

**UPAYA MENINGKATKAN KESEIMBANGAN TUBUH ANAK MELALUI
PERMAINAN TRADISIONAL KELERENG SENDOK PADA
KELOMPOK B TK MARDISIWI II TUKSONGO
TEMANGGUNG TAHUN AJARAN 2015/2016**

**Iin Zuhriyah
Nila Kusumaningtyas**

Abstrak

Atas dasar permasalahan yang ditemukan TK Mardisiwi II Tuksongo Temang-gung diketahui bahwa masih banyak anak-anak yang mengalami gangguan keseimbangan tubuh saat bermain media permainan keseimbangan tubuh. Oleh sebab itu, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keseimbangan tubuh melalui permainan tradisional kelereng sendok pada anak kelompok B TK Mardisiwi II Tuksongo Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016. Penelitian ini berupa penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus dan setiap siklus terdapat tiga pertemuan dimana masing-masing siklus melalui tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Berdasarkan hasil analisis data, menunjukkan adanya peningkatan keseimbangan tubuh yang signifikan setelah siswa bermain media permainan tradisional kelereng sendok. Hasil yang diperoleh adalah 78,26% peningkatan keseimbangan tubuh pada siklus II dicapai oleh 18 anak dengan kriteria tinggi dibandingkan siklus sebelumnya yang hanya 5 anak yaitu sebesar 21,74%. Pada siklus II telah diperbaiki kualitas dengan cara melakukan permainan kelereng sendok dengan lintasan zig zag. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media permainan kelereng sendok sebagai pilihan alternative dalam pembelajaran gerak bagi anak kelompok B dapat membantu upaya peningkatan keseimbangan tubuh anak. Untuk itu disarankan kepada semua guru agar terus melakukan upaya untuk meningkatkan keseimbangan tubuh anak, dengan menerapkan berbagai inovasi pembelajaran secara variatif sebagai upaya untuk meningkatkan hasil belajar anak yang lebih baik.

Abstract

On the basis of the problems that founded by TK Mardisiwi II Tuksongo Temang-gung is known that there are still many children who have disorders of the body balance while playing the media of body balance game. Therefore, this study aims to improve the balance of the body through the traditional game of marbles spoon in group B kindergarten children Tuksongo Temanggung Mardisiwi II Academic Year 2015/2016. This research is a classroom action research conducted in two cycles, and every cycle there are three meetings in which each cycle through the stages of planning, implementation, observation, and reflection. Based on the results of data analysis, showed a significant increase in body balance after the student play a traditional game of marbles spoon. The results obtained are 78.26% increase in the balance of the body in the second cycle is achieved by 18 children with higher criteria than previous cycles were only five children in the amount of 21.74%. In the second cycle has improved quality by doing game of marbles spoon with zig zag path. It can be concluded that the use of marbles scoop as an alternative media in motion learning for children in group B can help to improve the balance of the child's body. It is

recommended to all teachers in order to continue to make efforts to improve the balance of the child's body, by applying a range of innovative learning varied in an effort to improve children's learning outcomes are better.

A. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Dalam hal yang berkaitan dengan Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional disebutkan bahwa pendidikan anak usia dini (PAUD) adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun yang dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki pendidikan lebih lanjut.

Selanjutnya pertumbuhan dan perkembangan anak dijelaskan dalam Permendikbud Nomor 137 tahun 2014 pasal 1 yaitu tentang Standar Tingkat Pencapaian Perkembangan Anak Usia Dini selanjutnya disebut STPPA adalah kriteria tentang kemampuan yang dicapai anak pada seluruh aspek perkembangan dan pertumbuhan, mencakup aspek nilai agama dan moral, fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial emosional serta seni.

Perkembangan fisik motorik khususnya keseimbangan tubuh anak juga termasuk usaha dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan tubuh anak melalui jenis-jenis aktivitas bermain yang mendukung. Melalui aktivitas bermain anak-anak mendapat kesempatan untuk melakukan kegiatan yang banyak melibatkan gerakan-gerakan tubuh, akan membuat tubuh anak menjadi sehat, Otot-otot tubuh anak tumbuh dan menjadi kuat selain itu anggota tubuh mendapat kesempatan untuk digerakkan.

