

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK
MELALUI LOMPAT TALI PADA KELOMPOK A DI TK ABA
NGABEAN I TEMPEL SLEMAN**

ARTIKEL JURNAL SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:
Pravista Indah Sari
NIM 10111244016

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN GURU PENDIDIKAN ANAK USIA DINI
JURUSAN PENDIDIKAN PRASEKOLAH DAN SEKOLAH DASAR
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
JULI 2015**


PERSETUJUAN

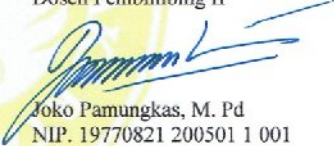
Artikel jurnal yang berjudul "UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK MELALUI LOMPAT TALI PADA KELOMPOK A DI TK ABA NGABEAN I TEMPEL SLEMAN" yang disusun oleh Pravista Indah Sari, NIM 10111244016 ini telah disetujui pembimbing untuk dipublikasikan.

Yogyakarta, 2 Juli 2015

Dosen Pembimbing I

Dosen Pembimbing II


Drs. Sudarmanto, M. Kes
NIP. 19570508 198303 1 001


Joko Pamungkas, M. Pd
NIP. 19770821 200501 1 001



UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK MELALUI LOMPAT TALI PADA KELOMPOK A DI TK ABA NGABEAN I TEMPEL SLEMAN

THE EFFORT TO IMPROVE STUDENTS MOTORIC SKILLS THROUGH SKIPPING ACTIVITY ON GROUP A ABA NGABEAN I KINDERGARTEN SCHOOL TEMPEL SLEMAN

Oleh: Pravista Indah Sari, PPSD/PGPAUD
Vistasari7@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak Kelompok A melalui kegiatan lompat tali di TK ABA Ngabean I Tempel Sleman. Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas dengan metode kolaboratif dan desain penelitian menggunakan Kemmis dan Mc. Taggart. Subjek penelitian ini adalah Kelompok A TK ABA Ngabean I Tempel Sleman. Objek penelitian ini adalah anak usia 4-5 tahun dengan unsur kemampuan motorik kasar kekuatan dan keseimbangan. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi. Teknik analisis data dilakukan secara deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak Kelompok A di TK ABA Ngabean I Tempel dapat ditingkatkan melalui kegiatan lompat tali. Langkah-langkah melakukan lompat tali yaitu: (1) anak melakukan pemanasan di luar kelas; (2) anak berbaris menjadi dua kelompok; (3) guru menjelaskan cara melakukan lompat tali; (4) guru mendemonstrasikan cara lompat tali pada anak; (5) anak melakukan lompat tali satu persatu; dan (6) guru memberi *reward* kepada anak berupa stiker bintang. Peningkatan kemampuan motorik kasar dapat dilihat pada saat sebelum tindakan diperoleh 14,28% atau 2 anak dari 14 anak berada pada kriteria baik, pada Siklus I diperoleh 71% atau 10 anak dari 14 anak berada pada kriteria baik dan pada Siklus II diperoleh 93% atau 13 anak berada pada kriteria baik.

Kata kunci: *kemampuan motorik kasar, kegiatan lompat tali, anak.*

Abstract

The research aimed to improve motoric skills of the students on group A ABA Ngabean I Kindergarten School Tempel, Sleman, Yogyakarta. The research used Participative Action Class with collaborative method and designed model from Kemmis and Mc. Taggart. The subject of this study was children from group A ABA Ngabean I Kindergarten School Tempel, Sleman, Yogyakarta. The object of this study was motoric skills in skipping activity. The methods of this research were observation. This study used descriptive qualitative and quantitative as the technical data analysis. From the research, it showed that the application of skipping activity to the students of Group A ABA Ngabean I Kindergarten School Tempel, Sleman, Yogyakarta can enhance their motoric skills. This activity consists of some steps: (1) the children do warming up outside the class; (2) the students position themselves in the outside of the classroom while the teacher divides them into two groups; (3) the teacher explained the students how to play skipping; (4) the teacher demonstrated to the students how to play the skipping; (5) the students play the skipping one by one with 20 cm in altitud; (6) the teacher gives the students a reward. The improvement of motoric skills could be seen before the action was obtained 24,28% or 2 students from 14 students being on good criteria, in the first cycle obtained 71% or 10 students from 14 students being on good criteria, and the second cycle was obtained 93% or 13 students of 14 students being on good criteria.

Keywords: motoric skills, skipping activity, children.

