

**UPAYA MENINGKATKAN MOTORIK KASAR ANAK MELALUI
METODE GERAK DAN LAGU PADA KELOMPOK B
DI RA TAQWAL ILAH SEMARANG**

**Nastiti Ria Nugraheni
Ismatul Khasanah**

ABSTRAK

Latar belakang yang mendorong penelitian ini adalah pengembangan motorik kasar anak yang dilakukan belum menunjukkan peningkatan yang cukup baik. Hal ini terlihat anak cenderung pasif tidak mau menirukan gerakan-gerakan yang diajarkan oleh guru, Walaupun guru sudah melakukan berbagai upaya melalui senam, namun upaya tersebut belum mampu mengembangkan motorik kasar anak secara menyeluruh. Kurangnya peran aktif dari anak dalam mengikuti gerak guru. Anak kurang memahami gerakan yang sudah dicontohkan. Anak masih banyak yang berlari-lari sendiri, beberapa anak ada yang hanya diam saja dan kurang antusias, ada anak yang bermain sendiri dengan temannya, anak malu-malu tidak mau mengikuti apa yang diajarkan oleh gurunya, ada juga anak yang pasif hanya melihat gurunya ketika kegiatan. Meskipun guru sudah melakukan berbagai upaya melalui beberapa kegiatan namun upaya tersebut belum mampu mengembangkan motorik kasar anak secara menyeluruh karena masih terlihat keengganan siswa mengikuti kegiatan motorik kasar. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini yaitu untuk meningkatkan motorik kasar anak kelompok B RA Taqwal Ilah Semarang melalui metode gerak dan lagu.

Jenis penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan subjek penelitian kelompok B di RA Taqwal Ilah Semarang Tahun Pelajaran 2015/2016 yang jumlah peserta didiknya 16 anak. Data dalam Penelitian Tindakan Kelas ini diperoleh melalui observasi dan dokumentasi. Berdasarkan hasil penelitian setelah melakukan kegiatan Gerak dan Lagu menunjukkan adanya peningkatan terhadap motorik kasar pada anak kelompok B RA Taqwal Ilah Semarang tahun pelajaran 2015/2016. Penelitian ini dilaksanakan dengan tindakan yang terdiri dari 2 siklus yaitu siklus I dan siklus II, dan diperoleh hasil yaitu 43,75% pada siklus I dan meningkat menjadi 81,25% pada siklus II. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa motorik kasar anak dapat ditingkatkan melalui kegiatan gerak dan lagu. Saran yang dapat disampaikan dari hasil penelitian ini adalah supaya kegiatan gerak dan lagu dapat digunakan sebagai salah satu alternatif guru dalam mengajar.

ABSTRACT

The background of this study is encouraging gross motor development of children who do not yet show a pretty good improvement. This looks quite passive child does not want to imitate the movements taught by the teacher, the teacher Although already made various efforts through exercise, but these efforts have not been able to develop gross motor children overall. The lack of an active role of children in following the movement of teachers. Children do not understand the

movement that has been exemplified. Children are still many who run their own, some children there were only silent and apathetic, there are children who play alone with his son sheepishly do not want to follow what is being taught by the teacher, there are also children who passively only see the teacher when activities. Although the teacher has made various efforts through some activities, but these efforts have not been able to develop the whole child's gross motor since it still looks reluctance of students to follow the gross motor activity. Goals to be achieved in this research are to improve the child's gross motor keompok B RA Taqwal Ilah Semarang through a method of movement and song.

This type of research is a classroom action research (PTK) with a research subject group B in RA Taqwal Ilah Semarang in the school year 2015/2016 the number of learners 16 children. Data in this classroom action research gained through observation and documentation. Based on the findings after conducting Motion and song show an increase of the gross motor skills in children in group B RA Taqwal Ilah Semarang school year 2015/2016. This research was conducted with the action that consists of 2 cycles of the first cycle and the second cycle, and the result is 43.75% in the first cycle and increased to 81.25% in the second cycle. Therefore, it can be concluded that the gross motor skills can be enhanced through movement and song. Suggestions can be submitted from this research is that movement activities and songs can be used as an alternative teachers in teaching.

A. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Realita di sekolah khususnya di RA Taqwal Ilah Semarang menunjukkan bahwa pengembangan motorik kasar anak yang dilakukan belum menunjukkan peningkatan yang cukup baik. Hal ini dapat dilihat ketika anak melakukan kegiatan motorik kasar di pagi hari, masih ada beberapa anak yang mengalami kesulitan ketika berjalan di papan titian, memanjat jaring, melompati ban yang berjajar, serta anak cenderung pasif tidak mau menirukan gerakan yang diajarkan oleh guru, walaupun guru sudah melakukan berbagai upaya melalui senam, namun upaya tersebut belum mampu mengembangkan motorik kasar anak secara menyeluruh. Kurangnya peran aktif dari anak dalam mengikuti gerak guru. Anak kurang memahami gerakan yang sudah dicontohkan. Anak masih banyak yang berlari-lari sendiri, beberapa anak ada yang hanya diam saja dan kurang antusias, ada anak yang bermain sendiri dengan temannya, anak malu-malu tidak mau mengikuti apa yang diajarkan oleh gurunya, ada juga anak yang pasif hanya melihat gurunya ketika kegiatan. Meskipun guru sudah melakukan berbagai upaya

melalui beberapa kegiatan namun upaya tersebut belum mampu mengembangkan motorik kasar anak secara menyeluruh karena masih terlihat anak tidak mengikuti kegiatan motorik kasar. Hal tersebut dikarenakan kurangnya latihan melalui kegiatan motorik kasar yang dapat menarik minat anak untuk mengikuti kegiatan dan anak cenderung merasa bosan ketika hanya kegiatan motorik kasar itu saja yang diulang-ulang.

Ada beragam teknik untuk mengembangkan motorik kasar, diantaranya melalui metode gerak dan lagu dengan menggunakan media berupa lagu dengan irama yang menarik. Irama yang menarik dapat merangsang anak untuk menggerakkan tubuhnya melalui irama lagu dalam gerak dan lagu dapat menimbulkan semangat anak untuk bergerak mengikuti irama lagu dan akan memungkinkan interaksi langsung antara anak didik dengan guru. Motorik kasar yaitu gerakan fisik yang melibatkan seluruh anggota tubuh dan otot-otot besar pada anak untuk melakukan aktivitas. Metode gerak dan lagu adalah cara guru menerapkan kegiatan yang melibatkan seluruh anggota tubuh untuk bergerak, seperti kepala, tangan, kaki dan badan dengan diiringi lagu. Jadi dengan menggunakan metode gerak dan lagu, anak dapat bebas menggerakkan anggota tubuh dan dapat menjadikan anak senang dan antusias dalam mengikutinya. Akan tetapi, jika motorik kasar tanpa menggunakan metode gerak dan lagu dapat juga menggunakan kegiatan lain yang dapat melibatkan seluruh anggota tubuh anak dan otot-otot besarnya, seperti bermain lompat tali, berjalan dengan mengangkat satu kaki, dll.

2. KAJIAN TEORI

a. Pengertian Perkembangan Motorik kasar

Menurut Saputra dan Rudyanto (2005:117) motorik kasar adalah kemampuan anak beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besarnya. Sedangkan pendapat dari Sujiono (2008: 1.13) motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar tubuh anak. Oleh karena itu, biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang

lebih besar. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak. Gerakan ini mengandalkan kematangan dan koordinasi.

