, berlari, berjalan dan melompat, tetapi anak masih belum mencapai hasil yang maksimal khususnya pada kegiatan yang merangsang keseimbangan, kekuatan, dan kelincahan yaitu berjalan pada garis lurus, berlari zig-zag, berlari bolak-balik, dan melomcati simpai. Dalam kegiatan motorik kasar khususnya yang merangsang keseimbangan, kekuatan, dan kelincahan. Kegiatan yang selama ini ditawarkan guru masih belum dikombinasi namun masih terpisah, sehingga terkesan monoton dan membosankan bagi anak. Kurangnya waktu kegiatan pembelajaran yang dilakukan di luar ruangan juga menjadi penyebab kurang berkembangnya motorik kasar pada anak.

Berdasarkan hasil pengamatan pada anak kelompok B TK Negeri Sari Mulya Kecamatan Rimbo Ilir Kabupaten Tebo ada beberapa anak yang masih belum berkembang baik dan masih mengalami kesulitan dalam melakukan kegiatan motorik kasar, terutama dalam melakukan gerakan lokomotor. Oleh karena itu peneliti menggunakan kegiatan melompat, berjalan, dan berlari untuk mengatasi permasalahan peningkatan kemampuan motorik kasar. Melihat paparan di atas, maka penulis mengambil judul “Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Gerak Locomotor Pada Anak Kelompok B TK Negeri Sari Mulya Kecamatan Rimbo Ilir Kabupaten Tebo”.

## LANDASAN TEORI

### 1. Motorik kasar

#### a. Pengertian motorik kasar

Perkembangan fisik motorik kasar menurut Asef Pahrudin adalah koordinasi sebagian besar otot tubuh manusia.<sup>3</sup> Sejalan dengan pendapat di atas Novi mengartikan perkembangan fisik motorik kasar adalah keterampilan menggunakan otot-otot besar pada tubuh manusia.<sup>4</sup> Tidak jauh berbeda dengan kedua pendapat di atas bahwa perkembangan fisik motorik kasar adalah kemampuan beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besar.<sup>5</sup> Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri. Motorik kasar dapat distimulasi dengan kegiatan berjalan, berlari, melompat, meloncat, melempar, memantulkan, merangkak, dan sebagainya.

Ada banyak kegiatan yang dapat menstimulasi kemampuan motorik kasar anak antara lain: berlari estafet, melompat tali, berjalan zig-zag, memantulkan bola besar, renang, senam fantasi dan sebagainya. Kegiatan tersebut dapat meningkatkan kepercayaan diri anak dan dapat juga memberikan rasa senang pada diri anak.

---

<sup>3</sup> Asep Umar Pahrudin, *Sukses Menjadi Guru PAUD*, (PT Remaja Rosdakarya: Bandung 2018).h. 10.

<sup>4</sup> Novi Mulyani, *Dasar-Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, (KALIMEDIA:Yogyakarta, 2016), h. 177.

<sup>5</sup> Steffi Claudia, *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Jurnal Universitas Kristen Satya Wacana, Vol 2 No 2 Tahun 2018 H 145

Dari berbagai paparan teori di atas dapat disimpulkan kemampuan motorik kasar adalah kemampuan untuk menyelesaikan suatu kegiatan yang menggunakan koordinasi otot-otot besar tubuh.

**b. Unsur-unsur motorik kasar**

Motorik kasar anak terdiri dari gerak lokomotor, gerak manipulatif dan gerak non lokomotor.<sup>6</sup> Gerak lokomotor adalah gerak berpindah tempat, contoh berjalan, berlari, melangkah atau melompat, dan meloncat. Sedangkan gerak manipulatif adalah gerak yang melibatkan tindakan mengontrol suatu objek khususnya tangan dan kaki, contohnya melempar dengan satu tangan di atas bahu, melempar dengan satu tangan tangan di bawah dan menangkap. Gerak non lokomotor merupakan keterampilan stabil, gerakan yang dilakukan tanpa atau hanya sedikit sekali bergerak dari daerah tumpuannya, contohnya mengulur dan membengkokkan, mengayun, memutar, menjatuh, dan berguling.