PENDAHULUAN

Anak usia dini memiliki potensi besar untuk mengoptimalkan seluruh aspek perkembangannya. Tuhan menciptakan manusia dengan segala kekurangan dan kelebihan serta memiliki kemampuan yang berbeda. Untuk mencapai hasil yang lebih baik setiap orang selalu berusaha agar kehidupan mereka juga lebih baik. Ki Hajar Dewantara (1977: 20) berpendapat pendidikan adalah tuntutan di dalam hidup tubuh anak. Pendidikan menuntun segala kekuatan kodrat yang ada pada anak-anak itu, agar mereka sebagai manusia dan sebagai anggota masyarakat dapatlah mencapai keselamatan yang setinggi-tingginya. Pendidikan yang dimaksud oleh Ki Hajar Dewantara adalah anak diajarkan mengenai norma dan keterampilan-keterampilan sejak usia dini bahkan ketika anak berada dalam kandungan.

Pendidikan Anak usia dini merupakan salah satu pendidikan yang diterapkan sejak anak di dalam kandungan sampai lahir. Jadi anak usia dini merupakan anak yang berusia antara 0-6 tahun yang. Menurut Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini, anak usia dini adalah anak usia 0-6 tahun, baik yang terlayani maupun yang tidak terlayani di lembaga pendidikan anak usia dini. NAEYC (*National Association Education for Young Children*) menyebutkan bahwa anak usia dini adalah sekelompok individu yang berada pada rentang usia antara 0-8 tahun (Sofia Hartati, 2005: 7). Menurut definisi ini, anak usia dini merupakan Kelompok manusia yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Hal ini mengisyaratkan bahwa anak usia dini adalah individu yang unik di mana ia memiliki pola pertumbuhan dan kemampuan dalam aspek fisik, kognitif, sosio-emosional, kreativitas, bahasa, dan komunikasi yang khusus sesuai dengan tahapan yang dilalui oleh anak tersebut.”

“Menurut ketentuan umum Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 ayat 14 menyatakan bahwa pendidikan anak usia dini adalah suatu upaya pembinaan yang dituju kan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan kemampuan jasmani dan rohani agar anak

memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.”

Berdasarkan pernyataan di atas dapat disimpulkan anak usia dini merupakan anak yang memiliki usia 0-6 tahun di mana anak mengalami pertumbuhan dan kemampuan yang pesat. Anak usia dini disebut sebagai *golden age* atau usia emas. Hal ini karena semua aspek perkembangan anak usia dini akan tumbuh dan berkembang secara optimal melalui stimulasi-stimulasi yang diberikan oleh orang tua dan guru pada usia tersebut dan mengalami peningkatan perkembangan sesuai dengan peningkatan usia anak. Selain melalui stimulasi tersebut, hal yang perlu diperhatikan adalah makanan yang bergizi yang seimbang dan intensif sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan kemampuan anak usia dini. Pertumbuhan dan kemampuan anak menyangkut segala aspek yaitu aspek bahasa, aspek fisik (motorik kasar dan motorik halus), aspek sosial emosional, aspek kognitif, dan aspek nilai moral agama. Kelima aspek itu harus berjalan dengan seimbang dan dengan baik. Salah satu aspek yang harus berkembang dengan baik adalah aspek fisik motorik anak usia dini yang merupakan aspek yang penting untuk anak dalam melakukan aktivitas dan mendukung pertumbuhannya.

Bambang Sujiono (2008: 1.3) berpendapat motorik merupakan semua gerakan yang mungkin dapat dilakukan oleh seluruh tubuh. Perkembangan motorik anak usia dini berhubungan dengan perkembangan motorik anak dan berhubungan dengan kemampuan gerak anak. Kemampuan motorik anak dapat dilihat dari berbagai gerakan dan permainan yang dilakukan setiap hari. Masa kemampuan motorik anak usia dini terkait erat dengan aktivitas yang dilakukan anak. Anak yang banyak melakukan aktivitas fisik, kemampuan motorik kasarnya akan berkembang dengan baik, pertumbuhan anak juga akan optimal. Motorik kasar melibatkan otot-otot besar anak yang bekerja, seperti saat anak sedang berjalan, berjijjit, melompat, dan berlari.

Pada anak usia dini tulang dan otot semakin kuat dan memungkinkan anak untuk melakukan lari serta melompat lebih cepat. Anak usia 4 tahun

banyak melakukan jenis gerakan sederhana seperti berjingkrak-jingkrak, melompat dan berlari kesana kemari. Pada usia 5 tahun, anak-anak bahkan lebih berani dibandingkan ketika mereka berusia 4 tahun. Anak usia dini lebih percaya diri melakukan ketangkasan yang mengerikan seperti memanjat suatu obyek, berlari kencang dan suka berlomba dengan teman sebayanya bahkan orangtuanya (Santrock, 1995: 225).

