

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR
(KESEIMBANGAN TUBUH) ANAK MELALUI PERMAINAN
TRADISIONAL ENKLEK DI KELOMPOK B
TUNAS RIMBA II TAHUN AJARAN 2014/2015.**

Yhana Pratiwi, M. Kristanto
ghanatab@gmail.com
ristant_01@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana permainan engklek dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak di TK Tunas Rimba II Semarang. Jenis penelitian yang dipakai adalah penelitian tindakan kelas dengan menggunakan metode analisis deskriptif. Data yang diperoleh dari pengamatan dianalisis secara deskripsi kualitatif dengan mengolah data dari hasil pengamatan dalam kegiatan permainan permainan engklek. Subjek dalam penelitian ini adalah kelompok B TK Tunas Rimba II Semarang dengan jumlah anak 25 anak. Hasil penelitian ini diperoleh bahwa hasil kegiatan permainan engklek dari kelompok B pada awalnya 53,33% disebabkan karena kurangnya variasi dalam kegiatan bermain. Setelah diadakan perbaikan tindakan dengan kegiatan bermain engklek secara individu dengan hasil pada siklus I diperoleh sebesar 65,33% sedangkan pada siklus II menggunakan kegiatan bermain engklek berkelompok dengan dilombakan diperoleh sekitar 83,17%. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan hasil belajar kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) yang dilakukan pada siklus I dan II pada kelompok B TK Tunas Rimba II Semarang.

Kata Kunci: Motorik Kasar, Keseimbangan Tubuh, Permainan Tradisional, Engklek

Abstract

This study aims to determine the extent to which engklek game can improve motor skills (body balance) children in TK Tunas Rimba II Semarang. This type of research is used classroom action research using the method of descriptive analysis. Observation of the data obtained from the description observation analyzed by processing the data from the observations made in game engklek. The population in this study was a kindergarten group B TK Tunas Rimba II Semarang with 25 children. The results of this study showed that the results of the activities of the group B engklek game was originally 53.33% due to the lack of variety in play activities. After improvement actions with individually engklek play

activities with the results obtained in the first cycle by 65,33% while in the second cycle using engklek group play activities with the contested acquired approximately 83.17%. This indicates an increase in gross motor skills learning outcomes (body balance) were performed in the first cycle and the second in group B Shoots kindergarten Rimba II Semarang.

Keywords: Rough motor skills, balance body, Traditional games engklek

A. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (pasal 3 UU Nomor 20 tahun 2003). Pada hakikatnya belajar harus berlangsung sepanjang hayat. Untuk menciptakan generasi yang berkualitas, pendidikan harus dilakukan sejak usia dini dalam hal ini melalui Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), yaitu pendidikan yang ditujukan bagi anak sejak lahir hingga usia 6 tahun. Perkembangan fisik motorik khususnya keseimbangan tubuh anak juga termasuk usaha dalam mengoptimalan pertumbuhan dan perkembangan tubuh anak melalui jenis-jenis aktivitas bermain yang mendukung.

Peneliti melakukan pengamatan terhadap permasalahan yang terjadi di TK Tunas Rimba II menunjukkan bahwa upaya untuk meningkatkan kemampuan keseimbangan tubuh anak sudah dilakukan melalui berbagai permainan namun kebanyakan belum kreatif dan permainan kurang menstimulasi keseimbangan tubuh anak. Hal ini terlihat saat bermain papan titian, banyak anak yang masih mengalami kesulitan dalam mengatur keseimbangan tubuhnya. Mengingat kemampuan keseimbangan tubuh ini sangat penting bagi pengoptimalan kemampuan fisik motorik yang lain maka sedini mungkin keseimbangan tubuh anak harus di stimulasi dengan

baik. Demikian juga dalam kegiatan permainan, diharapkan anak akan berkembang baik sesuai dengan tujuan pengembangan jasmani tersebut, maka guru TK harus menguasai permainan tertentu. Anak dilatih gerak dasar, sehingga dapat berkembang. Apabila guru kurang menguasai permainan ini maka perkembangan anak juga akan terhambat.

Permainan tradisional dikenal memiliki beberapa keunggulan dibanding permainan modern pada masa kini. Permainan tradisional dapat memperkenalkan, melestarikan, sekaligus meningkatkan kecintaan terhadap warisan budaya bangsa dan nilai-nilai luhur yang terkandung di dalamnya. Pada era globalisasi kini beberapa pakar pendidikan Indonesia berusaha untuk menghidupkan dan melestarikan permainan tradisional di tengah gencarnya pengaruh budaya dan teknologi modern. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak melalui permainan tradisional engklek di kelompok B TK Tunas Rimba II Semarang tahun pelajaran 2014/2015.

