

**UPAYA MENINGKATKAN KETANGKASAN GERAK LOKOMOTOR
ANAK MELALUI PERMAINAN RANJAU PINTAR PADA
KELOMPOK A TK AN NUR KALIWUNGU KENDAL
TAHUN AJARAN 2012/2013**

Devi Fertitan Rahayu
Ismatul Khasanah

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi masih rendahnya ketangkasan gerak lokomotor anak. Hal tersebut diindikasikan dengan banyaknya anak yang belum mampu mengatur keseimbangan tubuh, seperti anak sering jatuh ketika melompat, berpegangan untuk menopang keseimbangan tubuhnya, dan gerakan melompatnya masih ragu-ragu, serta anak juga kurang mampu mengkoordinasikan ketangkasan gerak lokomotor, hal ini terjadi karena proses pembelajaran yang monoton, guru belum mengembangkan permainan motorik kasar, jadi ketangkasan gerak lokomotor anak masih sangat rendah dan tidak termotivasi secara maksimal.

Masalah dalam penelitian ini apakah ketangkasan gerak lokomotor anak TK An Nur Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal tahun ajaran 2012/2013 dapat meningkat melalui permainan ranjau pintar? Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ketangkasan gerak lokomotor anak pada kelompok A TK An Nur Kaliwungu Kabupaten Kendal dapat meningkat melalui permainan ranjau pintar.

Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas dan alat pengumpulan data berupa observasi dan dokumentasi. Di dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yang terdiri dari satu variabel bebas (*independent variable*) atau variabel (X) yaitu permainan ranjau pintar, dan satu variabel terikat (*dependent variable*) atau variabel (Y) yaitu ketangkasan gerak lokomotor. Subjek penelitian ini adalah seluruh anak kelompok A TK An Nur Kaliwungu Kabupaten Kendal tahun ajaran 2012/2013, sebanyak 12 anak.

Dari hasil akhir dengan menggunakan teknik permainan dan observasi dengan dua siklus diperoleh hasil peningkatan ketangkasan gerak lokomotor anak, yaitu mencapai 42% pada siklus pertama dan 83 % pada siklus kedua (indikator kinerja tercapai). Hasil hipotesis yang berbunyi ketangkasan gerak lokomotor anak meningkat melalui permainan ranjau pintar di kelompok A TK An Nur Kaliwungu Kabupaten Kendal tahun ajaran 2012/2013 dan berdasarkan hasil akhir tersebut, maka hipotesis yang diajukan diterima kebenarannya.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ketangkasan gerak lokomotor anak dapat ditingkatkan melalui permainan ranjau pintar. Oleh karena itu hendaknya guru menciptakan permainan yang lebih kreatif, karena anak akan memperoleh pengalaman secara langsung dengan obyek yang dipelajarinya.

Kata kunci : ketangkasan gerak lokomotor, permainan ranjau

ABSTRACT

This research is motivated by the low level of locomotor child agility. This is indicated by the number of children who have not been able to regulate the balance of the body, such as children often fall when jumping, holding on to balance the body, and jumping motion is still hesitant, and children are also less able to coordinate locomotor mobility, this happens because the learning process The monotone, the teacher has not developed a rough motor game, so the locomotor child's agility is still very low and not motivated maximally.

The problem in this study whether the agility of locomotor locomotion of kindergarten An Nur Kaliwungu District Kendal district 2012/2013 school year can be increased through the game of smart mines? The purpose of this study is to determine the locomotor child agility in the group A TK An Nur Kaliwungu Kendal district can be increased through the game of smart mines.

This type of research is classroom action research and data collection tool in the form of observation and documentation. In this research, there are two variables, consisting of one independent variable or X (variable) that is smart mine game, and one dependent variable or variable (Y) is locomotor locomotority. The subjects of this study were all children of A TK An Nur Kaliwungu Kendal school for the academic year 2012/2013, as many as 12 children.

From the final result by using game technique and observation with two cycles obtained the result of improvement of locomotor child's agility movement, reaching 42% in the first cycle and 83% in the second cycle (performance indicators achieved). The result of the hypothesis that the locomotor child's agility motion is increased through the game of smart mine in group A of TK An Nur Kaliwungu Kendal Regency for academic year 2012/2013 and based on the final result, the hypothesis is accepted truth.