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan pada tanggal 27 Oktober 2014 di Taman Kanak-kanak Aisyah Busthanul Atfal (TK ABA) Ngabean 1 Tempel yang berada di Tempel, Sleman. Kelompok A terdapat 14 anak yang terdiri dari 7 anak perempuan dan 7 anak laki-laki. Usia kelompok A adalah anak usia 4-5 tahun. Berdasarkan observasi yang dilakukan ditemukan adanya masalah tentang kemampuan motorik kasar khususnya komponen kekuatan dan keseimbangan pada anak. Masalah yang terjadi mengenai kemampuan anak dalam melompat. Ketika dilakukan observasi pada anak Kelompok A yang sedang melakukan kegiatan melompat, kegiatan yang dilakukan yaitu lompat dari ubin satu ke ubin yang di depannya secara *horizontal*. Ketika anak melakukan kegiatan melompat, masih ditemukan 6 anak atau 42,86% dari 14 anak, kurang baik melakukan lompatan, anak kesulitan untuk melompat dari ubin satu ke satunya, anak dibantu oleh guru. Tumpuan kaki anak yang belum kuat dan anak belum mampu mempertahankan tubuh anak setelah melakukan lompatan. Kemampuan anak melompat seharusnya sudah dikuasai sesuai dengan indikator dapat mengkoordinasikan tubuh untuk dilatih kekuatan dan keseimbangan.

Kondisi halaman TK ABA Ngabean I Tempel Sleman yang dapat digunakan untuk melakukan kegiatan motorik kasar secara *outdoor*, kurang dimanfaatkan oleh guru untuk melakukan kegiatan motorik kasar di luar, guru lebih banyak melakukan kegiatan motorik kasar di ruang kelas. Anak-anak yang sering melakukan bermain sendiri di luar kelas, guru jarang mengamati aktivitas anak yang berkaitan dengan gerakan anak untuk mengembangkan kekuatan dan keseimbangannya. Oleh karena itu, untuk mengoptimalkan kemampuan motorik ini diperlukan adanya

kegiatan yang sesuai. Unsur yang menunjang kemampuan motorik kasar khususnya komponen kekuatan dan keseimbangan kurang diperhatikan oleh guru. Upaya yang sudah dilakukan guru untuk meningkatkan komponen fisik motorik kasar untuk kekuatan dan keseimbangan adalah dilakukannya senam bersama pada hari Sabtu rutin setiap minggu, selain itu dalam proses pembelajaran guru mengajak anak melakukan gerakan-gerakan berupa pemanasan, memantulkan bola besar dan bola kecil, serta adanya permainan-permainan.

Berdasarkan masalah yang telah ditemukan pada saat observasi dan telah dikemukakan di atas, maka dari itu guru sebagai kolabolator dan peneliti melakukan diskusi untuk pemecahan masalah tersebut. Guru dan peneliti menentukan cara untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar anak dengan menggunakan media atau permainan. Kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar khususnya komponen fisik-motorik kekuatan dan keseimbangan anak Kelompok A TK ABA Ngabean I Tempel adalah dengan kegiatan lompat tali.

Kegiatan lompat tali diambil sebagai tindakan untuk meningkatkan motorik kasar anak khususnya kekuatan dan keseimbangan dikarenakan lompat tali merupakan kegiatan yang disukai oleh anak dan menyenangkan, kegiatan yang tidak memiliki resiko besar ketika melakukan. Kegiatan lompat tali akan membuat anak menjadi berani dalam mengambil keputusan dan mencoba hal baru. Menurut Bambang Sujiono (2005: 6.25), kegiatan lompat tali dapat meningkatkan kekuatan dan kecepatan otot-otot tungkai, meningkatkan kelentukan dan keseimbangan tubuh, dan mengembangkan koordinasi mata, lengan, dan tungkai kaki.

Berdasarkan observasi di atas, maka peneliti berminat untuk melakukan sebuah penelitian Tindakan Kelas dengan judul Upaya Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Kelompok A melalui Lompat Tali di TK ABA Ngabean I Tempel Sleman. Dengan penelitian tersebut peneliti berharap kemampuan motorik kasar anak dapat meningkat dengan baik melalui kegiatan yang sederhana.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan metode kolaboratif.