2. Kajian Teori

a. Kemampuan Motorik

1) Pengertian Kemampuan

Kemampuan dimiliki oleh setiap orang namun dengan kapasitas berbeda-beda. Ada sejumlah orang yang sangat pintar mengarang (menulis), cepat memahami sesuatu, mampu melihat penyebab suatu masalah, terampil membuat barang yang bagus, cepat memahami keinginan orang lain, mampu bekerja sama dengan orang lain, dan lain-lain. Kreitner (2014: 135) mengemukakan bahwa kemampuan (*ability*) adalah tanggung jawab karakteristik yang luas dan stabil untuk kinerja maksimal seseorang pada tugas fisik dan mental. Pendapat lain juga dikemukakan oleh Subkhi (2013: 30) bahwa yang dimaksud dengan istilah kemampuan adalah kapasitas seseorang untuk melaksanakan beberapa kegiatan dalam suatu pekerjaan.

Menurut pendapat Robbins dalam Badeni (2013: 13) mendefinisikan *ability refers to an individual's capacity to perform the various tasks in job.*

Kemampuan mencakup arti yang luas yaitu keseluruhan potensi yang dimiliki seseorang untuk melakukan bervariasi dalam pekerjaan. Berbagai kemampuan yang dimiliki manusia ini pada pokoknya dapat diklasifikasikan menjadi kemampuan intelektual dan kemampuan fisik.

Berdasarkan teori-teori para pakar diatas maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan adalah keseluruhan potensi yang dimiliki seseorang untuk menyelesaikan tugasnya dengan baik mengenai tugas fisik dan mentalnya. Kemampuan tersebut ada yang dibawa sejak lahir dan ada yang karena belajar dengan tekun.

2) Jenis-jenis Kemampuan

Kemampuan manusia berkembang sesuai kemampuan apa yang dikembangkannya, bagaimana seseorang tersebut menilai bahwa kemampuan yang akan dikembangkan adalah termasuk potensi dalam dirinya. Dalam kenyataanya, kemampuan apapun sangatlah penting untuk diasah mengingat satu kemampuan dengan kemampuan dalam diri saling berhubungan. Stephen dalam Badeni (2013: 14) telah mengklasifikasikan beberapa jenis kemampuan dalam diri seseorang yaitu:

a) Kemampuan Intelektual

Kemampuan intelektual adalah kemampuan yang diperlukan untuk melaksanakan aktivitas-aktivitas mental. Contoh tes IQ (*Intelligent quotient*) digunakan untuk menegaskan seberapa tingkat kemampuan-kemampuan intelektual umum. Ada 7 dimensi kemampuan intelektual, yaitu *number aptitude, verbal comprehension, perceptual speed, inductive reasoning, spatial visualization memory*.

b) Kemampuan Fisik

Kemampuan intelektual lebih besar memainkan peran pada pekerjaan-pekerjaan yang rumit yang menuntut berbagai persyaratan pemrosesan informasi sementara kemampuan fisik lebih banyak diperlukan pada aktivitas atau tugas-tugas yang menuntut stamina, kecekatan, kekuatan dan keterampilan atau bakat-bakat sejenis. Setiap orang memiliki kemampuan fisik dan tingkat stamina yang berbeda-beda. Setiap

pekerjaan memerlukan persyaratan kemampuan tertentu sesuai dengan tuntutan yang diminta oleh pekerjaan yang bersangkutan.

3) Motorik Kasar

a) Pengertian Motorik Kasar

Secara garis besar, pembelajaran motorik di sekolah meliputi pembelajaran motorik kasar dan halus. Menurut Decaprio (2013: 18) motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar otot yang ada dalam tubuh maupun seluruh anggota tubuh yang dipengaruhi oleh kematangan diri. Sedangkan pembelajaran motorik kasar yang diadakan di sekolah merupakan pembelajaran gerakan fisik yang membutuhkan keseimbangan dan koordinasi anggota tubuh, sebagian, atau seluruh anggota tubuh. Contohnya, berlari, berjalan, melompat, menendang, berlari dan lain-lain.

Sujiono (2010: 1.13) berpendapat bahwa gerakan motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Oleh karena itu, biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar. Pengembangan motorik kasar juga memerlukan koordinasi kelompok otot-otot tertentu yang dapat membuat mereka dapat melompat, memanjat, berlari, manaiki sepeda roda tiga, serta berdiri dengan satu kaki. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak.

Sedangkan menurut Rahyubi (2012: 222) menyatakan 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. Juga keterampilan menguasai bola seperti melempar, menendang, dan memantulkan bola.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa kegiatan motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar otot untuk melakukan suatu aktivitas tubuh. Aktivitas

motorik kasar misalnya: berlari, melompat, mendorong, melempar, menangkap, menendang dan lain sebagainya, kegiatan itu memerlukan dan menggunakan otot-otot besar pada tubuh seseorang.

b) Faktor-faktor yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik Kasar

Motorik kasar seorang anak berkembang secara bertahap dan unik pada setiap individunya. Perkembangan motorik kasar anak berbanding lurus dengan pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya, oleh karena itu faktor-faktor yang mempengaruhi perkembangan motorik kasar anak secara garis besarnya adalah faktor-faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang anak yang telah dipaparkan oleh Soetjiningsih (2012: 2) yaitu:

1) Faktor Genetik

Faktor genetik merupakan modal dasar dalam mencapai hasil akhir proses tumbuh kembang anak.