Realita lapangan menunjukkan bahwa banyak dijumpai anak yang mengalami gangguan keseimbangan tubuh, terutama dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Seperti adanya anak sering terjatuh atau badan goyang saat harus angkat satu kaki bahkan berdiri tegak dalam waktu lama. Keberanian anak saat bermain media permainan dengan menggunakan keseimbangan tubuh masih kurang. Hal ini terlihat saat bermain papan titian, banyak anak yang belum mantap untuk menyeimbangkan tubuh sehingga sering terjatuh saat bermain dan masih

ragu-ragu untuk mencoba kembali setelah gagal. Anak kurang untuk latihan keseimbangan selama proses pembelajaran sehingga menjadikan kemampuan koordinasi keseimbangan pada gerakan fisik motorik anak kurang. Anak kurang antusias dalam mengikuti permainan *outdoor*. Hal ini terbukti bahwa anak merasa jenuh dengan jenis permainan *outdoor* yang monoton dan anak terlihat kurang aktif dalam mengikuti permainan dalam proses pembelajaran, hal ini terlihat anak kurang tertarik dengan permainan yang sering diulang-ulang guru serta seringnya mengerjakan lembar kerja dari pada bermain sehingga anak terpacu oleh pekerjaan lembar kerjanya.

Dari beberapa identifikasi masalah di atas, maka penelitian tindakan kelas ini hanya akan dibatasi pada upaya meningkatkan keseimbangan tubuh anak melalui permainan tradisional kelereng sendok pada kelompok B TK Mardisiwi II Teksong Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016.

Dapat dirumuskan permasalahan yang terjadi yaitu bagaimana upaya meningkatkan kemampuan keseimbangan tubuh anak melalui permainan tradisional kelereng sendok di kelompok B TK Mardisiwi II Teksong Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016.

Tujuan umum dalam kegiatan ini adalah untuk meningkatkan keseimbangan tubuh pada anak kelompok B TK Mardisiwi II Teksong Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016. Sedangkan tujuan khususnya adalah untuk meningkatkan keseimbangan tubuh melalui permainan tradisional kelereng sendok pada anak kelompok B TK Mardisiwi II Teksong Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016.

Berbagai upaya sudah dilakukan oleh pendidik untuk meningkatkan perkembangan motorik anak, terutama dalam hal keseimbangan tubuh. Namun, upaya tersebut belum mampu mencapai hasil yang optimal sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Upaya Meningkatkan Keseimbangan Tubuh Anak Melalui Permainan Tradisional Kelereng Sendok Pada Kelompok B TK Mardisiwi II Teksong Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016”.

2. Kajian Teori

a. Pengertian Keseimbangan Tubuh

Keseimbangan berasal dari kata “seimbang” yang mendapat imbuhan ke-an, seimbang memiliki arti setimbang, sebanding, setimpal; sama beratnya (kuatnya dsb), keseimbangan berarti keadaan seimbang (Poerwadarminta, 2005:440).

Menurut Samsudin (2008: 9) keseimbangan adalah suatu keadaan dimana tenaga yang berlawanan mampu menjaga pusat berat badan. Pendapat lain menurut Widiastuti (2011: 144) mendefinisikan keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat pada saat berdiri (*staticbalance*) atau pada saat melakukan gerakan (*dynamic balance*). Kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain: visual, telinga (rumah siput).

Beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa keseimbangan tubuh merupakan kemampuan untuk mempertahankan seimbang dalam berbagai posisi tubuh yang selalu berubah-ubah pada saat melakukan gerakan dimana tenaga yang berlawanan mampu menjaga pusat berat badan.

b. Jenis-jenis Keseimbangan

Menurut Sujiono (2008: 7.5 – 7.6) keseimbangan bisa diklasifikasikan menjadi 2 macam, yaitu keseimbangan statis dan keseimbangan dinamik. Keseimbangan statis adalah kemampuan mempertahankan posisi tubuh tertentu untuk tidak bergoyang atau roboh, sedangkan keseimbangan dinamik adalah kemampuan untuk mempertahankan tubuh agar tidak jatuh pada saat sedang melakukan gerakan.

c. Ketidakmampuan Mengatur Keseimbangan

Diketahui kurang dari 80% dari jumlah anak yang memiliki gangguan perkembangan juga mengalami kesulitan pada pengaturan keseimbangan tubuh. Pengaturan keseimbangan tubuh diperlukan anak untuk melakukan kegiatan-kegiatan yang lebih sulit dan kompleks. Anak-anak yang mengalami kesulitan dalam mengatur keseimbangan tubuhnya biasanya juga memiliki

kesulitan dalam mengontrol gerakan anggota tubuh sehingga terkesan gerakannya ragu-ragu dan tampak canggung.

Masalah pengaturan keseimbangan tubuh ini berhubungan dengan sistem *vertibular* atau sistem yang mengatur keseimbangan di dalam tubuh. Jika tidak segera ditangani, kesulitan ini akan dibawa terus oleh anak sampai saat mereka sekolah dan akan mengakibatkan masalah lain, yaitu dalam hal membaca dan menulis. Kemampuan membaca dan menulis pada dasarnya berhubungan dengan kemampuan untuk menangkap informasi oleh sistem keseimbangannya.

Anak yang mengalami masalah pada sistem *vertibular* memiliki kesulitan dalam menentukan objek yang bergerak di depan matanya. Efeknya ketika anak sudah belajar membaca, ia akan mengalami kesulitan melihat tulisan di satu paragraf, kesulitan dalam menyalin tulisan di papan tulis, serta kesulitan dalam membuat garis lurus. Sehingga untuk mendeteksi bahwa anak mengalami kesulitan dalam pengaturan keseimbangan tubuhnya, hal yang harus dilakukan adalah dengan memperhatikan anak ketika sudah menguasai beberapa keterampilan motorik sesuai dengan usianya dengan baik. Jika anak belum mampu, dengan memberi kesempatan kepada anak untuk memperoleh latihan selama beberapa waktu karena ada kemungkinan kecanggungan/keragu-raguannya dalam bergerak disebabkan kurangnya anak melatih keterampilannya tersebut (Hildayani, 2006: 8.21).

Kemampuan keseimbangan tubuh dapat distimulasi dengan berbagai permainan. Contoh permainan yang dapat mengembangkan kemampuan keseimbangan tubuh anak seperti letakkan sebuah buku di atas kepala masing-masing anak. suruhlah mereka berjalan dengan santai dan rileks seperti penjual sate keliling yang menjajakan dagangannya. Jagalah supaya buku tidak jatuh. Permainan keseimbangan bisa pula dilakukan dengan bantuan alat lain seperti berusaha menjaga agar penggaris tetap berdiri di atas telapak tangan. Atau bisa pula dengan permainan sendok kelereng. Setiap anak menaruh sendok pada mulutnya dan sebuah kelereng diletakkan pada sendok tersebut. Mintalah anak berjalan lurus ke depan sambil menjaga agar kelereng tidak jatuh (Martuti, 2009: 148).

d. Latihan Keseimbangan

Bagi anak-anak TK, latihan keseimbangan dapat diberikan mulai dari yang ringan dan sederhana, kemudian yang lebih berat dan sukar. Pendapat menurut Sujiono (2009: 11.14) cara latihannya, antara lain:

a. Latihan berdiri pada satu kaki

- 1) Sikap permulaan, anak berdiri tegak dengan kedua kaki rapat dan kedua tangan bebas.
- 2) Gerakannya
 - a) Anak berdiri pada salah satu kaki dengan tumit diangkat, kaki yang lain bebas pertahankan sikap ini selama 8 hitungan, setelah itu ganti kaki.
 - b) Anak berdiri pada salah satu kaki dengan tumit diangkat. Kaki yang lain diangkat ke depan dengan lutut ditekuk, ujung kaki menuju ke bawah. Pertahankan sikap ini selama 5 - 7 hitungan, kemudian ganti kaki.
 - c) Berdiri pada salah satu kaki, kaki yang lain diangkat dan telapak kakinya diletakkan pada lutut bagian dalam, kedua tangan di pinggang, dan mata dipejamkan. Tahan selama 5 - 7 hitungan, kemudian ganti kaki.