Waktu dan Tempat Penelitian

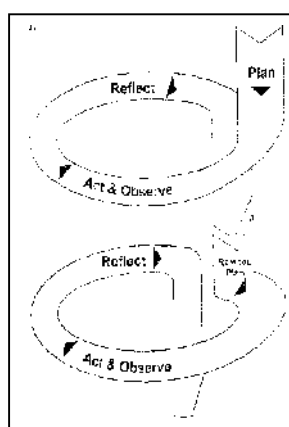
Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Oktober-November 2015, pada Semester 1 Tahun Ajaran 2014/2015, di TK ABA Ngabean I Tempel, Sleman, Yogyakarta.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah anak Kelompok A TK ABA Ngabean I Tempel, Sleman yang berjumlah 14 anak yang terdiri dari 7 anak laki-laki dan 7 anak perempuan. Anak-anak tersebut berada pada rentang usia 4-5 tahun.

Prosedur Penelitian

Penelitian tindakan kelas yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain model penelitian dari Kemmis dan Mc. Taggart (Suharsimi Arikunto, 2008: 84) yang meliputi empat alur yaitu: perencanaan (*planning*), tindakan (*action*), pengamatan (*observe*), dan refleksi (*reflektion*) dalam suatu sistem spiral yang saling terkait antara langkah satu dengan langkah berikutnya yang secara singkat dapat digambarkan sebagai berikut:



Keterangan:

0. *Pre action* (Pra tindakan)
1. *Plan* (Perencanaan)
2. *Act and Observe* (Tindakan dan pengamatan)
3. *Reflect* (refleksi)
4. *Revised plan* (Revisi dan perencanaan)

Gambar 1. PTK model spiral Kemmis & Mc. Taggart
(Sumber: Suharsimi Arikunto, 2008: 84)

Berdasarkan gambar di atas, setiap Siklus terdiri dari beberapa kegiatan yang meliputi:

1. Pra tindakan

Pada kegiatan pra tindakan ini peneliti melakukan observasi pada Kelompok A untuk memperoleh gambaran awal mengenai kemampuan motorik kasar pada anak sebelum dilakukan tindakan.

2. Perencanaan

Perencanaan dilakukan dengan mempersiapkan hal-hal yang dibutuhkan dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran yaitu:

- a. Penyusunan Rencana Kegiatan harian (RKH) bersama dengan guru kelas Kelompok A TK ABA Ngabean I Tempel yang digunakan sebagai acuan dalam penyampaian pembelajaran yang akan dilaksanakan.
- b. Menyiapkan alat yang akan digunakan dalam penelitian.
- c. Menyiapkan lembar observasi.

3. Pelaksanaan Tindakan

Pembelajaran dilaksanakan sesuai dengan RKH yang telah dibuat. Peneliti melaksanakan pembelajaran menggunakan kegiatan motorik kasar di awal pembelajaran yaitu lompat tali. kegiatan pembelajaran terdiri dari kegiatan awal, kegiatan inti dan kegiatan penutup. Peneliti memperhatikan tentang kesesuaian antara perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran mengenai lompat tali.

4. Pengamatan atau observasi

Pelaksanaan observasi dilakukan selama proses tindakan lompat tali dilakukan. Tahap observasi ini mengamati hal-hal yang sudah disebutkan dalam pelaksanaan terhadap proses tindakan, hasil, dan situasi tindakan serta hambatan dalam tindakan.

5. Refleksi

Data yang sudah diperoleh pada lembar observasi dianalisis dan dievaluasi, yang bertujuan untuk mengetahui kekurangan dan kelebihan selama proses pembelajaran. Refleksi dilakukan oleh peneliti dan guru kelas dengan melakukan evaluasi pembelajaran.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan observasi. Suharsimi Arikunto (1998: 236) menyatakan

bahwa observasi adalah pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena-fenomena yang diselidiki. Observasi digunakan untuk mengamati tingkah laku siswa dalam ruang, waktu, dan keadaan tertentu. metode observasi dapat digunakan dalam pengamatan kemampuan motorik kasar anak selama tindakan. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan instrumen lembar observasi berupa *checklist* untuk mendapatkan data mengenai perubahan-perubahan unsur yang menunjang kemampuan motorik kasar anak khususnya kekuatan dan keseimbangan.

Tabel 1. Kisi-kisi Lembar Observasi kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 4-5 tahun

Variabel	Sub variabel	Indikator	Deskriptor
Motorik Kasar Lompat Tali	Kekuatan	Kemampuan dalam melakukan lompat tali tanpa menyentuh tali.	Anak mampu melakukan lompat tali tanpa dengan ketinggian 20 cm.
	Keseimbangan	Kemampuan dalam mempertahankan diri setelah melakukan lompat tali	Anak mampu mempertahankan posisi tubuh atau tidak terjatuh setelah melakukan lompat.