2) Faktor Lingkungan

Lingkungan merupakan faktor yang sangat menentukan tercapai atau tidaknya potensi bawaan. Faktor lingkungan ini secara garis besar dibagi menjadi:

(a) Faktor lingkungan yang mempengaruhi anak pada waktu masih dalam kandungan (faktor pranatal), antara lain: (1) gizi ibu pada waktu hamil; (2) mekanis; (3) toksin/zat kimia; (4) endokrin; (5) radiasi; (6) infeksi; (7) stres; (8) imunitas; (9) anoksia embrio

(b) Faktor lingkungan yang mempengaruhi tumbuh kembang anak setelah lahir (faktor postnatal), antara lain:

(1) Lingkungan biologis, antara lain: (a) ras/suku bangsa; (b) jenis kelamin; (c) umur; (d) gizi; (e) perawatan kesehatan; (f) kepekaan terhadap penyakit; (g) penyakit kronis; (h) fungsi metabolisme; (i) hormon.

(2) Faktor fisik, antara lain: (a) cuaca, musim, keadaan geografis suatu daerah; (b) sanitasi; (c) keadaan rumah; (d) radiasi.

- (3) Faktor psikososial, antara lain (a) stimulasi; (b) motivasi belajar; (c) ganjaran ataupun hukuman yang wajar; (d) kelompok sebaya; (e) stres; (f) sekolah; (g) cinta dan kasih sayang; (h) kualitas interaksi anak-orang tua.
- (4) Faktor keluarga dan adat istiadat, antara lain: (a) pekerjaan/pendapatan keluarga; (b) pendidikan ayah/ibu; (c) jumlah saudara; (d) jenis kelamin dalam keluarga; (e) stabilitas rumah tangga; (f) kepribadian ayah/ibu; (g) adat-istiadat, norma-norma, tabu-tabu; (h) agama; (i) urbanisasi; (j) kehidupan politik dalam masyarakat yang mempengaruhi prioritas kepentingan anak, anggaran, dan lain-lain.

c) Tahapan Motorik Kasar Anak Usia TK

Berikut adalah tabel daftar perkembangan motorik kasar anak usia TK, yaitu pada usia 3-4 tahun dan usia 5-6 tahun. (Sujiono, 2010: 1.15).

Tabel 1. Tahapan Motorik Kasar Anak

Usia 3-4 tahun	Usia 5-6 tahun
1. Menangkap bola besar dengan tangan lurus di depan badan.	1. Berlari dan langsung menendang bola.
2. Berdiri dengan satu kaki selama 5 detik.	2. Melompat-lompat dengan kaki bergantian.
3. Mengendarai sepeda roda tiga melalui tikungan yang lebar.	3. Melambungkan bola tennis dengan satu tangan dan menangkapnya dengan dua tangan.
4. Melompat sejauh 1 meter atau lebih dari posisi berdiri semula.	4. Berjalan pada garis yang sudah ditentukan.
5. Mengambil benda kecil di atas baki tanpa menjatuhkannya.	5. Berjinjit dengan tangan di pinggul.
6. Menggunakan bahu dan siku pada saat melempar bola hingga 3 meter.	6. Menyentuh jari kaki tanpa menekuk lutut.
7. Berjalan menyusuri papan dengan menempatkan satu kaki di depan kaki lain.	7. Mengayuhkan satu kaki ke depan atau ke belakang tanpa kehilangan keseimbangan.
8. Melompat dengan satu kaki.	
9. Berdiri dengan kedua tumit dirapatkan, tangan di samping, tanpa kehilangan keseimbangan.	

b. Permainan Tradisional

1) Pengertian Permainan Tradisional

Wahyuningsih (2009: 5) menyatakan bahwa permainan tradisional atau biasa yang disebut dengan permainan rakyat, yaitu permainan yang dilakukan masyarakat secara turun-temurun dan merupakan hasil dari penggalian budaya lokal yang didalamnya banyak terkandung nilai-nilai pendidikan dan nilai budaya, serta dapat menyenangkan hati yang memainkannya. Permainan tradisional pada umumnya dimainkan secara berkelompok atau minimal dua orang.

Pendapat lain dikemukakan oleh Mahendra (2005: 3) yang menyatakan bahwa permainan tradisional adalah bentuk kegiatan permainan dan atau olahraga yang berkembang dari suatu kebiasaan masyarakat tertentu. Pada perkembangan selanjutnya permainan tradisional sering dijadikan sebagai jenis permainan yang memiliki ciri kedaerahan asli serta disesuaikan dengan tradisi budaya setempat. Kejadiannya dilakukan baik secara rutin maupun sekali-kali dengan maksud untuk mencari hiburan dan mengisi waktu luang setelah terlepas dari aktivitas rutin seperti bekerja mencari nafkah, sekolah, dsb.

Rahmawati (2009: 2) permainan tradisional anak adalah proses melakukan kegiatan yang menyenangkan hati anak dengan mempergunakan alat sederhana sesuai dengan potensi yang ada dan merupakan hasil penggalian budaya setempat menurut gagasan dan ajaran turun temurun dari nenek moyang. Dari beberapa pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional engklek adalah salah satu jenis permainan kreatif yang dilakukan masyarakat secara turun-temurun dan merupakan hasil dari penggalian budaya lokal yang dapat dimainkan secara berkelompok atau minimal dua orang dengan mempergunakan alat sederhana sesuai dengan potensi yang ada.