b. Membentuk sikap kapal terbang

- 1) Sikap permulaan, anak berdiri tegak dengan kedua kaki rapat.
Gerakannya, rentangkan kedua lengan ke samping lurus, kemudian bungkukkan badan ke depan, angkat salah satu kaki ke belakang lurus hingga seluruh badan dan kaki membentuk satu garis lurus, kaki tumpuan harus tetap lurus. Pertahankan sikap ini selama 3 - 7 hitungan, kemudian setelah itu berganti kaki.

e. Aplikasi Teori Keseimbangan

Menurut Decaprio (2013: 182-185) keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan gerakan, tingkah laku, sikap dan konsentrasi otak ketika melakukan praktik pembelajaran motorik. Dalam pembelajaran motorik, keseimbangan juga bisa dimaknai sebagai kemampuan

untuk mempertahankan pusat gravitasi pada bidang tumpu, terutama saat posisi tegak. Selain itu keseimbangan juga diartikan sebagai kemampuan untuk mempertahankan gerakan motorik dalam posisi keseimbangan maupun dalam keadaan statis atau dinamis, serta menggunakan aktivitas otot yang minimal.

Kemampuan menyeimbangkan gerakan motorik tubuh dengan hal yang dilakukan dalam pembelajaran motorik akan membuat para siswa mampu beraktivitas secara efektif dan efisien. Keseimbangan dalam pembelajaran motorik dibagi menjadi dua kelompok berikut:

- a. Keseimbangan statis, yaitu kemampuan seorang siswa dalam menjaga keseimbangan pada posisi tetap.
- b. Keseimbangan dinamis, yaitu kemampuan seorang siswa dalam mempertahankan keseimbangan ketika bergerak.

f. Pengertian Permainan Tradisional Kelereng Sendok

James Danandjaja dalam Achroni (2012: 45) mendefinisikan permainan tradisional adalah salah satu bentuk yang berupa permainan anak-anak, yang beredar secara lisan diantara anggota kolektif tertentu, berbentuk tradisional dan diwarisi turun-temurun, serta banyak mempunyai variasi. Sifat atau ciri dari permainan tradisional anak adalah sudah tua usianya, tidak diketahui asal-usulnya, siapa penciptanya, dan dari mana asalnya. Biasanya disebarakan dari mulut ke mulut dan kadang-kadang mengalami perubahan nama atau bentuk meskipun dasarnya sama. Jika dilihat dari akar katanya, permainan tradisional tidak lain adalah kegiatan yang diatur oleh suatu peraturan permainan yang merupakan pewarisan dari generasi terdahulu yang dilakukan manusia (anak-anak) dengan tujuan mendapat kegembiraan.

Pendapat lain menurut Simon dan Saputra (2007: 142) permainan tradisional adalah permainan yang dilakukan oleh orang-orang tempo dahulu yang berasal dari kebiasaan masyarakat dalam mengisi waktu luang dengan tujuan untuk mencari kesenangan. Pada umumnya permainan tradisional dilakukan oleh anak-anak, karena dunia mereka adalah bermain dan memiliki berbagai imajinasi.

Menurut Achroni (2012: 91) kelereng merupakan jenis mainan yang umumnya sudah sangat tua. Mainan ini telah dikenal sejak Zaman Mesir Kuno,

tahun 3000 sebelum masehi. Pada zaman itu kelereng dibuat dari batu atau tanah liat. Sementara itu, kelereng tertua koleksi *The British Museum* di London berasal dari tahun 2000-1700 SM. Kelereng tersebut ditemukan di kreta pada situs *Minoanof petsofa* dan saat ini umumnya kelereng dibuat dari kaca.