Based on the results of the study it can be concluded that the locomotor child agility is enhanced through the game of smart mines. Therefore the teacher should create a more creative game, because the child will gain experience directly with the object he studied.

Keywords: locomotor locomotor dexterity, mine game

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang Masalah

Setiap anak ingin bergerak dan menggunakan fisiknya secara bebas dengan menggunakan anggota tubuhnya. Kegiatan dalam bentuk bermain

bebas seperti, berjalan, berlari, melompat, merangkak, melempar, mendorong, berayun, meluncur, meniti dan sebagainya sangat besar nilainya bagi pertumbuhan dan perkembangan fisik anak. Melalui latihan-latihan motorik kasar anak memperoleh keterampilan, penguasaan dan keseimbangan badan yang sangat diperlukan dalam tumbuh kembang selanjutnya.

Kenyataan di lapangan kegiatan pembelajaran sangat monoton dan kurang inovatif, guru belum mengoptimalkan kegiatan fisik motorik. sehingga koordinasi ketangkasan gerak lokomotor anak yang kurang baik, anak juga mengalami kesulitan dalam mengatur keseimbangan tubuh ketika melompat berpengaruh pada aspek perkembangan khususnya ketangkasan gerak lokomotor rendah.

Solusinya melalui permainan ranjau pintar ketangkasan gerak lokomotor anak pada kelompok A TK An Nur Kaliwungu Kabupaten Kendal dapat meningkat.

2. Tujuan Penelitian

Untuk meningkatkan ketangkasan gerak lokomotor anak melalui permainan ranjau pintar pada kelompok A TK An Nur Kaliwungu Kabupaten Kendal Tahun Ajaran 2012/2013.

BAB II

KAJIAN TEORETIS DAN HIPOTESIS TINDAKAN

1. Pengertian Ketangkasan Gerak Locomotor Anak

Ketangkasan adalah kemampuan untuk mengubah posisi dan arah dengan cepat, dengan tepat dan tanpa kehilangan keseimbangan. Ketangkasan tergantung pada kekuatan, kecepatan, keseimbangan, dan koordinasi (Sharkey, 2003:168). Gerak adalah rangsangan utama bagi pertumbuhan dan perkembangan anak (Husdarta, 2009: 12).

Gerak lokomotor (gerakan berpindah tempat) dimana bagian tubuh tertentu bergerak atau berpindah tempat, misalnya jalan, lari, dan loncat (Sujiono, 2007: 5.3).

2. Permainan Ranjau Pintar

Permainan menurut pengertiannya adalah situasi atau kondisi tertentu pada saat seseorang mencari kesenangan atau kepuasan melalui suatu aktivitas yang disebut “main” (Muliawan, 2009: 16).

Ranjau pintar adalah permainan dimana anak melompat berpindah dari satu petak ke petak yang lain, boleh melompat ke depan, belakang, kiri, kanan, maupun serong, melangkah melalui petak-petak tak beranjau diantara petak yang beranjau (Susanta, 2008: 102).

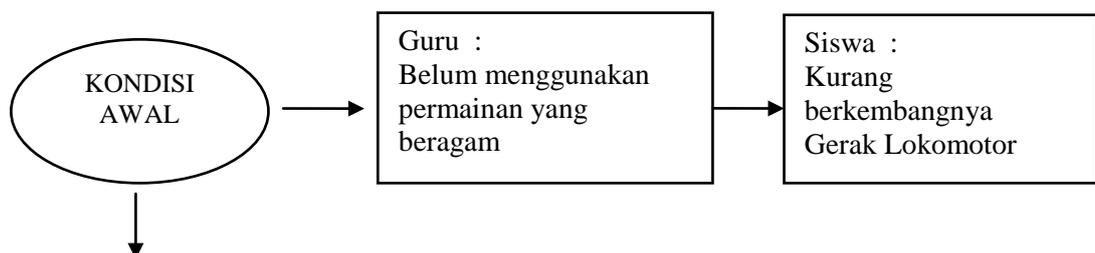
3. Peningkatan Ketangkasan Gerak Locomotor Anak melalui Permainan Ranjau Pintar