2) Manfaat Permainan Tradisional

Permainan tradisional memiliki kekayaan tersendiri dibandingkan permainan modern yang sekarang sedang marak-maraknya. Selain menjadi

ciri khas budaya dan melestarikan nilai-nilai luhur didalamnya, permainan tradisional tetap dipilih di beberapa kalangan masyarakat khususnya anak-anak yang membutuhkan permainan yang dapat mengeksplor kebutuhan mereka. Permainan tradisional dikenal mempunyai banyak manfaat yang hingga saat ini masih tetap dilestarikan keberadaannya. Menurut Rahmawati (2009: 2) permainan tradisional dapat memberikan berbagai manfaat, diantaranya sebagai berikut:

a) Bagi pendidik dan pengelola PAUD

Manfaat permainan tradisional bagi pendidik dan pengelola PAUD adalah sebagai berikut:

- (1) Menambah, memperkaya, dan melengkapi metode pembelajaran yang sudah ada.
- (2) Memperkenalkan, melestarikan, sekaligus meningkatkan kecintaan terhadap warisan budaya bangsa dan nilai-nilai luhur yang terkandung di dalamnya, baik bagi dirinya sebagai seorang pendidik dan pengelola maupun bagi anak didiknya di tengah gencarnya pengaruh budaya dan teknologi modern.
- (3) Memberikan suasana belajar yang menyenangkan, dan memberikan keceriaan serta kegembiraan bagi anak sebagai proses kegiatan rangsangan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani anak.

b) Bagi anak didik

Adapun manfaat permainan tradisional bagi anak didik adalah sebagai berikut.

(1) Anak menjadi lebih kreatif

Permainan tradisional biasanya dibuat langsung oleh para pemainnya. Mereka menggunakan barang-barang, benda-benda, atau tumbuhan yang ada di sekitar para pemain. Hal itu mendorong mereka untuk lebih kreatif dalam menciptakan alat-alat permainan.

Selain itu, permainan tradisional tidak memiliki aturan secara tertulis. Biasanya, aturan yang berlaku, selain aturan yang sudah umum digunakan, ditambah dengan aturan yang disesuaikan dengan kesepakatan para pemain. Di sini juga terlihat bahwa para pemain dituntut untuk kreatif menciptakan aturan-aturan yang sesuai dengan keadaan mereka.

- (2) Bisa digunakan sebagai terapi terhadap anak yang memerlukan kondisi tersebut. Saat bermain, anak-anak akan melepaskan emosinya. Mereka berteriak, tertawa, dan bergerak.
- (3) Mengembangkan kecerdasan majemuk anak (*Multiple Intelligences*)

c) Bagi masyarakat umum

Permainan tradisional memiliki beberapa manfaat bagi masyarakat umum diantaranya adalah sebagai berikut.

- (1) Menggali dan mengenalkan kembali permainan tradisional bagi anak-anak, Sehingga permainan ini bisa terus dilestarikan dan tidak tergantikan oleh mainan dari luar.
- (2) Memberikan sarana bermain bagi anak yang mudah dan murah serta dapat menanamkan dan meningkatkan kecintaan pada budaya dan potensi lokal.
- (3) Menanamkan dan meningkatkan rasa kekeluargaan dan kebersamaan pada anak sejak dini.

3) Jenis-jenis Permainan Tradisional

Beberapa jenis permainan tradisional yang dapat dilakukan oleh anak TK antara lain: (Rahmawati, 2009: 4):

- 1) Permainan berpasangan: (a) Congklak; (b) Engklek; (c) Lompat Tali; (d) Enjot-enjotan; (e) Ucing Sumpit.
- 2) Permainan Individu: (a) Mobil-mobilan kulit jeruk; (b) Ayun-ayunan; (c) Anjang-anjangan; (d) Sosorodotan.

- 3) Permainan berkelompok: (a) Engklek; (b) Angklung; (c) Anjang-anjangan; (d) Pa cici cici putri; (e) Cacaburange; (f) Hayam jeung careuh; (f) Babancakan; (g) Ucing sumput.

4) Engklek

a) Pengertian Engklek

Pendapat Rahmawati (2009: 10) menyatakan bahwa engklek atau sondah adalah permainan meloncati garis dengan satu kaki, permainan ini di daerah Jawa Barat dan dari luar Jawa. Sedangkan menurut Dharmamulya (2008: 145) Permainan ini dinamakan juga engklek atau ingkling. Dinamakan demikian karena dilakukan dengan melakukan engklek, yaitu berjalan melompat dengan satu kaki.