Kemampuan seseorang berbeda-beda tergantung pada banyaknya pengalaman gerakan yang dikuasainya. Dilihat dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan keterampilan motorik kasar mempunyai unsur-unsur yang identik dengan unsur yang dikembangkan dalam kebugaran jasmani pada umumnya. Hal ini sejalan dengan pendapat Depdiknas bahwa perkembangan motorik merupakan perkembangan unsur

---

<sup>6</sup> Kamtini dkk, *Bermain Melalui Gerak Dan Lagu Di Taman Kanak- Kanak*, (jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan Dan Ketenagaan Perguruan Tinggi, 2016) h,89-94.

kematangan dan pengendalian gerak tubuh. Ada hubungan yang saling mempengaruhi antara kebugaran tubuh, keterampilan, dan kontrol motorik. Menurut Wahjoedi kebugaran jasmani berhubungan dengan keterampilan gerak, yaitu:

- 1) Kecepatan (*speed*) adalah kemampuan tubuh untuk melakukan gerakan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.
- 2) Kecepatan reaksi (*reaction speed*) adalah waktu yang diperlukan untuk memberikan respon kinetik setelah menerima suatu stimulus atau rangsangan.
- 3) Daya ledak (*power*) adalah kemampuan tubuh yang memungkinkan otot atau sekelompok otot untuk bekerja secara eksplosif.
- 4) Kelincahan (*agility*) adalah kemampuan tubuh untuk mengubah arah secara cepat tanpa adanya gangguan keseimbangan atau kehilangan keseimbangan.
- 5) Keseimbangan (*balance*) adalah kemampuan untuk mempertahankan posisi atau sikap tubuh secara tepat pada saat melakukan gerakan.
- 6) Ketepatan (*accuracy*) adalah kemampuan tubuh atau anggota tubuh untuk mengantarkan sesuatu sesuai dengan sasaran yang dikehendaki.
- 7) Koordinasi (*coordination*) adalah kemampuan tubuh untuk melakukan gerakan secara tepat, cermat, dan efisien.<sup>7</sup>

---

<sup>7</sup> Dwi Nomi Pura, *Perkembangan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Kolase Media Serutan Pensil*, Jurnal Universitas Dehasen Bengkulu. Vol.4 No 2 Tahun 2019, h. 134

### c. Unsur-unsur yang dikembangkan

Pada dasarnya kemampuan motorik kasar anak yang dihasilkan dari pembelajaran motorik di sekolah berbeda-beda, tergantung pada banyaknya pengalaman gerakan dan unsur-unsur pokok yang dikuasai oleh anak.

Dari berbagai unsur-unsur yang ada pada motorik kasar peneliti hanya akan mengambil tiga unsur yaitu keseimbangan, kekuatan, dan kelincahan yang dirasa masih kurang perkembangannya pada anak kelompok B TK Negeri Sari Mulya Kecamatan Rimbo Ilir Kabupaten Tebo yaitu:

#### ➤ Keseimbangan

Keseimbangan adalah kemampuan anak untuk menjaga dan memelihara sistem otot saraf dalam kondisi diam untuk respon yang efisien demi mengendalikan tubuh saat bergerak secara efisien. Ada dua jenis keseimbangan yang pertama keseimbangan diam dan dinamis. Kedua jenis keseimbangan tersebut merupakan dasar gerak yang digunakan anak dalam berbagai kondisi. Keduanya menandakan kesiapan dan stabilitas, yang ditandai oleh keringanan dan ketenangan dalam mempertahankan posisi. Keseimbangan dinamis dapat dilatih dengan kegiatan mengendarai sepeda, melompat, dan jalan diatas papan titian.

#### ➤ Kekuatan

Bambang Sujiono berpendapat Kekuatan merupakan hasil kerja otot yang berupa kemampuan untuk, mengangkat, menjinjing, menahan, mendorong atau menarik beban. Semakin besar kemampuan otot yang dikeluarkan maka akan semakin besar

pula kekuatan yang dihasilkan dari kerja otot tersebut, sebaliknya semakin kecil kemampuan otot yang dikeluarkan maka semakin kecil pula kekuatan yang dihasilkan.<sup>8</sup>

Unsur kekuatan dalam pembelajaran akan membuat anak menjadi anak yang tangkas, bertenaga, dan dapat melakukan gerakan dengan cepat. Unsur kekuatan dalam pembelajaran motorik berkaitan dengan ketahanan karena otot bekerja secara tepat. Unsur kekuatan merupakan faktor yang tidak terlepas dari gerak, namun kekuatan tetap berdiri sendiri dan termasuk faktor yang menonjol secara keseluruhan dalam pembelajaran motorik. Unsur kekuatan dalam pembelajaran akan membuat anak menjadi anak yang tangkas, bertenaga, dan dapat melakukan gerakan dengan cepat. Unsur kekuatan dalam pembelajaran motorik berkaitan dengan ketahanan karena otot bekerja secara tepat. Unsur kekuatan merupakan faktor yang tidak terlepas dari gerak, namun kekuatan tetap berdiri sendiri dan termasuk faktor yang menonjol secara keseluruhan dalam pembelajaran motorik.