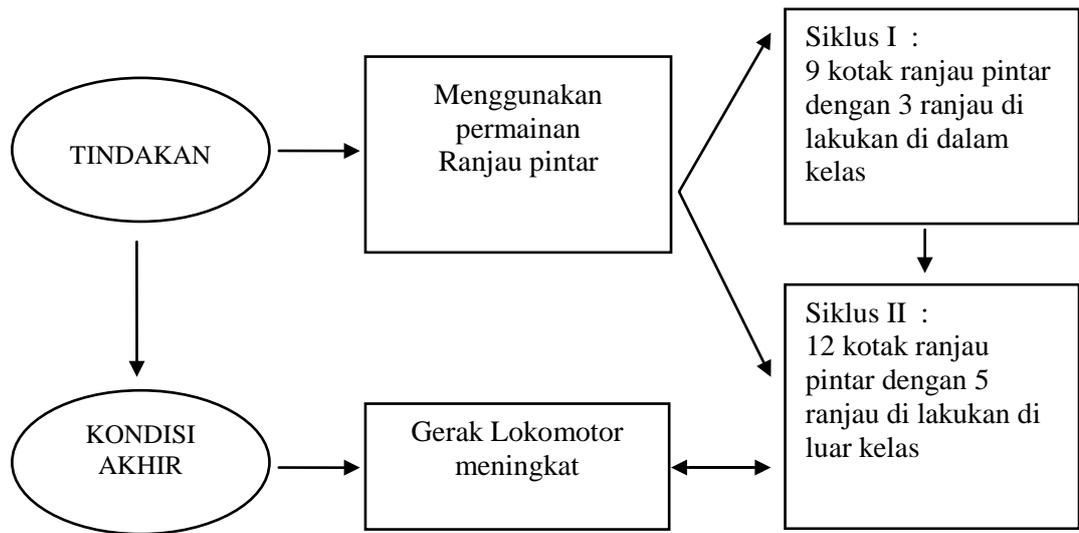
Meningkatkan ketangkasan gerak lokomotor anak melalui permainan ranjau pintar sangat penting dan memiliki banyak manfaat bagi anak usia dini, karena ketika anak melompat dapat memberikan kesempatan bagi anak untuk belajar, dalam gerak lompat terdapat sejumlah komponen yang bisa diaktifkan secara maksimal antara lain, kecepatan, kelincahan, kelenturan, dan daya tolak otot tungkai, melatih konsentrasi, serta menumbuhkan rasa kewaspadaan dan kehati-hatian dalam melangkah.

3

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa meningkatkan ketangkasan gerak lokomotor anak dapat dilakukan dengan permainan ranjau pintar.

Bagan Kerangka Berpikir





4. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kajian teori dan kerangka berfikir di atas hipotesis penelitian tindakan kelas ini yaitu “melalui permainan ranjau pintar dapat meningkatkan ketangkasan gerak lokomotor anak pada kelompok A TK An Nur Kaliwungu Kendal tahun ajaran 2012/2013”.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

1. Setting Penelitian

1. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 1 April 2013 – 22 Mei 2013 dan terdiri dari 2 siklus.

2. Tempat Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini dilakukan di TK An Nur Kaliwungu Kabupaten Kendal.

2. Subjek Penelitian

Subjek penelitian tindakan kelas ini adalah anak kelompok A di TK An Nur Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kendal tahun ajaran 2012/2013 yang berjumlah 12 anak terdiri dari 6 anak laki-laki dan 6 anak perempuan.

3. Indikator Kinerja

Penelitian tindakan kelas ini dapat dikatakan berhasil dengan baik apabila mencapai 75 % keberhasilannya.

4. Teknik dan Alat Pengumpulan Data

Teknik dan alat pengumpulan data yang dipergunakan dalam penelitian tindakan kelas ini yaitu wawancara, observasi, dan dokumentasi.

5. Prosedur Penelitian

Pada penelitian tindakan kelas ini menggunakan dua siklus yang masing – masing siklus terdapat empat tahapan, yaitu (1) perencanaan (*planning*), (2) pelaksanaan (*acting*), (3) pengamatan (*observing*), dan (4) refleksi (*reflecting*).