Pendapat lain dipaparkan oleh Mulyati (2013: 46) bahwa dinamakan engklek karena bermainnya menggunakan satu kaki yang dalam bahasa jawa artinya '*engklek*'. Anak yang menyukai permainan sederhana ini biasanya perempuan. Tapi laki-laki pun begitu melihat bisa ikut bergabung bermain. Jumlah pemain engklek bebas, biasanya 2 sampai 5 anak. Tempat bermain tidak memerlukan pekarangan luas tetapi datar sehingga bisa dilakukan di halaman rumah.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa permainan engklek adalah permainan yang menggunakan media gambar persegi empat yang digambar di lantai ataupun di tanah yang cara memainkannya dengan cara melompati garis dengan satu kaki.

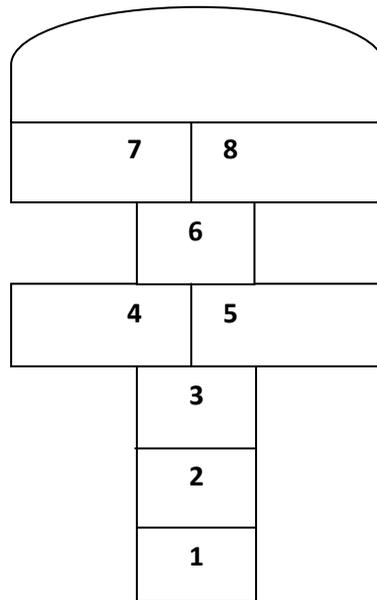
b) Cara Bermain Engklek

Permainan engklek mempunyai banyak jenis dan ragamnya. Pada penelitian ini yang akan digunakan adalah engklek jenis gunung yang biasanya ditemui di sekitar kita. Selain memiliki tingkat kesulitan yang rendah, engklek jenis ini bisa di kreasikan sesuai kebutuhan bermain.

Cara bermain engklek gunung menurut Aisyah (2014; 70) dimulai dengan pemain melempar pecahan genting (gacuk) kedalam busur nomor 3. Selanjutnya melompat dengan satu kaki (engkleng) pada kotak 1, 2, 3 dan *brok* bersamaan pada kotak 4 dan 5 (kaki kiri 4, kaki kanan 5), engkleng di

kotak 6, dan *brok* bersama lagi pada kotak 7 dan 8. Setelah itu, berbalik sambil '*brok*' pada kotak 8, dan 7.

Dilanjutkan jongkok mengambil pecahan genting sambil tetap menghadap ke belakang. Setelah dapat kembali engkleng di kotak 6 dan *brok* di kotak 5 dan 4. Lalu, kembali ke *start* dan engkleng lagi di kotak 3, 2, 1. Tahapan selanjutnya sama dengan tahapan engkleng yang pertama.



Gambar 2.4 Pola engklek gunung

c) Kecerdasan yang Dikembangkan dari Permainan Engklek

Permainan engklek dapat mengembangkan beberapa kecerdasan, di antaranya sebagai berikut.

- 1) Linguistik, permainan engklek dilakukan secara berkelompok sehingga anak dilatih untuk berbicara dan mendengarkan temannya (komunikasi).
- 2) Logika matematik, melalui permainan ini anak dilatih untuk menghitung jarak antara pijakan pertama dengan kotak berikutnya dan memperkirakan ayunan tangan yang tepat untuk melempar kojo agar tepat sasaran.
- 3) Intrapersonal, permainan engklek melatih anak bersikap sabar, tidak memaksa kehendak, bersikap tenang, serta merasa nyaman dan terbiasa dalam kelompok.

- 4) Interpersonal, permainan engklek dilakukan secara berpasangan/berkelompok sehingga anak dilatih untuk memiliki rasa toleransi dan empati terhadap perasaan temannya.
- 5) Visual-spasial, pada permainan ini anak belajar menghitung jarak lempar, memperkirakan luas bidang yang ada sehingga lemparan kojo tidak keluar.
- 6) Natural, alat permainan engklek dibuat dari benda-benda yang ada disekitar. Aktivitas ini mendekatkan anak terhadap alam sekitarnya sehingga anak lebih menyatu dengan alam.
- 7) Kinestetik, permainan ini dilakukan dengan cara melompat dengan satu maupun dua kaki kesana kemari, maju mundur di dalam kotak yang terbatas dan melatih keseimbangan tubuh.
- 8) Spiritual, pada permainan ini anak belajar mengikuti aturan main dan mau menerima akibat jika melakukan kesalahan (sportivitas). (Rahmawati, 2009: 9)

3. Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan di TK Tunas Rimba II Semarang tahun pelajaran 2014/2015 pada awal semester I bulan Agustus 2014. Subjek penelitian tindakan kelas disini adalah semua siswa kelompok B TK Tunas Rimba II tahun pelajaran 2014/2015 yang berjumlah 25 anak. Sumber data penelitian ini adalah kegiatan anak-anak kelompok B TK Tunas Rimba II Semarang. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan dokumentasi. Alat pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan kamera untuk mendokumentasikan kegiatan pembelajaran.

Analisis data dalam penelitian tindakan kelas ini menggunakan analisis deskriptif kualitatif. Indikator kinerja dalam penelitian ini adalah 81% dengan hasil kategori baik. Prosedur penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus dimana masing-masing siklus terdapat fase identifikasi masalah, rencana tindakan, pelaksanaan tindakan, observasi, analisis data dan refleksi. Pada siklus pertama dilakukan permainan engklek

secara individu dan sederhana sedangkan pada siklus kedua dilakukan secara berkelompok dan dilombakan.