➤ **Kelincahan**

Kelincahan bagi anak merupakan sesuatu yang khas sesuai dengan kodratnya. Anak identik dengan karakteristiknya yang lincah untuk melakukan gerakan-gerakan tubuh. Kelincahan merupakan salah satu komponen motorik yang ada dalam kebugaran jasmani. Seorang anak akan memiliki keterampilan motorik yang baik apabila dalam keadaan bugar jasmaninya,

---

<sup>8</sup> Bambang Sujiono, *Metode Pengembangan Fisik*. (Jakarta: Universitas Terbuka, 2017), h. 28.

sehingga kelincihan dianggap penting dalam melatih perkembangan motorik kasar anak agar anak siap dalam menghadapi tugas-tugas perkembangan selanjutnya.<sup>9</sup>

Unsur kelincihan dalam pembelajaran motorik sangat penting karena kelincihan bisa mengubah bentuk gerakan dengan seluruh badan atau beberapa bagian yang diukur dengan tes. Kegiatan yang dapat merangsang kelincihan anak yaitu lari hindaran, lari rintangan, lari zig-zag, lari bolak-balik, langkah menyamping, dan sikap jongkok .

#### **d. Manfaat motorik kasar bagi anak**

Dengan melakukan kegiatan motorik kasar diharapkan anak dapat melakukan aktivitas yang melibatkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Menurut Sumantri ada beberapa manfaat dari pengembangan motorik kasar anak, yaitu: (a) dapat meningkatkan keterampilan gerak, (b) mampu memelihara dan meningkatkan kebugaran jasmani, (c) dapat menanamkan sikap percaya diri, (d) mampu meningkatkan kerjasama, dan (e) mampu berperilaku disiplin, jujur, dan sportif.

#### **e. Perkembangan motorik anak kelompok B usia 5-6 tahun**

Perkembangan motorik adalah proses yang sejalan dengan bertambahnya usia secara bertahap dan berkesinambungan gerakan individu meningkat dari keadaan sederhana, tidak terorganisir, dan tidak terampil ke arah penampilan keterampilan

---

<sup>9</sup> Yuli Nur Khasanah, *Meningkatan Kreativitas Anak* ,Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini. Vol.4 No 1 Tahun 2019 h 71

motorik yang kompleks dan terorganisir dengan baik.<sup>10</sup> Di sepanjang kehidupan seseorang akan terjadi perkembangan dan pertumbuhan yang signifikan.

Menurut Samsudin motorik kasar adalah aktivitas dengan menggunakan otot-otot besar, meliputi gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif. Gerak lokomotor seperti lari, jalan, loncat, lompat, dan jengket. Gerak non-lokomotor seperti mengulur, menekuk, mengayun, bergoyang, berbelok, berputar. Gerak manipulatif seperti mendorong, memukul, memantul, melempar, menendang, mengguling, menerima, dan menangkap.

Samsudin menjelaskan agar bisa tumbuh dan berkembang dengan baik, anak TK memerlukan aktivitas fisik yang cukup dalam berbagai bentuk bermain yang bersifat memacu penggunaan otot-otot besar, permainan yang sederhana, mencoba-coba, mengembangkan kerja sama, menggunakan sarana bermain dengan ukuran besar yang bervariasi. Orang dewasa atau orang tua anak sebaiknya memberi banyak kesempatan bagi anak-anaknya untuk melakukan aktivitas gerak fisik agar dapat berkembang dengan baik.<sup>11</sup>

## **2. Lokomotor**

Perkembangan gerak anak TK merupakan kelanjutan dari perkembangan gerak yang telah terjadi pada masa bayi. Kemampuan gerak tersebut memungkinkan bagi anak untuk

---

<sup>10</sup> Sumantri, *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*, (Jakarta: Depdiknas,2015), h.118

<sup>11</sup> Samsudin, *Pembelajaran Motorik Di Taman Kanak-Kanak*. (Jakarta: Litera.2015), h.10.

melakukan aktivitas fisik untuk menjelajahi ruang yang lebih luas. Melalui berbagai gerak anak dapat berpindah ke berbagai tempat.