Permainan kelereng sendok yang didefinisikan oleh Husna (2009: 167) yaitu setiap pemain berdiri sejajar di garis start. Masing-masing dari mereka dibekali satu buah sendok dan sebutir kelereng. Pemain menggigit gagang sendok dalam mulut, kemudian sebuah kelereng ditaruh di atas daun sendok tersebut. Setelah aba-aba dibunyikan, setiap pemain berjalan dengan membawa sendok berisi kelereng tersebut hingga ke garis akhir tanpa terjatuh. Jika di tengah perjalanan kelereng jatuh dari sendok maka pemain tersebut harus mengulanginya kembali dari awal.

Jadi dapat disimpulkan bahwa permainan kelereng sendok merupakan permainan yang turun temurun dari nenek moyang yang sering dimainkan oleh anak-anak zaman dulu dengan cara membawa kelereng dengan sendok dimulut dipasang terbalik, gagangnya yang digigit sementara ujung sendok sebagai tempat untuk menyimpan kelereng.

g. Manfaat Permainan Tradisional

Permainan tradisional sebagai salah satu wujud budaya yang diwariskan secara turun-temurun dari satu generasi ke generasi berikutnya, dalam Achroni (2012: 45-48) permainan tradisional memiliki berbagai kelebihan dan manfaat, antara lain:

- a) Tidak memerlukan biaya untuk memainkannya
- b) Melatih kreativitas anak
- c) Mengembangkan kecerdasan sosial dan emosional anak
- d) Mendekatkan anak-anak pada alam
- e) Sebagai media pembelajaran nilai-nilai
- f) Mengembangkan kemampuan motorik anak
- g) Bermanfaat untuk kesehatan
- h) Mengoptimalkan kemampuan kognitif anak
- i) Memberikan kegembiraan dan keceriaan

- j) Dapat dimainkan lintas usia
- k) Mengasah kepekaan seni anak

h. Cara Bermain Kelereng Sendok

Cara bermain kelereng sendok dalam Astuti (2010: 83-84) yaitu:

- a. Siapkan lajur-lajur lintasan beserta garis *start* dan *finish*nya dengan menggunakan kapur tulis atau semacamnya. Jumlah lajur lintasan disesuaikan dengan jumlah peserta yang akan bermain permainan akan lebih menarik jika model lintasan dibuat berkelok-kelok.
- b. Tiap peserta berdiri di garis *start* dengan menggigit pangkal sendok makan di mulutnya. Sedangkan ujung sendok makan yang berbentuk sekop diisi dengan kelereng.
- c. Ketika aba-aba mulai telah dibunyikan, tiap peserta akan memulai bermain kelereng sendok mencapai garis finish.
- d. Barang siapa yang keluar jalur atau menjatuhkan kelereng dari ujung sendok yang ia gigit, maka ia harus mengulanginya lagi dari garis *start*.

3. Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan di TK Mardisiwi II Teksongo Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016 pada awal semester I. Subjek penelitian tindakan kelas disini adalah semua siswa kelompok B TK Mardisiwi II Teksongo Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016 yang berjumlah 23 anak. Sumber data penelitian ini adalah kegiatan anak-anak kelompok B TK Mardisiwi II Teksongo Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016. 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 keberhasilan penelitian tindakan kelas ini yaitu: diharapkan 75% anak di TK Mardisiwi II Teksongo Temanggung setelah mengikuti proses pembelajaran dengan menggunakan bermain kelereng sendok menjadi lebih baik yang ditandai dengan aktivitas siswa dalam kategori baik di lembar observasi. Prosedur dalam Penelitian tindakan kelas ini akan dilaksanakan

dalam dua kali siklus penelitian, siklus pertama yang terdiri dari minimal tiga kali pertemuan dan kedua juga minimal tiga kali pertemuan. Pada pelaksanaan siklus pertama tidak berhasil, maka dilanjutkan dengan siklus kedua, terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi. Adapun bagan serta rencana aktivitas yang akan dilakukan sebagai berikut:

Tabel 1. Rencana Aktivitas Siklus I dan Siklus II

Kegiatan	Siklus I	Siklus II
Perencanaan	<ul style="list-style-type: none"> a. Guru menyusun Rencana Kegiatan Harian (RKH), dengan indikator fisik motorik kasar dalam melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan. b. Guru mempersiapkan pengaturan tempat yang akan di gunakan dalam permainan. c. Guru menyiapkan instrumen pengamatan. 	<ul style="list-style-type: none"> a. Guru menyusun Rencana Kegiatan Harian (RKH), dengan indikator fisik motorik kasar dalam melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan. b. Guru mempersiapkan pengaturan tempat yang akan di gunakan dalam permainan. c. Guru menyiapkan instrumen pengamatan.
Pelaksanaan	<ul style="list-style-type: none"> a. Guru mengondisikan peserta didik. b. Guru memberikan apersepsi /pengantar untuk mengaitkan materi. c. Guru menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan dan memberi contoh cara bermain kelereng sendok oleh guru. d. Guru menempatkan anak di depan garis lurus secara urut dan bergantian. e. Guru mempersilahkan anak untuk memulai bermain kelereng sendok dimana masing-masing pemain menggigit gagang sendok dengan kelerengnya dan dapat membawa kelereng tanpa terjatuh sampai garis finish pada garis lurus. f. Guru memantau keseimbangan tubuh anak, memberikan semangat pada anak serta memotivasi anak saat bermain. 	<ul style="list-style-type: none"> a. Guru mengondisikan peserta didik. b. Guru memberikan apersepsi /pengantar untuk mengaitkan materi. c. Guru menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan dan memberi contoh cara bermain kelereng sendok oleh guru. d. Guru menempatkan anak di depan garis zig-zag secara urut dan bergantian. e. Guru mempersilahkan anak untuk memulai bermain kelereng sendok dimana masing-masing pemain menggigit gagang sendok dengan kelerengnya dengan tanpa terjatuh sampai garis finish pada garis zig-zag. f. Guru memantau keseimbangan tubuh anak, memberikan semangat pada anak serta memotivasi anak saat bermain.

Kegiatan	Siklus I	Siklus II
Observasi	Observasi dilakukan dengan melibatkan teman sejawat/guru dengan menggunakan lembar observasi. Adapun aspek yang diobservasi meliputi: b. Aktivitas siswa meliputi keseimbangan statis, keseimbangan dinamis serta menggerakkan badan dan kaki dalam rangka keseimbangan dan koordinasi.	Observasi dilakukan dengan melibatkan teman sejawat/guru dengan menggunakan lembar observasi. Adapun aspek yang diobservasi meliputi: a. Aktivitas siswa meliputi keseimbangan statis, keseimbangan dinamis serta menggerakkan badan dan kaki dalam rangka keseimbangan dan koordinasi.
Refleksi	Peneliti (penulis) mengoreksi keberhasilan penelitian tindakan kelas berdasarkan ketercapaian indikator kinerja. Apabila belum tercapai maka dilakukan siklus selanjutnya.	Peneliti (penulis) mengoreksi keberhasilan penelitian tindakan kelas berdasarkan ketercapaian indikator kinerja. Apabila belum tercapai maka dilakukan siklus selanjutnya.

B. PEMBAHASAN

1. Hasil

Kondisi awal yang diamati oleh peneliti ternyata ditemukan bahwa anak-anak Kelompok B TK Mardisiwi II Tuksongo Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016 memiliki tingkat keseimbangan tubuh yang masih rendah. Diperoleh data pada kondisi awal dari kegiatan anak bermain bebas. Hasil pada kondisi awal ini bisa dilihat pada tabel berikut :

Tabel 2. Kondisi Awal Kemampuan Keseimbangan Tubuh Anak

Indikator	Nilai	Jumlah anak	Presentase	Keterangan
Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan	• (3)	3	13,04%	Baik
	√ (2)	5	21,74%	Cukup
	o (1)	15	65,22%	Kurang

Pada siklus I, didapatkan peningkatan keseimbangan tubuh pada anak yaitu mendapatkan nilai (•) berjumlah 5 anak dengan presentase 21,74% yang termasuk kategori baik (B), dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 3. Hasil Peningkatan Keseimbangan Tubuh Anak Pada Siklus I