5 BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Deskripsi Kondisi Awal

Nilai	Jumlah Anak	Persentase Tingkat Keberhasilan
Baik (●)	3	25 %
Cukup (√)	1	8 %
Kurang (○)	8	67 %
Jumlah	12	100 %

Tabel 1 : Tabel Persentase Kemampuan Motorik Kasar Kondisi Awal

Dari hasil tabel di atas dapat diperoleh ketangkasan gerak lokomotor kelompok A masih sangat rendah, dari hasil analisa dengan keberhasilan anak yaitu 25 % anak telah berhasil melompat dengan baik, 8 % anak cukup baik, dan 67 % anak melompat kurang baik.

2. Deskripsi Siklus I

Pada siklus I, penulis menggunakan permainan ranjau pintar tentang indikator melompat ke berbagai arah dengan satu/dua kaki yaitu anak bermain ranjau pintar dengan melompat menggunakan satu kaki.

No	RKH	Hasil			Persentase		
		Baik (●)	Cukup (√)	Kurang (○)	Baik (●)	Cukup (√)	Kurang (○)
1	I	0	4	8	0 %	33 %	67 %
2	II	1	5	6	8 %	42 %	50 %
3	III	2	6	4	17 %	50 %	33 %
4	IV	3	6	3	25 %	50 %	25 %
5	V	5	6	1	42 %	50 %	8 %
Rata-rata		11	27	22	18 %	45 %	37%

Tabel 2 : Tabel Persentase Ketangkasan Gerak Locomotor Siklus I

Dari hasil tabel di atas dapat diperoleh ketangkasan gerak lokomotor kelompok A dari hasil analisa dengan rata-rata keberhasilan anak yaitu 18% anak telah berhasil melompat dengan baik, 45% kemampuan melompat anak cukup, dan 37% kemampuan melompat anak kurang. Ini berarti anak belum berhasil melompat dengan baik sehingga perlu dilaksanakan siklus II.

3. Deskripsi Siklus II

Pada siklus II, penulis menggunakan permainan ranjau pintar tentang indikator melompat ke berbagai arah dengan satu/dua kaki yaitu anak bermain ranjau pintar dengan melompat menggunakan dua kaki.

No	RKH	Hasil			Prosentase		
		Baik (●)	Cukup (√)	Kurang (○)	Baik (●)	Cukup (√)	Kurang (○)
1	I	6	5	1	50 %	42 %	8 %
2	II	7	5	0	58 %	42 %	0 %
3	III	8	4	0	67 %	33 %	0 %
4	IV	9	3	0	75 %	25 %	0 %
5	V	10	2	0	83 %	17 %	0 %
Rata-rata		40	19	1	67%	32%	2%

Tabel 3 : Tabel Persentase Ketangkasan Gerak Lokomotor Siklus II

Dari hasil tabel di atas dapat diperoleh ketangkasa gerak lokomotor kelompok A dari hasil analisa dengan rata-rata keberhasilan anak yaitu 67% anak telah berhasil melompat dengan baik 32% kemampuan melompat anak cukup, dan 2% kemampuan melompat anak kurang. Ini berarti anak telah berhasil melompat dengan baik sehingga penelitian dinyatakan berhasil.

4. Pembahasan

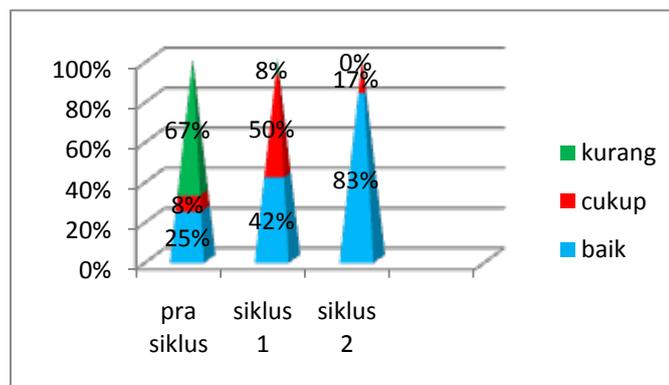
Berdasarkan observasi dan evaluasi pada kondisi awal dan tindakan pada siklus I dan siklus II dapat diketahui bahwa melalui permainan ranjau pintar ketangkasan gerak lokomotor anak kelompok A TK An Nur Kaliwungu Kabupaten Kendal meningkat. Selengkapnya dapat disajikan dalam tabel berikut ini :