Anak TK memiliki kecenderungan mempunyai minat yang besar untuk selalu melakukan aktivitas gerak fisik, sehingga tampak selalu aktif bergerak. Orang tua atau orang dewasa di sekitar anak sebaiknya memberi banyak kesempatan bagi anak untuk melakukan aktivitas gerak fisik agar motorik kasar anak dapat berkembang secara optimal.

a. Pengertian gerak lokomotor

Aktivitas lokomotor menjadi dasar pokok bagi perpindahan posisi seseorang untuk beralih dari satu tempat ke tempat lain. Aktivitas lokomotor ini dapat dibagi menjadi 3 yaitu pergerakan dengan kaki, pergerakan dengan tumpuan, dan pergerakan waktu bergantung. Tanpa aktivitas lokomotor, seseorang tidak akan bisa mengeksplorasi lingkungan sekitar secara optimal.

Gerak lokomotor atau sering disebut juga traveling, diartikan sebagai gerak berpindah tempat, seperti jalan, lari, dan lompat. Ketiga keterampilan ini dianggap sebagai keterampilan paling dasar lokomotor, karena merupakan keterampilan yang berkembang bersama perkembangan dan lebih bersifat fungsional. Ketiga keterampilan dasar ini harus dikembangkan secara optimal agar anak siap untuk melakukan keterampilan yang lebih kompleks.

Berdasarkan pendapat-pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa gerak lokomotor adalah aktivitas pokok perpindahan

posisi seseorang untuk beralih dari satu tempat ke tempat lain seperti jalan, lari, dan loncat. Gerak lokomotor bagi anak akan membantu anak untuk menjelajah lingkungannya secara optimal.

b. Macam-macam lokomotor

Macam-macam gerak lokomotor yang dikuasai anak usia dini di antaranya adalah merangkak, berjalan, mendaki, berlari, melompat, meloncat, berjengket, mengguling, dan meluncur.

- Merangkak
- berjalan
- Mendaki
- Berlari
- Melompat
- Meloncat
- Berjengket
- Mengguling
- Meluncur

c. Manfaat gerak lokomotor

Dengan melakukan kegiatan lokomotor diharapkan anak dapat melakukan aktivitas yang melibatkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Ada beberapa manfaat gerak lokomotor bagi anak, yaitu: (a) Melatih atau memperbanyak pengalaman anak, (b) Dapat membantu anak dalam meningkatkan kekuatan dan daya tahan dari otot-otot yang digunakan. (c) Anak secara tidak langsung diperkaya perbendaharaan gerakannya, sehingga memiliki khasanah gerak dasar yang juga semakin kaya.

Bambang Sujiono menyatakan bahwa manfaat gerak lokomotor dapat meningkatkan perkembangan koordinasi yang melibatkan otot-otot besar, pertumbuhan otot, daya tahan dan stamina dan dapat memberikan rasa gembira pada anak.<sup>12</sup>

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini mengambil setting di TK Negeri Sari Mulya Kecamatan Rimbo Ilir Kabupaten Tebo. Dengan subjek penelitian adalah anak didik kelompok B di TK Negeri Sari Mulya Kecamatan Rimbo Ilir Kabupaten Tebo tahun pelajaran 2020/2021, yang jumlah siswanya 16 anak terdiri dari 6 laki-laki dan 10 perempuan. Penelitian ini menggunakan jenis Penelitian Tindakan Kelas (*classroom action research*) yang merupakan suatu tindakan sebagai hasil refleksi seorang guru di kelas yang dikelolanya, dengan tujuan utama untuk meningkatkan mutu kegiatan pembelajaran dalam rangka perbaikan dan peningkatan kemampuan siswa atau anak didik dalam bentuk perkembangan diri menjadi lebih baik.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan di TK Negeri Sari Mulya Kecamatan Rimbo Ilir Kabupaten Tebo. Penelitian Tindakan Kelas dilaksanakan pada kelompok B dengan jumlah anak 16, yang terdiri dari 9 anak laki-laki dan 7 anak perempuan. Kegiatan penelitian tindakan kelas dilaksanakan dalam dua siklus.