Teknik Analisis Data

Penelitian tindakan kelas ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kualitatif dan kuantitatif. Deskriptif kualitatif menganalisa data dengan cara menjelaskan dan menggambarkan hasil penelitian dengan kata-kata atau kalimat. Deskriptif kuantitatif merupakan data yang diperoleh berupa angka-angka untuk mengetahui persentase kemampuan melompat anak.

Data akan dianalisa menggunakan rumus statistik sederhana yaitu menggunakan rumus (Acep Yoni, Herry Purwanto & Sri Kunthi Ambarwati, 2010: 177):

$$\text{Persentase} = \frac{\sum \text{Skor yang diperoleh anak}}{\sum \text{Skor maksimum}} \times 100\%$$

Data tersebut diinterpretasikan ke dalam kriteria persentase (Suharsimi Arikunto, 2005: 44) yaitu:

1. Sangat baik, apabila 81%-100%.
2. Baik, apabila 61%-80%.
3. Cukup, apabila 41%-60%.
4. Kurang baik, apabila 21%-40%.

5. Kurang sekali, apabila 0%-21%.

Kriteria keberhasilan penelitian tercapai apabila setiap aspek kemampuan motorik kasar anak yang diamati yaitu apabila 80% (12) dari 14 anak Kelompok A di TK ABA Ngabean I Tempel berada pada kriteria baik.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pra tindakan dilaksanakan pada 27 Oktober 2014. Pelaksanaan kegiatan pra tindakan berupa kegiatan motorik kasar melompat dari ubin secara *horizontal*. Terkait dengan aspek perkembangan motorik kasar selama observasi pembelajaran berlangsung anak ada yang kesulitan dalam mengikuti kegiatan, seperti ketika anak melakukan tumpuan, tumpuan anak belum kuat anak masih ragu dalam melakukan lompat, langkah kaki anak yang belum mencakup jauh dan ketika melakukan lompat antar ubin satu ke ubin selanjutnya anak belum bisa mempertahankan posisi tubuhnya.

Hasil observasi dari kemampuan awal sebelum dilakukan tindakan dengan menggunakan instrumen lembar observasi diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil observasi kemampuan motorik kasar anak pra tindakan

Kriteria	Jumlah Anak	Persentase
Sangat baik	-	-
Baik	2	14,28%
Cukup	6	42,86%
Kurang baik	6	42,86%

Dari data di atas diketahui bahwa ada 6 anak atau 42,86% dari 14 anak berada pada kriteria kurang baik, 6 anak atau 42,86% dari 14 anak berada pada kriteria cukup dan 2 anak atau 14,28% dari 14 anak berada pada kriteria baik. Berdasarkan hasil observasi pra tindakan, dapat dikatakan bahwa kemampuan motorik aksar anak masih kurang baik. Maka dari itu perlu adanya tindakan selanjutnya untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak Kelompok A TK ABA Ngabean I Tempel Sleman.

Pelaksanaan tindakan dan observasi Siklus I dilakukan selama tiga kali pertemuan. Pertemuan pertama tanggal 5 November 2014, pertemuan

kedua tanggal 7 November 2014 dan pertemuan ketiga tanggal 8 November 2014. Kegiatan lompat tali pada Siklus I adalah belum adanya pemanasan yang rutin disetiap pertemuan, pemberian penjelasan dan demonstrasi guru dilakukan satu kali ketika anak akan melakukan lompat tali, pembagian kelompok satu barisan, ketinggian tali 30 cm dan belum ada *reward* yang digunakan untuk memotivasi siswa.

Hasil observasi pada Siklus I menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak meningkat secara perlahan. Hasil observasi pada akhir Siklus I dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini: Tabel 3. Hasil observasi kemampuan motorik kasar Siklus I

Kriteria	Jumlah Anak	Persentase
Sangat baik	1	7,14%
Baik	9	64,28%
Cukup	4	28,57%
Kurang baik	-	-

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa 4 anak atau 28,57% dari 14 anak berada pada kriteria cukup, 9 anak atau 64,28% dari 14 anak berada pada kriteria baik dan 1 anak atau 7,14% dari 14 anak berada pada kriteria sangat baik. Dari hasil observasi Siklus I tersebut belum mencapai indikator keberhasilan 80% (12 anak) dari 14 anak berada pada kriteria baik, sehingga perlu dilanjutkan ke Siklus II.