Suyadi (2009: 176) gerak motorik kasar adalah gerak anggota badan secara kasar atau keras. Menurut Berk (dalam Suyadi, 2009: 176) semakin anak bertambah dewasa dan kuat tubuhnya, maka gaya geraknya semakin sempurna. Hal ini mengakibatkan tumbuh kembangnya otot semakin membesar dan menguat. Dengan membesar dan menguatnya otot tersebut, keterampilan baru selalu bermunculan dan semakin bertambah kompleks. Sedangkan menurut Riva (2012:15) motorik kasar adalah kemampuan yang berhubungan dengan menggerakkan tubuh secara penuh, contoh : berlari, memanjat, melompat, dan lain-lain. Adapun aktivitas motorik kasar adalah keterampilan gerak atau gerakan tubuh yang memakai otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa motorik kasar adalah aktivitas gerak fisik yang membutuhkan koordinasi anggota tubuh dengan menggunakan kinerja otot-otot besarnya, misal : berjalan, berlompat, merangkak, dan mengayunkan tangan. Anak-anak yang kurang mendapat kesempatan untuk mengembangkan motorik pada waktu anak siap untuk melakukan kegiatan, maka pada tingkat perkembangan selanjutnya mereka kurang tertarik dengan aktivitas jasmani seperti olahraga atau aktivitas lainnya.

b. Pengertian Metode Gerak dan Lagu

Setiap pembelajaran guru selalu menggunakan metode sesuai dengan kegiatan yang dilaksanakan, karena metode merupakan bagian dari strategi kegiatan pembelajaran. Metode berasal dari bahasa Yunani: *methodos* yang berarti cara atau jalan. Jadi metode merupakan jalan yang berkaitan dengan cara kerja dalam mencapai sasaran yang diperlukan bagi penggunaannya, sehingga dapat memahami obyek sasaran yang dikehendaki dalam upaya mencapai sasaran atau tujuan pemecahan permasalahan (Subagyo, 2006: 1). Oleh karena itu, metode dipilih guru berdasarkan strategi kegiatan yang sudah dipilih dan ditentukan. Metode juga merupakan cara untuk mencapai tujuan pembelajaran tertentu (Sujiono, 2005: 2.11). Menurut Rahyubi (2012: 236) metode pembelajaran adalah

suatu model dan cara yang dapat dilakukan untuk mengajar aktivitas belajar mengajar agar berjalan dengan baik.

Gerak adalah gejala paling primer dari manusia dan gerak merupakan media yang paling tua dari manusia. Untuk merefleksikan keinginan-keinginannya atau merupakan bentuk pernyataan spontan dan gerak batin manusia (Kamtini, 2005: 67). Gerak merupakan pengalaman fisik yang paling elementer dari kehidupan manusia. Gerak tidak hanya terdapat pada denyutan-denyutan diseluruh tubuh manusia yang memungkinkan manusia hidup, tetapi gerak juga terdapat pada ekspresi dari semua pengalaman emosional manusia.

Kita menggunakan gerak dalam kehidupan sehari-hari sebagai alat komunikasi yang fundamental, misal : kita merespon pertanyaan dengan kepala sebagai tanda setuju atau mengangkat bahu. Gerak adalah berpindahnya bahan dari satu tempat ke tempat lain (Wahyudiayanto, 2008: 14).