---

<sup>12</sup> Bambang Sujiono, *Metode Pengembangan Fisik*. (Jakarta: Universitas Terbuka. 2017), h. 8.

## 1. Pelaksanaan tindakan siklus I

Dalam pertemuan siklus I ini ada tiga pertemuan yang dilakukan oleh peneliti.

Berdasarkan hasil penelitian pada pertemuan ke 1 pada siklus I dapat diketahui bahwa persentase nilai kemampuan motorik kasar anak sebesar 56,25%. Hasil ini masih rendah apabila dibandingkan dengan indikator keberhasilan yang telah ditentukan, namun demikian, hasil ini sudah meningkat apabila dilihat dari hasil kegiatan pra tindakan yang telah dilaksanakan sebelumnya, peningkatan yang terjadi dari pratindakan adalah sebesar 6,26%. Hasil penelitian pada pertemuan I ini dapat dijelaskan sebagai berikut: dapat terlihat jelas perbandingan kemampuan anak dilihat dari segi jumlahnya. Berdasarkan jumlahnya, kemampuan motorik kasar anak masih kurang. Dari aspek kekuatan ada 2 anak yang kuat meloncati simpai, ada 6 anak yang kurang kuat meloncat, dan ada 8 anak yang belum kuat meloncat. Selanjutnya untuk aspek keseimbangan ada 2 anak yang seimbang berjalan jinjit pada garis lurus, 7 anak kurang seimbang berjalan jinjit, dan 7 anak belum seimbang saat berjalan jinjit. Selanjutnya aspek kelincahan berlari ada 3 anak yang lincah berlari, 6 anak kurang lincah saat berlari, dan 7 anak yang belum lincah saat berlari.

Pada pertemuan II anak hasil yang diperoleh adalah sebagai berikut, bahwa rata-rata persentase nilai kemampuan motorik kasar telah mencapai 61,10%. Hasil ini mengalami peningkatan nilai sebesar 4,85% dari pertemuan sebelumnya. Secara terinci, hasil observasi tersebut dapat dijelaskan sebagai

berikut: kemampuan motorik kasar anak pada siklus I pertemuan 2 ini masih didominasi oleh kemampuan anak yang kurang kuat, kurang seimbang, dan kurang lincah. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan di mana jumlah anak yang belum seimbang, belum kuat, dan belum lincah semakin berkurang. Dilihat dari aspek kekuatan, ada 4 anak yang kuat saat meloncati simpai, 6 anak kurang kuat meloncat, dan 6 anak belum kuat meloncat, selanjutnya aspek keseimbangan, ada 3 anak yang mampu seimbang saat berjalan jinjit pada garis lurus, 7 anak kurang seimbang berjalan jinjit, dan 6 anak yang belum seimbang saat berjalan jinjit, sedangkan aspek kelincahan, ada 4 anak yang lincah berlari zig-zag dan lari bolak-balik, ada 7 anak kurang lincah berlari dan 5 anak belum lincah saat berlari.

Dari presentase di atas terlihat bahwa kemampuan anak belum mencapai target yang di inginkan oleh peneliti, sehingga dilanjutkan dengan pertemuan ketiga. Rata-rata persentase nilai kemampuan motorik kasar telah mencapai 69,44%.

Hasil ini mengalami peningkatan nilai sebesar 8,34% dari pertemuan sebelumnya. Secara terrinci, hasil observasi tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut: kemampuan motorik kasar anak pada siklus I pertemuan 3 ini masih didominasi oleh kemampuan anak yang kurang seimbang, kurang kuat, dan kurang lincah. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan di mana jumlah anak yang belum seimbang, belum kuat, dan belum lincah semakin berkurang. Dilihat dari aspek kekuatan, ada 5 anak yang kuat saat meloncati simpai, 7 anak kurang kuat meloncat, dan 4 anak belum kuat meloncat, selanjutnya aspek

keseimbangan, ada 4 anak yang mampu seimbang berjalan jinjit pada garis lurus, 8 anak kurang seimbang berjalan jinjit, dan 4 anak yang belum seimbang berjalan jinjit, sedangkan aspek kelincahan, ada 6 anak yang lincah berlari zig-zag dan lari bolak-balik, ada 7 anak kurang lincah saat berlari dan 3 anak belum lincah berlari.