Rencana aktivitas kegiatan siklus I dan II tersaji dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Kegiatan Siklus I dan II

Aktivitas	Siklus 1	Siklus 2
Perencanaan	a. Guru menyusun RKH dengan indikator (Fm 6) Melompat ke berbagai arah dengan satu/dua kaki	a. Guru menyusun RKH dengan indikator (Fm 6) Melompat ke berbagai arah dengan satu/dua kaki
	b. Guru membuat 2 pola engklek gunung dengan kapur tulis dihalaman	b. Guru membuat pola engklek dengan kapur tulis dihalaman sebanyak 2 gambar, bola dan keranjang
	c. Guru menyiapkan instrumen pengamatan	c. Guru menyiapkan instrumen pengamatan
Pelaksanaan	a. Guru mengkondisikan peserta didik.	a. Guru mengkondisikan peserta didik.
	b. Guru memberikan pengarahan dalam permainan engklek	b. Guru memberikan pengarahan dalam permainan engklek
	c. Guru menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan dan memberi contoh cara bermain engklek oleh guru.	c. Guru menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan dan memberi contoh cara bermain engklek oleh guru.
	d. Guru menempatkan anak di kedua gambar engklek secara urut dan bergantian.	d. Guru membagi 4 kelompok masing-masing 6 anak yang akan berlomba terlebih dahulu, anak lain menjadi suporter temannya yang sedang berlomba.
	e. Anak melakukan engklek satu persatu dimulai dari barisan yang pertama.	e. Guru memberikan aba-aba dimulainya perlombaan.
	f. Anak melakukan permainan engklek hingga semua mendapat jatah bermain.	f. Anak berlomba engklek dengan sebanyak-banyaknya mengambil bola dari keranjang.
	g. Guru menyemangati dan	g. Guru menyemangati dan

	memotivasi anak saat bermain.	memotivasi anak saat bermain.
		h. Permainan usai ketika waktu habis dan pemenang dipilih pada kelompok yang bermain mendapatkan paling banyak bola.
		i. Guru memberikan <i>reward</i> untuk tim yang berhasil memenangkan perombaan dan memotivasi untuk kelompok yang kalah.
Aktivitas	Siklus 1	Siklus 2
Observasi	a. Guru (teman sejawat) mengomentari guru (peneliti) dan siswa yang sedang beraktivitas dalam pembelajaran.	a. Guru mengawasi siswa yang sedang melakukan permainan engklek
	b. Guru (teman sejawat) mengomentari guru (peneliti) dan siswa sedang beraktivitas dalam pembelajaran.	b. Guru (teman sejawat) mengomentari guru peneliti dan siswa yang sedang beraktivitas dalam pembelajaran.
	c. Aspek yang diamati pada anak meliputi teknik melompat, ketepatan melompat, menyelesaikan permainan secara baik, keseimbangan tubuh, tidak terjatuh ketika bermain engklek, tidak ragu-ragu ketika bermain engklek, anak menikmati permainan engklek, memiliki kesiapan fisik yang baik.	c. Aspek yang diamati pada anak meliputi teknik melompat, ketepatan melompat, menyelesaikan permainan secara baik, keseimbangan tubuh, tidak terjatuh ketika bermain engklek, tidak ragu-ragu ketika bermain engklek, anak menikmati permainan engklek, memiliki kesiapan fisik yang baik.
Refleksi	Peneliti (penulis) mengoreksi keberhasilan penelitian tindakan kelas berdasarkan ketercapaian indikator kinerja. Apabila belum tercapai maka	Peneliti (penulis) mengoreksi keberhasilan penelitian tindakan kelas berdasarkan ketercapaian indikator kinerja. Apabila belum tercapai maka dilakukan siklus selanjutnya.

	dilakukan siklus selanjutnya	
--	------------------------------	--

B. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada kelompok B yang berjumlah 25 anak terdiri dari 7 anak laki-laki 18 anak perempuan. Sebelum melakukan tindakan kelas ini peneliti melakukan observasi terlebih dahulu mengenai masalah ini kurang lebih selama 2 bulan untuk mengetahui sampai mana kemampuan motorik kasar anak dalam hal keseimbangan tubuhnya ketika sedang melakukan pembelajaran fisik motorik atau sedang bermain dengan teman-temannya saat jam istirahat. Data penelitian yang diperoleh berupa data observasi dari hasil pengamatan dalam proses pembelajaran untuk masing-masing siklus.