Pada pelaksanaan Siklus I terdapat beberapa kendala yang dihadapi, sehingga perlu diadakan perbaikan untuk tindakan Siklus II agar indikator keberhasilan dapat tercapai. Kendala-kendala yang dialami adalah sulitnya guru mengkondisikan anak, penjelasan kegiatan oleh guru hanya dilakukan diawal, pemberian demonstrasi kegiatan hanya sekali, kurangnya kesempatan, kurangnya motivasi untuk anak dan anak kesulitan melompat karena tinggi tali ketinggian. Dari beberapa kendala tersebut maka peneliti dengan guru melakukan diskusi untuk mencari solusi. Adapun solusi tersebut adalah guru mengajak anak melakukan pemanasan dan anak dibagi dalam 2 kelompok, guru memberikan penjelasan setiap siswa bertanya, guru melakukan demonstrasi berulang-ulang, guru memberikan *reward* kepada anak, dan membagi dan menurunkan ketinggian tali menjadi 20 cm.

Pelaksanaan tindakan dan observasi Siklus

II dilakukan selama tiga kali pertemuan. Pertemuan pertama dilaksanakan pada tanggal 12 November 2014, pertemuan kedua 14 November 2014, dan pertemuan ketiga tanggal 15 November 2014. Pada Siklus II ini kegiatan lompat tali dengan melakukan pemanasan, anak menjadi 2 kelompok dengan ketinggian tali 20 cm, dan pemberian *reward*.

Hasil observasi pada Siklus II menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak mengalami peningkatan. Hasil observasi pada akhir Siklus II dapat dilihat pada tabel 4 berikut ini:

Tabel 4. Hasil observasi kemampuan motorik kasar Siklus II

Kriteria	Jumlah Anak	Persentase
Sangat baik	7	50%
Baik	6	42,85%
Cukup	1	7,14%
Kurang baik	-	-

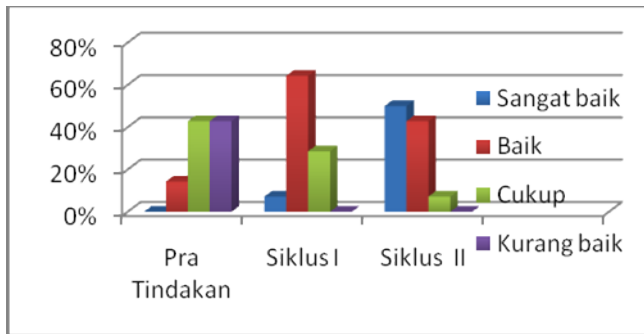
Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa 7 anak atau 50% dari 14 anak berada pada kriteria sangat baik, 6 anak atau 42,85% dari 14 anak berada pada kriteria baik, dan 1 anak atau 7,14% dari 14 anak berada pada kriteria cukup. Berdasarkan hasil observasi Siklus II menunjukkan bahwa keberhasilan mencapai lebih dari 80% atau 12 anak dari 14 anak berada pada kriteria baik yaitu 13 anak atau 93% dari jumlah anak berada pada kriteria baik, maka penelitian pada Siklus II dihentikan.

Berikut adalah tabel perbandingan hasil observasi pra tindakan, Siklus I, dan Siklus II.

Tabel 5. Perbandingan hasil observasi pra tindakan, Siklus I, dan Siklus II

No.	Kriteria	Persentase		
		Pra Tindakan	Siklus I	Siklus II
1.	Sangat baik	-	7,14%	50%
2.	Baik	14,28%	64,28%	42,85%
3.	Cukup	42,86%	28,57%	7,14%
4.	Kurang baik	42,86%	-	-

Tabel perbandingan hasil observasi pada pra tindakan, Siklus I, dan Siklus II dapat disajikan melalui gambar grafik berikut ini:



Gambar 2. Grafik perbandingan hasil observasi pra tindakan, Siklus I dan Siklus II.

Berdasarkan hasil akhir Siklus II menunjukkan bahwa kemampuan motorik kasar anak mengalami peningkatan yaitu 93% (13 anak) dari 14 anak berada pada kriteria baik. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kegiatan lompat tali merupakan kegiatan yang dapat meningkatkan unsur yang menunjang kemampuan motorik kasar pada anak khususnya kekuatan dan keseimbangan. Dilihat dari hasil pratindakan tersebut maka masih perlu ditingkatkannya kemampuan motorik kasar anak. Diperlukan kegiatan yang sederhana dan menarik untuk mengajak anak agar terlibat langsung didalamnya, kegiatan yang menyenangkan dan membuat anak untuk selalu ingin mengulanginya. Kegiatan tersebut adalah lompat tali. Dalam penelitian ini peningkatan kemampuan motorik kasar anak melalui lompat tali secara sederhana dan menyenangkan. Kegiatan lompat tali dapat dilakukan dengan baik oleh anak Kelompok A TK ABA Ngabean I Tempel Sleman dengan ketinggian 20 cm. Hal ini sependapat dengan Bambang Sujiono (2005: 3.23) yang menyatakan bahwa anak dapat melompat dari ketinggian $\leq 60-70$ cm dan melompati tali yang tingginya 20 cm. Hal ini dikarenakan ketika anak diminta untuk lompat tali dengan ketinggian 30 cm, anak belum bisa sesuai harapan.