Berdasarkan kegiatan yang telah dilaksanakan, dapat ditarik kesimpulan bahwa kemampuan motorik kasar anak masih rendah. Perkembangan kemampuan motorik anak belum memenuhi indikator keberhasilan yang telah ditargetkan sebelumnya. Namun demikian, kegiatan pembelajaran yang telah dilaksanakan sudah menunjukkan adanya peningkatan secara bertahap dari kegiatan pra tindakan sampai dengan siklus I pertemuan 3 ini.

Kemampuan motorik kasar anak dalam siklus I telah menunjukkan adanya peningkatan secara bertahap. Namun demikian, penelitian belum dapat dikatakan berhasil karena belum memenuhi indikator keberhasilan yang ditentukan. Berdasarkan diskusi dengan kolaborator, maka dilaksanakan kegiatan lanjutan dalam siklus II.

## 2. Pelaksanaan tindakan kelas siklus II

Hasil pembelajaran yang dilaksanakan pada siklus I belum memenuhi indikator keberhasilan yang telah direncanakan. Berdasarkan hasil, maka akan dilaksanakan kegiatan lanjutan pada siklus II.

Siklus II pertemuan I dilaksanakan pada hari Senin tanggal 09 Agustus 2021 selama 180 menit. Tema pada minggu ini masih sama

dengan minggu yang lalu yaitu Rekreasi dengan sub tema tempat rekreasi.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan, hasil yang diketahui bahwa rata-rata persentase nilai kemampuan motorik kasar telah mencapai 72,91%. Hasil ini mengalami peningkatan nilai sebesar 3,47% dari pertemuan sebelumnya. Secara terinci, hasil observasi tersebut dapat di jelaskan sebagai berikut: kemampuan motorik kasar anak pada siklus II pertemuan 2 ini masih didominasi oleh kemampuan anak yang kurang seimbang, kurang kuat, dan kurang lincah. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan di mana jumlah anak yang belum seimbang, belum kuat, dan belum lincah semakin berkurang. Dilihat dari aspek kekuatan, ada 6 anak yang kuat saat meloncati simpai, 7 anak kurang kuat meloncat, dan 3 anak belum kuat meloncat, selanjutnya aspek keseimbangan, ada 5 anak yang seimbang saat berjalan jinjit pada garis lurus, 8 anak kurang seimbang berjalan jinjit, dan 3 anak yang belum seimbang berjalan jinjit, sedangkan aspek kelincahan, ada 6 anak yang lincah berlari zig-zag dan lari bolak-balik, ada 8 anak kurang lincah dan 2 anak belum lincah.

Hasil yang dicapai pada siklus II pertemuan I ini belum memenuhi indikator keberhasilan yang telah ditentukan. Namun demikian, hasil nilai rata-rata kemampuan anak pada pertemuan kali ini sudah menunjukkan peningkatan yang baik dan sudah hampir mendekati indikator keberhasilan yang telah ditentukan sebelumnya.

Pada siklus II pertemuan kedua kegiatan yang dilakukan oleh peneliti sama dengan kegiatan sebelumnya, kegiatan pada pertemuan

kedua ini dilakukan karena indikator yang diinginkan oleh peneliti belum terpenuhi, sehingga harus dilakukan kegiatan lanjutan.

Secara keseluruhan, hasil pembelajaran yang diperoleh dari pertemuan kedua siklus II ini sudah baik. Hal ini ditunjukkan dengan nilai rata-rata kemampuan motorik kasar anak yang telah mencapai 75,69%. Berdasarkan rata-rata nilai yang diperoleh dalam pertemuan kedua siklus II ini, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pembelajaran yang dilakukan telah mencapai indikator keberhasilan yang telah ditentukan sebelumnya.

Secara keseluruhan, hasil pembelajaran yang diperoleh dari pertemuan kedua siklus II ini sudah baik. Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam pertemuan kedua II ini, dapat disimpulkan bahwa kegiatan pembelajaran yang dilakukan telah mencapai indikator keberhasilan yang telah ditentukan sebelumnya. Namun demikian, hasil yang telah diperoleh tersebut masih sangat sedikit dengan indikator keberhasilan. Nilai yang diperoleh pada pertemuan kedua siklus II ini baru terpaut selisih nilai 0,69% dari target indikator keberhasilan yang telah ditentukan. Berdasarkan diskusi dengan kolaborator, diputuskan bahwa akan dilaksanakan pertemuan ketiga untuk memaksimalkan perkembangan kemampuan motorik kasar anak. Upaya ini ditempuh sebagai bahan pengayaan dari kegiatan pembelajaran yang telah dilaksanakan.