No	Siklus	Baik (●)	Cukup (√)	Kurang (○)
1.	Pra Siklus	25 %	8 %	67 %
2.	I	42 %	50 %	8 %

3.	II	83 %	17 %	0 %
----	----	------	------	-----

Tabel 5 : Tabel Persentase Kemampuan Kognitif Pra Siklus, Siklus I, dan Siklus II

Berdasarkan tabel di atas diketahui ada peningkatan yang sangat signifikan pada ketangkasan gerak lokomotor anak, dari pra siklus 25 %, siklus I 42 % dan siklus II 83 %. Selengkapnya dapat dilihat dalam grafik berikut :



Grafik 1 : Ketangkasan Gerak Locomotor Pra Siklus, Siklus I, dan Siklus II

BAB V PENUTUP

1. Simpulan

Setelah dilakukan penelitian tindakan kelas selama dua bulan di TK An Nur Kaliwungu Kabupaten Kendal pada kelompok A tahun ajaran 2012/2013 yang terdiri dari dua siklus, maka dapat disimpulkan bahwa “melalui permainan ranjau pintar dapat meningkatkan ketangkasan gerak lokomotor anak pada kelompok A TK An Nur Kaliwungu Kabupaten

Kendal tahun ajaran 2012/2013”. Berarti penelitian tindakan kelas ini dinyatakan telah berhasil.

2. Saran

a. Bagi Siswa

Anak diharapkan dapat mempelajari permainan yang baru, mampu meningkatkan ketangkasan gerak lokomotor, dan mampu bekerja sama.

b. Bagi guru

Guru hendaknya dapat bertindak profesional dalam meningkatkan kemampuan gerak lokomotor anak.

c. Bagi Sekolah

Sekolah hendaknya menyediakan fasilitas dan media pembelajaran sehingga minat dan motivasi anak dalam belajar dapat meningkat.

d. Bagi Peneliti

Peneliti hendaknya dapat melakukan pemetaan permasalahan disekolah masing-masing dan untuk dapat melakukan penelitian tindakan kelas sebagai penyelesaian permasalahan.

DAFTAR PUSTAKA

9

- Aisyah, Siti, dkk. 2009. *Perkembangan dan Konsep Dasar Pengembangan Anak Usia Dini*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Chayatie N, Afifah. 2010. *112 Game untuk Training & Out Bond*. Yogyakarta: Kata Hati.
- Delphie, Bandi. 2005. *Program Pembelajaran Individual Berbasis Gerak Irama*. Bandung: Pustaka.
- Faruq M M. 2007. *100 Permainan Kecerdasan Kinestetik*. Jakarta: Grasindo.
- Husdarta. 2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Ismail, Andang. 2009. *Education Games*. Yogyakarta: Pro-U Media.
- Kamtini H W, Tanjung. 2005. *Bermain Melalui Gerak dan Lagu di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Lengkong, Putera, Bintang Dwi N R. 2008. *Koleksi Games Seru*. Yogyakarta: Indonesia Cerdas.

- Muliawan J, Ungguh. 2009. *Tips Jitu Memilih Mainan Positif dan Kreatif untuk Anak Anda*. Yogyakarta: Diva Press.
- Mulyono. Badiatul M A. 2010. *Smart Games Outbond Training*. Yogyakarta: Diva Press.
- Pekerti, Widia dkk. 2007. *Metode Pengembangan Seni*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Samsudin. 2008. *Metode Pembelajaran motorik di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Prenada Media Group.
- . 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan SMP/MTs*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Saputra, Yudha M dan Rudyanto. 2005. *Pembelajaran Kooperatif Untuk Meningkatkan Keterampilan Anak TK*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Sarjino, Sumarjo. 2010. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Aneka Ilmu.
- Seefeldt, Carol. Barbara A, Wasik. 2008. *Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT. Indeks.
- Sujiono, Bambang, dkk. 2007. *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Supriyo, Agus. 2009. *112 Permainan Kreatif untuk Memotivasi Anak*. Jakarta: Kanaya Press.
- Susanta, Agustinus. 2008. *Merancang Outbound Training Profesional*. Yogyakarta: Andi.
- Suyadi. 2010. *Psikologi Belajar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Pedagogia.
- Suyanto, Slamet. 2005. *Konsep Dasar Anak Usia Dini*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Zulkifli. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.