Dalam penelitian tindakan kelas ini peneliti menggunakan tindakan yang terdiri dari 2 siklus. Data hasil observasi kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak pada TK Tunas Rimba II Semarang tersaji dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 2. Data Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunas Rimba

II

No	Hasil kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak	Data
1.	Bulatan penuh	4
2.	Bulatan kosong	14
3.	Tanda cek	7
4.	Nilai rata-rata kelas	1,6
5.	Jumlah anak tidak tuntas	21
6.	Jumlah anak tuntas	4
	Prosentase ketuntasan belajar	53,33 %

Siklus I dilaksanakan 4x pertemuan yaitu pada hari selasa 5 Agustus 2014 sampai Jumat 8 Agustus 2014. Pada siklus I peneliti menggunakan indikator: melompat ke berbagai arah dengan satu atau dua kaki (FM.5). Adapun kegiatan yang dilakukan selama proses pembelajaran pada siklus I

yang meliputi tahap perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi, diperoleh hasil rekapitulasi sebagai berikut:

Tabel 3. Siklus 1

No	Keterangan	Kondisi Awal	Siklus I
1	Ketuntasan	53,33 %	65,33 %
2	Kemampuan	-	Belum Berhasil

Siklus II juga dilaksanakan 4x pertemuan yaitu pada hari sabtu 9 Agustus 2014 sampai Rabu 13 Agustus 2014. Pada siklus II peneliti tetap menggunakan indikator: melompat ke berbagai arah dengan satu atau dua kaki (FM.5). Adapun kegiatan yang dilakukan selama proses pembelajaran pada siklus II yang meliputi tahap perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi, diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4. Siklus II

No	Keterangan	Kondisi Awal	Siklus I	Siklus II
1	Ketuntasan	53,33 %	65,33 %	83,17 %
2	Kemampuan	-	Belum Berhasil	Sudah Berhasil

Dalam siklus II ini terjadi peningkatan hasil belajar karena pendekatan yang dilakukan guru tepat kepada anak sehingga anak lebih bersemangat dan antusias dalam bermain. Berdasarkan analisis hasil observasi yang dilakukan diakhir siklus pada siklus II, siswa rata-rata mencapai 83,17% sehingga sudah mencapai indikator keberhasilan dalam penelitian ini. Anak terlihat sangat antusias dan bersemangat ditandai dengan kemampuan anak di lembar observasi, anak TK Tunas Rimba II Semarang meningkat kemampuan motorik kasarnya dalam hal keseimbangan tubuh, karena sudah mencapai atau memenuhi indikator kinerja maka penelitian ini dinyatakan berhasil dan tidak perlu dilaksanakan siklus berikutnya.

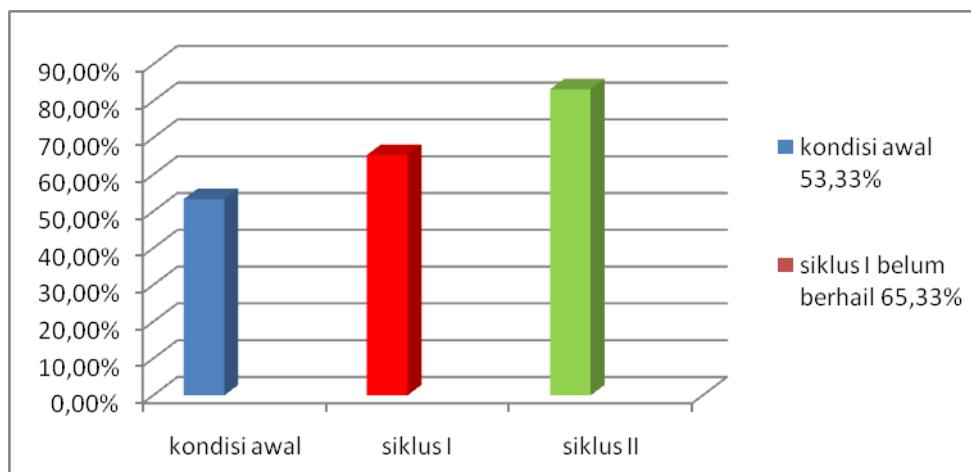
Berdasarkan penelitian pada siklus I dan II menunjukkan bahwa permainan engklek lebih diminati anak dibandingkan dengan kegiatan yang biasa-biasa saja didalam meningkatkan perkembangan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak kelompok B TK Tunas Rimba II Semarang

Tahun Pelajaran 2014/2015. Kesiapan fisik anak pada siklus I belum maksimal, anak masih merasa kesulitan dalam bermain. Kurang kepehaman anak dalam bertanya dan menjawab pertanyaan saat guru menjelaskan cara bermain engklek. Anak juga kurang memperhatikan sebelum kegiatan permainan engklek dimulai.

Secara umum persentase anak pada siklus I masih belum memenuhi indikator kinerja, berdasarkan kekurangan pada siklus I, guru membuat perencanaan yang lebih menarik pada siklus II. Hal ini dilakukan agar anak dapat menerima pembelajaran dengan maksimal. Guru mengajak anak untuk bermain dengan dilombakan. Hal ini dapat dilihat anak lebih senang kompetitif, antusias dan bersemangat, sehingga penilaian kemampuan anak dapat memenuhi indikator kinerja.

Pada siklus II tahap pelaksanaan guru dalam mengkondisikan anak sebelum pembelajaran dimulai sudah baik secara menyeluruh, dalam mempersiapkan media, dalam menyampaikan cara bermain 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 I pada siklus II ini dapat mencapai hasil yang cukup maksimal.