Kegiatan lompat ini sesuai dengan tahap perkembangan anak kelompok A TK ABA Ngabean I Tempel Sleman. Sesuai dengan pendapat Hurlock (1978: 320) bermain merupakan setiap kegiatan yang dilakukan untuk kesenangan yang ditimbulkan tanpa mempertimbangkan hasil akhir. Pendapat tersebut sama halnya dengan pendapat Mayke.S Tedjasaputra (2001: 11) menyatakan bahwa bermain memungkinkan anak

untuk bereksplorasi terhadap kemungkinan yang ada untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar maka dilakukan dengan kegiatan yang menyenangkan, sehingga secara tidak langsung anak tertarik dan menikmati permainan atau kegiatan tersebut.

Kegiatan lompat tali merupakan kegiatan yang sangat sederhana untuk dilakukan anak agar anak merasa senang. Hal ini sependapat dengan Hurlock (1996) yang menyatakan bahwa keterampilan motorik anak dapat menghibur dirinya untuk memperoleh perasaan senang seperti memainkan tali. Dengan kegiatan lompat tali, otot-otot kaki anak menjadi kuat, serta melatih keseimbangan anak dalam melakukan gerakan. Kegiatan sederhana ini tidak membuat anak bosan karena anak selalu ingin mengulanginya dan membuat anak menjadi lebih percaya diri. Pernyataan tersebut sesuai dengan pendapat Sumantri (2005: 70) menyatakan bahwa peningkatan motorik terjadi sejalan dengan meningkatnya kemampuan koordinasi mata, tangan, dan kaki. perkembangan motorik bisa terjadi dengan baik apabila anak memperoleh kesempatan yang cukup besar untuk melakukan aktivitas fisik dalam bentuk gerakan-gerakan yang melibatkan seluruh tubuh.

Berdasarkan hasil pelaksanaan tindakan Siklus I dapat terlihat perolehan anak mengalami peningkatan yaitu 10 anak atau 71% dari 14 anak berada pada kriteria baik kuat dan seimbang. Berdasarkan hasil data tersebut maka dilaksanakan perbaikan tindakan selanjutnya karena belum mencapai indikator keberhasilan yang ditetapkan yaitu 80% (12 anak) dari jumlah anak pada kriteria baik kuat dan seimbang.

Beberapa kendala yang ditemui pada Siklus I yaitu guru kurang mampu mengkondisikan anak, sehingga banyak anak yang berlarian sendiri. Kesempatan yang dimiliki anak hanya sekali. Anak yang sudah melakukan kegiatan mengganggu teman lain yang belum melakukan. Kurangnya motivasi yang diberikan oleh guru dan kekuatan otot kaki anak yang belum optimal. Kendala Siklus I mampu teratasi di Siklus II. Sebelum kegiatan dilakukan anak melakukan pemanasan dengan gerakan sederhana. Agar kondusif guru memecah

barisan menjadi dua barisan, dengan ketinggian tali 20 cm anak dan kondisi anak sudah mampu dikontrol oleh guru dan sudah kondusif seperti yang diharapkan. Anak melompat pada tali dengan ketinggian 20 cm tidak menyentuh tali dan dilakukan dengan menggunakan awalan dengan jarak tertentu. Hal ini sejalan dengan pendapat Bambang Sujiono (2005: 3.23) menyatakan pada salah satu tahap gerak motorik kasar anak usia 4-5 tahun yaitu melompat, kegiatan melompat dengan program lompat dari tali dengan ketinggian 20 cm menggunakan satu kaki secara bergantian, serta melompat dengan jarak 4-6 kaki dan sejauh 25 cm. Anak yang sebelumnya tidak mau melakukan lompat tali, hanya mau melihat saja perlahan menjadi mau melakukan. Guru berulang kali memberikan contoh agar kekuatan anak dalam melompat optimal, dan ketika mendarat setelah melompat keseimbangan anak baik. Konsep melompat yang dirubah, motivasi serta *reward* yang diberikan ke anak untuk menunjang semangat dan tertarik terhadap kegiatan tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian pada Siklus II menunjukkan bahwa sebanyak 13 anak atau 93% dari 14 anak sudah kuat dan seimbang berada pada kriteria baik. Dari hasil yang diperoleh tersebut dapat diketahui adanya peningkatan pada kemampuan motorik kasar anak kelompok A di TK ABA Ngabean I Tempel Sleman Sleman. Pemberian *reward* pada Siklus II berupa stiker bergambar bintang sangat efektif untuk menunjang semangat dan rasa percaya diri anak untuk melakukan lompat tali. Motivasi yang diberikan juga berupa lisan kepada setiap anak sebelum maju diberi motivasi oleh guru. Berdasarkan hasil observasi sebelum tindakan, Siklus I dan Siklus II, maka diperoleh hasil peningkatan yang sedemikian rupa dari indikator yang sudah ditentukan.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa melalui kegiatan lompat tali dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak khususnya unsur kekuatan dan keseimbangan tubuh anak. Berdasarkan hasil penelitian sejalan dengan pendapat Bambang Sujiono (2005: 6.25) mengatakan dengan melakukan lompat dapat meningkatkan kekuatan dan kecepatan otot-otot tungkai. Manfaat lain adalah kegiatan lompat tali