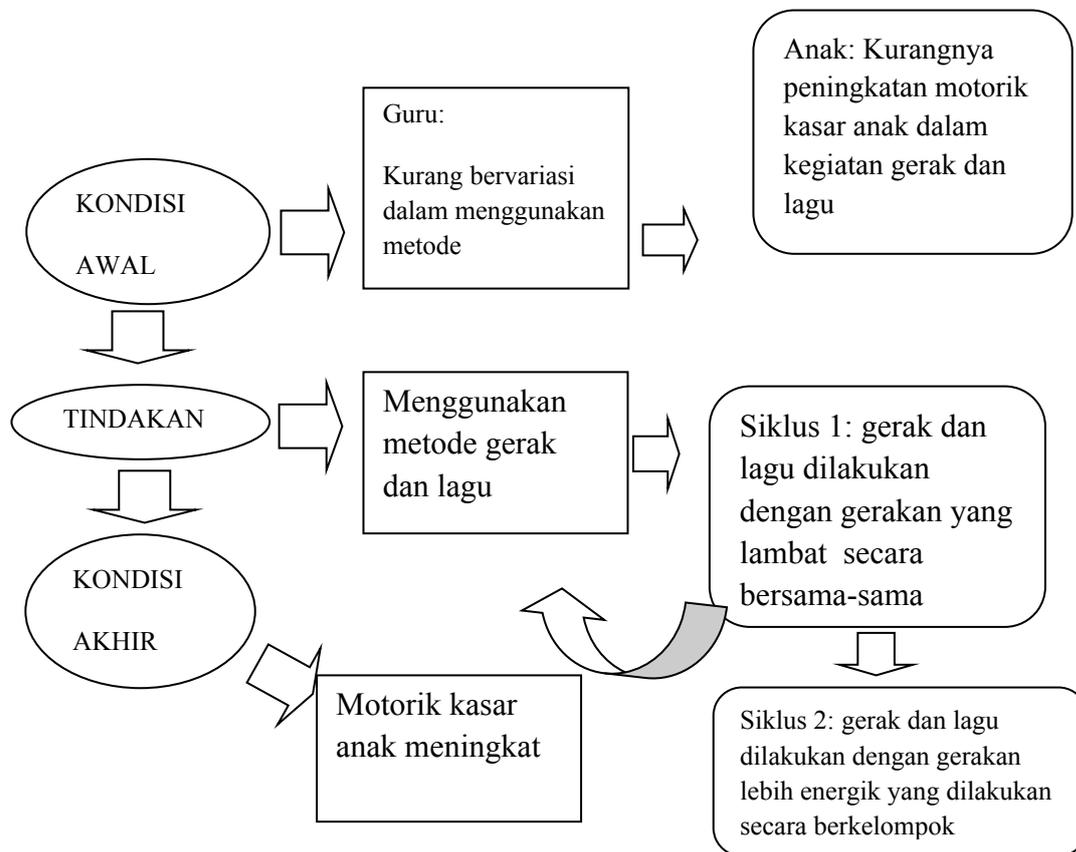
Gerak merupakan metode pembelajaran mengenai gerak tubuh dan pengenalan anggota tubuh untuk memberikan pemahaman pada anak terhadap fungsi mekanisme tubuh (kesadaran tubuh). Sehingga anak tidak merasa asing terhadap anggota tubuhnya, seperti kaki, tangan, kepala, dan fungsi persendiannya. Lagu dapat diibaratkan sebagai bahasa dari emosi, musik dapat memberikan kesenangan baik bagi yang mendengarnya maupun bagi yang memainkannya (Boyd dalam Mutiah, 2010). Gerak menjadi hal yang sangat kreatif bila dipadukan dengan musik yang diinterpretasikan anak menurut caranya masing-masing. Dengan belajar melalui gerakan, maka anak dapat belajar tentang dirinya dan dunianya.

c. Kerangka Berpikir

Perkembangan Motorik Kasar merupakan potensi yang dimiliki oleh setiap manusia, motorik kasar lebih menekankan pada kekuatan fisik yang membutuhkan keseimbangan seluruh anggota tubuh dengan menggunakan otot-otot besar. Motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki dan seluruh tubuh anak, sehingga motorik kasar anak sangat berperan penting dalam pertumbuhan anak. Metode gerak dan lagu adalah kegiatan ekspresi dari semua pengalaman

emosional manusia yang ditandai dengan gerakan-gerakan sebagai ungkapan ekspresi manusia yang melibatkan semua anggota tubuhnya. Manusia biasanya bergerak ketika manusia tersebut merespon pertanyaan dengan kepala sebagai tanda setuju atau mengangkat bahu.