Berdasarkan tabel peningkatan perkembangan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak terhadap hasil dari permainan engklek dan peningkatan prosentase terhadap kemampuan anak pada kondisi awal, siklus I dan siklus II dapat digambarkan dengan grafik dibawah ini:



Gambar 1. Grafik Kondisi Awal, Siklus I dan Siklus II

Secara umum dapat disimpulkan bahwa permainan tradisional engklek dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak di kelompok B TK Tunas Rimba II Semarang tahun pelajaran 2014/2015.

C. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas dalam keseluruhan pembahasan dan analisis yang telah dilakukan dapat dibuktikan bahwa permainan tradisional engklek dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar (keseimbangan tubuh) pada anak kelompok B TK Tunas Rimba II Semarang tahun pelajaran 2014/2015. Hal tersebut ditandai dari peningkatan nilai rata-rata pada kondisi awal rata-rata hasil nilai anak 1,6 dengan persentase hasil belajar sebesar 53,33% kemudian pada siklus I rata-rata hasil belajar anak memperoleh nilai rata-rata 2 dan persentase 65,33 % sehingga dapat dikatakan terjadi peningkatan pada siklus I. Pada siklus II hasil belajar anak sebesar 2,5 dengan persentase meningkat menjadi 83,17 %. Dari hasil data tersebut maka indikator kinerja pada penelitian ini dapat dikatakan berhasil pada siklus II sehingga tidak diperlukan siklus III.

Berdasarkan analisis tersebut keseimbangan tubuh akan optimal sejalan dengan perkembangan motorik kasar anak, juga didukung oleh

pendapat Sujiono (2010: 1.13) bahwa pengembangan motorik kasar juga memerlukan koordinasi kelompok otot-otot tertentu yang dapat membuat mereka dapat meloncat, memanjat, berlari, manaiki sepeda roda tiga, serta berdiri dengan satu kaki. Gerakan motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki, dan seluruh tubuh anak. Penelitian ini dapat disimpulkan bahwa melalui permainan tradisional engklek dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar (keseimbangan tubuh) anak di TK Tunas Rimba II Semarang tahun pelajaran 2014/2015.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2008. *Evaluasi Program Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Badeni. 2013. *Kepemimpinan dan Perilaku Organisasi*. Bandung: ALFABETA.
- Darmayeti. 2013. Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Melalui Permainan Engklek Pada Anak Usia 5-6 Tahun. *Skripsi*. PAUD Universitas Tanjungpura Pontianak.
- Decaprio, Ricahrd. 2013. *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Yogyakarta: Divapress.
- Departemen Pendidikan Nasional. 2005. *Kamus Besar Bahasa Indonesia* Pusat Bahasa. Jakarta: Gramedia.
- Dharmamulya, Sukirman. dkk. 2008. *Permainan Tradisional Jawa*. Yogyakarta: kepel Press.
- Endang Rini Sukamti. 2007. *Diktat Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Fad, Aisyah. 2014. *Kumpulan Permainan Anak Tradisional*. Jakarta: Cerdas Interaktif.
- Hakim, Rohman Arif. 2013. Pengaruh Usia dan Latihan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Motorik Kasar Anak Tunagrahita Kelas bawah Mampu Didik Sekolah Luar Biasa. *Journal of Physical and Sport*. (<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>). Unduh 20 April 2014.
- Hildayani, Rini. 2006. *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Kreitner, Robert. 2014. *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba 4.
- Mahendra, Agus. 2005. *Permainan Anak dan Aktivitas Ritmik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Megarisna, Anggun. 2013. Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Permainan Tradisional Engklek Pada Peserta Didik Kelompok Bermain Pelangi Batang Tahun Ajaran 2012/2013. *Skripsi*. PAUD IKIP PGRI Semarang.

- Mulyani, Sri. 2013. *45 Permainan Tradisional Anak Indonesia*. Yogyakarta: Langensari Publishing.
- Permendiknas Nomor 58 tahun 2009. Jakarta: Kemendiknas.
- Puwaningsih. 2013. Upaya Meningkatkan Keseimbangan Tubuh Melalui Permainan Papan Titian Pada Anak Kelompok A TK Pembina Islam Primadana Islam Primadana Kota Semarang Tahun Pelajaran 2013/2014. *Skripsi*. PAUD IKIP PGRI Semarang.
- Rahmawati, Ami.2009. *Permainan Tradisional Untuk Anak Usia 4-3 Tahun*. Bandung.Sandiarta Sukses.
- Rahyubi, Heri. 2012. *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*. Majalengka: Referens.
- Soetjiningsih. 2012. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC.
- Subkhi, Akhmad. 2013. *Pengantar Teori dan Organisasi*. Jakarta: Prestasi Puastaka Raya.
- Sujiono, Yuliani Sujiono. 2009. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Macanan Jaya Cemerlang.
- Sujono, Bambang. Dkk. 2008. *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Wahyuningsih, Sri. 2009. *Permainan Tradisional Untuk Usia 4-5 Tahun*. Bandung: Sandiarta Sukses.