ini menyenangkan untuk anak dan tidak memiliki resiko bahaya yang besar, sehingga kemampuan motorik kasar anak dapat berkembang dengan baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kemampuan motorik kasar anak Kelompok A di TK ABA Ngabean I Tempel Sleman dapat ditingkatkan melalui kegiatan lompat tali. Peningkatan yang terjadi dapat terlihat dari tahap penelitian, yaitu observasi yang dilakukan saat pra tindakan, pelaksanaan tindakan Siklus I, dan Siklus II. Adapun langkah-langkah yang ditempuh dalam kegiatan lompat tali, yaitu: anak melakukan pemanasan di halaman; anak dibagi menjadi 2 kelompok dan guru mempersiapkan alat yang akan digunakan; anak mendengarkan penjelasan kegiatan lompat tali dari guru yang dilakukan secara berulang; anak melihat guru mempraktekkan cara lompat tali; anak mempraktekkan lompat tali satu persatu dengan ketinggian tali 20 cm; dan anak diberi *reward* berupa stiker bintang.

Kegiatan lompat tali diawali dengan melakukan pemanasan berupa gerakan-gerakan tubuh, melalui permainan kecil, dan nyanyian-nyanyian. Hal ini supaya otot-otot kaki anak menjadi lemas, tidak kaku, membuat anak menjadi bersemangat, dan anak menjadi percaya diri ketika melakukan lompat.

Peningkatan kemampuan motorik kasar dapat dilihat saat sebelum tindakan diperoleh 14,28% atau 2 anak dari 14 anak berada pada kriteria baik, pada Siklus I diperoleh 71% anak atau 10 anak dari 14 anak berada pada kriteria baik, dan Siklus II diperoleh 93% atau 13 anak dari 14 anak berada pada kriteria baik. Pada Siklus II peningkatan persentase kemampuan motorik kasar sudah melebihi indikator keberhasilan yaitu 80% (12 anak) dari 14 anak berada pada kriteria baik sehingga penelitian dihentikan.

Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian di atas, peneliti memberi saran sebagai berikut:

1. Bagi Guru

Pelaksanaan lompat tali sebaiknya sebelumnya dilakukan pemanasan terlebih dahulu. Guru lebih giat memberikan motivasi kepada anak supaya anak menjadi lebih percaya diri dan bersemangat ketika melakukan kegiatan lompat tali.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Kegiatan lompat tali dapat dijadikan sebagai referensi dan disempurnakan kembali dengan memberikan variasi menggunakan 2 atau 3 tali dengan ketinggian yang berbeda-beda. Komponen motorik kasar dikembangkan kembali, tidak hanya kekuatan dan keseimbangan, tetapi kelincahan dan kelentukan dapat dijadikan komponen penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Acep Yoni, Herry Purwanto & Sri Kunthi Ambarwati. (2010). *Menyusun Penelitian Tindakan Kelas*. Yogyakarta: Familia.

Upaya Meningkatkan Kemampuan.... (Pravista Indah Sari) 9

Bambang Sujiono. et al. (2008). *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Gallahue, David L. Ozmun, John C & Goodway, Jackie D. (2012). *Understanding Motor Development: Infant, children, adolescents, adults. Sevent Edition*. New York: McGraw-Hill.

Suharsimi Arikunto. (2008). *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Bumi Aksara

----- (2005). *Manajemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sumantri. (2005). *Model Pengembangan Keterampilan Motorik Anak Usia Dini*. Jakarta: Depdikbud.

Sofia Hartati. (2005). *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Depdiknas