Salah satu cara untuk meningkatkan motorik kasar pada anak usia dini yaitu dengan metode gerak dan lagu. Gerakan motorik kasar anak dapat dikembangkan dengan anak melakukan gerak dan lagu dalam kegiatan anak usia dini. Aktivitas yang ada di dalam gerak dan lagu melibatkan otot tangan, kaki dan seluruh tubuh anak. Serangkaian kegiatan motorik kasar melalui metode gerak dan lagu dapat digambarkan dalam bagan sebagai berikut:



3. Metodologi Penelitian

Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan di RA Taqwal Ilah Kecamatan Tembalang Kota Semarang. Peneliti terlibat langsung dalam kegiatan. Peneliti juga dapat mencermati jalannya penelitian secara langsung dan berbagai

permasalahan yang muncul ketika kegiatan, sehingga tujuan penelitian tindakan kelas untuk meningkatkan motorik kasar anak dapat tercapai. Peneliti merencanakan pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini pada semester 1 Tahun Ajaran 2015/2016 yaitu antara bulan Oktober sampai bulan November 2015.

Dalam penelitian teknik pengumpulan data merupakan suatu hal yang sangat penting dalam setiap penelitian, karena dari hasil pengumpulan data ini akan menentukan pengelolaan sehingga mendapatkan kesimpulan.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik non tes yang berupa observasi dan dokumentasi. Untuk mempermudah dalam melaksanakan analisis hasil lembar observasi, maka peneliti membuat nilai sebagai berikut :

Tabel Teknik Skoring

Nomor	Tanda	Skor	Keterangan
1.	●	3	Baik
2.	√	2	Cukup
3.	○	1	Kurang

Keterangan :

- a. Baik (3) apabila anak dapat melakukan metode gerak dan lagu dengan baik sehingga anak mempunyai kemampuan motorik kasar baik
- b. Cukup (2) apabila anak melakukan metode gerak dan lagu masih terlihat cukup baik sehingga anak mempunyai kemampuan motorik kasar cukup
- c. Kurang (1) apabila anak belum bisa melakukan metode gerak dan lagu dengan baik sehingga anak mempunyai kemampuan motorik kasar kurang.

Analisis data penelitian tindakan kelas ini menggunakan analisis kuantitatif dan kualitatif. Terhadap peningkatan motorik kasar melalui gerak dan lagu secara kuantitatif dengan memberikan skor (1, 2, 3). Data-data tersebut dianalisis mulai dari siklus satu dan siklus dua untuk dibandingkan perolehan nilai rata-ratanya. Hasil perhitungan dikonsultasikan dengan tabel deskriptif prosentasi, yang dikelompokkan dalam 3 kategori, yaitu baik, cukup, kurang sebagai berikut :

Tabel 3.5 Kriteria Deskriptif Prosentase

Kriteria	Skor Perolehan	Penafsiran
Baik	80-100	Peningkatan motorik kasar anak baik
Cukup	54-79	Peningkatan motorik kasar anak cukup
Kurang	<53	Peningkatan motorik kasar anak kurang

Sumber : Tampubolon (2014: 55)

Hasil observasi dianalisis menggunakan teknik deskriptif kualitatif yang digambarkan dengan kata-kata atau kalimat, dipisah-pisahkan menurut kategori untuk memperoleh kesimpulan.

Penelitian tindakan kelas ini dinyatakan berhasil apabila memenuhi indikator keberhasilan. Adapun indikator keberhasilannya, yakni :

- a. Anak dapat mengikuti kegiatan gerak menggunakan lagu yang bervariasi untuk meningkatkan motorik kasar pada kelompok B RA Taqwal Ilah Semarang yang ditandai dengan aktivitas guru dalam kategori **baik** di lembar IPKG 2 dalam lembar observasi.
- b. 80% anak pada kelompok B RA Taqwal Ilah Semarang telah mengikuti kegiatan yang menerapkan gerak menggunakan lagu yang bervariasi, motorik kasar anak menjadi lebih baik yang ditandai dengan aktivitas siswa dalam kategori **tinggi** di lembar observasi

B. PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian pada siklus I dan II menunjukkan bahwa metode gerak dan lagu lebih diminati anak dibandingkan dengan kegiatan yang sering dilakukan anak setiap harinya untuk meningkatkan motorik kasar anak kelompok B di RA Taqwal Ilah Semarang Tahun Ajaran 2015/2016. Kesiapan fisik anak pada siklus I belum maksimal, anak masih merasa kesulitan dalam kegiatan. Kurangnya rasa percaya diri anak membuat anak diam karena masih malu-malu dan takut salah dalam kegiatan.