Pada pertemuan terakhir siklus II dilaksanakan hari Kamis 12 Agustus 2021. Kegiatan penelitian dilaksanakan dengan menindak lanjuti hasil penelitian pertemuan sebelumnya.

Kemampuan anak pada pertemuan 3 siklus II ini telah menunjukkan perkembangan yang sangat baik. Minat anak dalam melakukan gerakan lokomotor sudah muncul dengan baik. Hal ini berdampak pada kualitas kemampuan motorik kasar anak. Beberapa anak memang terlihat kurang berkembang dalam kegiatan lokomotor yang telah dilaksanakan. Secara umum rata-rata nilai kemampuan motorik kasar anak telah berkembang sesuai harapan.

Berikut adalah hasil yang terlihat dari pertemuan ke 3 siklus II, bahwa kemampuan motorik kasar anak sudah meningkat dengan baik. Rata-rata persentase nilai kemampuan motorik kasar telah mencapai 88,88%. Hasil ini mengalami peningkatan nilai sebesar 13,19% dari pertemuan sebelumnya. Hasil ini menunjukkan adanya selisih nilai sebesar 13,88 dengan target indikator keberhasilan yang telah disusun secara terrinci, hasil observasi tersebut dapat di jelaskan sebagai berikut: dari tabel di atas menunjukkan peningkatan yang sangat baik dalam perkembangan kemampuan motorik kasar anak dalam proses penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan. Pada siklus II pertemuan 3 ini, dapat diketahui bahwa kemampuan motorik kasar anak didominasi dengan nilai seimbang, kuat, dan lincah. Dilihat dari aspek kekuatan, ada 11 anak yang kuat saat meloncati simpai, 3 anak kurang kuat meloncat, dan 1 anak belum kuat meloncat, selanjutnya aspek keseimbangan, ada 12 anak yang seimbang berjalan jinjit pada garis lurus, 5 anak kurang seimbang, dan anak yang belum seimbang sudah tidak ada, sedangkan aspek

kelincahan, ada 11 anak yang lincah berlari zig- zag dan lari bolak-balik, ada 4 anak kurang lincah dan 1 anak belum lincah.

Berdasarkan hasil yang diperoleh tersebut, dapat disimpulkan bahwa kegiatan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan telah berhasil. Dengan peningkatan kemampuan motorik kasar anak pada siklus II ini, maka diputuskan untuk mengakhiri tindakan pada siklus II ini.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan pembahasan mengenai hasil penelitian pada bab IV, dapat diketahui bahwa kegiatan gerak lokomotor meloncati simpai, berjalan jinjit pada garis lurus, berlari zig-zag, dan berlari bolak-balik dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar khususnya aspek keseimbangan, kekuatan, dan kelincahan anak kelompok TK Negeri Sri Mulya. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa gerak lokomotor dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak kelompok B TK Negeri Sri Mulya. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan kemampuan motorik kasar anak dari pra tindakan sebesar 49,99%, pada siklus I meningkat sebesar 19,45%, dan pada siklus II meningkat sebesar 19,44.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Asep Umar Pahrudin, *Sukses Menjadi Guru PAUD*, PT Remaja Rosdakarya: Bandung 2018,
- Bambang Sujiono, *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka. 2017.

Dwi Nomi Pura, *Perkembangan Motorik Halus Anak Usia Dini Melalui Kolase Media Serutan Pensil*, Jurnal Universitas Dehasen Bengkulu. Vol.4 No 2 Tahun 2019.

Kamtini dkk, *Bermain Melalui Gerak dan Lagu Di Taman Kanak-Kanak*, Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan Dan Ketenagaan Perguruan Tinggi, 2016.

Novi Mulyani, *Perkembangan Dasar Anak Usia Dini*, Gava Media: Yogyakarta, 2018.

Samsudin, *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Litera.2015.

Slamet Suyanto, *Dasar-dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Hikayat,2015.

Steffi Claudia, *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, Jurnal Universitas Kristen Satya Wacana, Vol 2 No 2 Tahun 2018.

Sumantri, *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*, Jakarta: Depdiknas,2015.

Yuli Nur Khasanah, *Meningkatkan Kreativitas Anak* ,Jurnal Ilmiah Tumbuh Kembang Anak Usia Dini. Vol.4 No 1 Tahun 2019.