Secara umum prosentase anak pada siklus I masih belum memenuhi indikator kinerja, berdasarkan kekurangan pada siklus I, guru membuat perencanaan permainan yang lebih menarik dan menyenangkan pada siklus II. Hal ini dilakukan agar anak dapat menerima kegiatan dengan maksimal. Guru

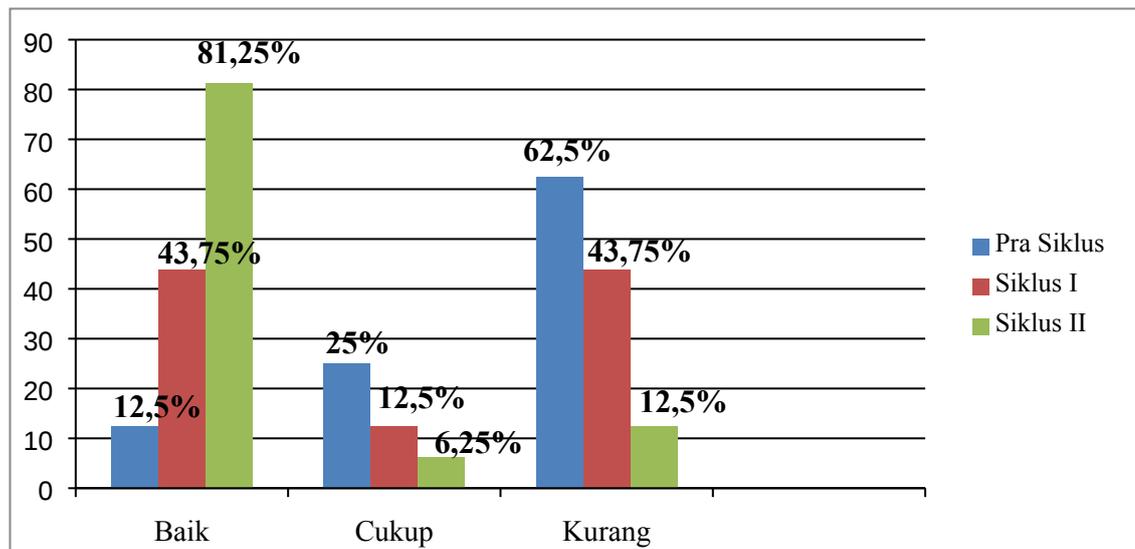
mengajak anak untuk melakukan kegiatan gerak dan lagu agar anak dapat menerima kegiatan motorik kasar dengan maksimal. Hal ini dapat dilihat anak lebih senang dan bersemangat, serta menumbuhkan rasa percaya diri anak. Pada siklus II ini penilaian peningkatan motorik kasar anak dapat memenuhi indikator kinerja.

Pada siklus II tahap pelaksanaan guru dalam mengondisikan anak sebelum kegiatan dimulai sudah baik secara menyeluruh, dalam mempersiapkan media, dalam menyampaikan kegiatan gerak dan lagu dapat diterima anak dengan baik, dalam penyampaian tujuan kegiatan sesuai dengan indikator yang dituangkan dalam bentuk RKH (Rencana Kegiatan Harian). Hampir seluruh anak aktif dalam mengikuti kegiatan pada siklus II. Pada siklus II ini dapat mencapai hasil yang cukup maksimal.

Peningkatan motorik kasar anak melalui metode Gerak dan lagu dari siklus I dan siklus II tersajikan dalam tabel sebagai berikut:

No	Keterangan	Kondisi Awal	Siklus I	Siklus II
1.	Ketuntasan	12,5 %	31,25%	81,25 %
2.	Peningkatan	-	Belum Berhasil	Sudah Berhasil

Berdasarkan tabel di atas peningkatan motorik kasar anak terhadap hasil metode gerak dan lagu peningkatan prosentase terhadap peningkatan motorik kasar anak pada kondisi awal, siklus I, dan siklus II dapat digambarkan dengan grafik dibawah ini:



Grafik Hasil Belajar Anak

Secara umum dapat disimpulkan bahwa metode gerak dan lagu dapat meningkatkan motorik kasar anak di kelompok B di RA Taqwal Ilah Semarang Tahun Ajaran 2015/2016

C. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas dalam keseluruhan pembahasan dan analisis dapat disimpulkan bahwa metode gerak dan lagu dapat meningkatkan motorik kasar anak kelompok B di RA Taqwal Ilah Semarang Tahun Ajaran 2015/2016. Hal tersebut dapat ditandai dengan melihat dari kondisi awal anak dengan hasil nilai hasil rata-rata anak dengan prosentase hasil belajar anak 12,5%. Kemudian pada siklus I dengan prosentase hasil belajar anak 43,75% sehingga dapat dikatakan ada peningkatan pada siklus I. Pada siklus II hasil belajar anak dengan prosentase meningkat menjadi 81,25%.

Berdasarkan hasil tersebut peningkatan motorik kasar anak dapat meningkat secara optimal dan juga didukung oleh pendapat dari Rahyubi (2012: 222) bahwa aktivitas motorik kasar adalah keterampilan gerak atau gerakan tubuh yang memakai otot-otot besar sebagai dasar utama gerakannya. Keterampilan motorik kasar meliputi pola lokomotor (gerakan yang menyebabkan perpindahan tempat) seperti berjalan, berlari, menendang, naik-turun tangga, melompat, meloncat, dan sebagainya. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa metode gerak

dan lagu dapat meningkatkan motorik kasar anak pada kelompok B di RA Taqwal
Ilah Semarang Tahun Ajaran 2015/2016.

DAFTAR PUSTAKA

- Decaprio, Richard. 2013. *Aplikasi Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Yogyakarta: Diva Press
- Delphie, Bandi. 2005. *Program Pembelajaran Individual Berbasis Gerak Irama*. Bandung: PustakaBaniQuraaisy.
- Kamtini & Tanjung, Husni. 2005. *Bermain Melalui Gerak dan Lagu*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Kamtini, Husni WT. 2008 *Bermain Gerak dan lagu di taman kanak-kanak*. Jakarta: Depdiknas PPT dit. PPTK & KPT.
- Mutiah, Diana. 2010. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: KencanaPrenada Media Group.
- Permendiknas, no 58. 2010. *Pedoman Pengembangan Pembelajaran di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta : Direktorat Pembinaan TK dan SD.
- Rachmi, Tetty, dkk. 2008. *Ketrampilan Musik dan Tari*. Jakarta: Universitas terbuka.
- Rahyubi, Heri. 2012. *Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik*. Bandung: Nusa Media
- Riva, Iva. 2012. *Koleksi Games Edukatif di Dalam dan Luar Sekolah*. Yogyakarta: Flash Books
- Rosmala, Dewi. 2005. *Berbagai Masalah Anak Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Santrock, John W. 2011. *Masa Perkembangan Anak*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Saputra, Yudha M dan Rudyanto. 2005. *Pembelajaran Kooperatif untuk Meningkatkan Keterampilan Anak TK*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional
- Seefeldt, Carol & wasik, A. Barbara. 2008. *Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT Indeks

- Subagyo, Joko. 2006. *Metode Penelitian Teori dan Praktek*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Sujiono, Bambang, dkk. 2005. *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Suyadi. 2010. *Bimbingan Konseling untuk PAUD*. Jogjakarta. DIVA Press
- Tampubolon, M Saur. 2014. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: Erlangga
- Wahyudiyanto. 2008. *Pengetahuan Tari*. Surakarta: Isi Press Solo.