Indikator	Nilai	Presentase Per-pertemuan						Keterangan
		I		II		III		
		Jumlah anak	%	Jumlah anak	%	Jumlah anak	%	
Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan	•	3	13,04	3	13,04	5	21,74	Baik
	√	5	21,74	8	34,78	9	39,13	Cukup
	o	15	65,22	12	52,17	9	39,13	Kurang
	Jumlah		100		100		100	

Bila dibandingkan dengan siklus II, maka bisa dilihat terjadinya peningkatan keseimbangan tubuh anak pada tabel berikut :

Tabel 4. Hasil Peningkatan Keseimbangan Tubuh Anak Pada Siklus II

Indikator	Nilai	Presentase Per-pertemuan						Keterangan
		I		II		III		
		Jumlah anak	%	Jumlah anak	%	Jumlah anak	%	
Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan	•	5	21,74	10	43,48	18	78,26	Baik
	√	7	30,43	12	52,17	5	21,74	Cukup
	o	11	47,83	1	4,35	0	0	Kurang
	Jumlah		100		100		100	

kelincahan								
------------	--	--	--	--	--	--	--	--

Berdasarkan pada tabel 4 dapat diketahui bahwa pada siklus II ini, semua aspek yang dinilai telah memenuhi target yang telah ditetapkan yaitu minimal 17 orang dari 23 anak (75%) sudah memenuhi keseimbangan minimum yang ditargetkan. Siswa yang mendapat nilai (●) berjumlah 18 siswa dengan presentase 78,26% yang termasuk kategori baik (B), siswa yang mendapat nilai (√) berjumlah 5 siswa dengan presentase 21,74% yang termasuk kategori cukup (C), sedangkan siswa yang mendapat nilai (o) berjumlah 0 dengan presentase 0% yang termasuk kategori kurang. Hasil belajar anak pada siklus II ini telah melebihi indikator kinerja yang diharapkan yaitu sebesar 75% siswa yang mendapatkan nilai baik. Gambaran perbandingan hasil peningkatan keseimbangan tubuh anak pada pra siklus, siklus I, dan siklus II dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Rekapitulasi Perbandingan Hasil Belajar Anak Semua Siklus

Indikator	Nilai	Uraian Kegiatan			Keterangan
		Pra Siklus	Siklus I	Siklus II	
Melakukan gerakan tubuh secara terkoordinasi untuk melatih kelenturan, keseimbangan, dan kelincahan	●	3	5	18	Baik
	Presentase	13,04%	21,74%	78,26%	
	Tingkat Keberhasilan	-	Belum Berhasil	Sudah Berhasil	

2. Pembahasan

Berdasarkan penelitian pada siklus I dan siklus II menunjukkan bahwa bermain dengan media permainan kelereng sendok cukup diminati anak dibanding kegiatan yang biasa-biasa saja dalam meningkatkan keseimbangan tubuh anak kelompok B TK Mardisiwi II Teksong Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016. Hal ini salah satunya dikarenakan permainan tradisional kelereng sendok

merupakan media baru yang belum pernah mereka coba untuk bermain dalam rangka meningkatkan keseimbangan tubuh.

Pada siklus I, keaktifan anak belum maksimal. Anak masih merasa kesulitan dalam mengontrol keseimbangan tubuhnya karena tubuh mereka masih sering kaku saat berjalan dilintasan permainan kelereng sendok. Sehingga keadaan tersebut sangat mempengaruhi kestabilan kelereng yang berada di dalam sendok yang sedang digigit siswa sambil berjalan. Kondisi lingkungan yang ramai dengan aktivitas istirahat siswa tingkat SD saat anak bergiliran melakukan aktivitas bermain permainan tradisional kelereng sendok dapat membuat pecahnya konsentrasi yang dimiliki anak sehingga cenderung cepat saat berjalan pada lintasan permainan tradisional kelereng sendok tanpa menghiraukan dampak ketidakstabilan kelereng yang berada di dalam sendok.

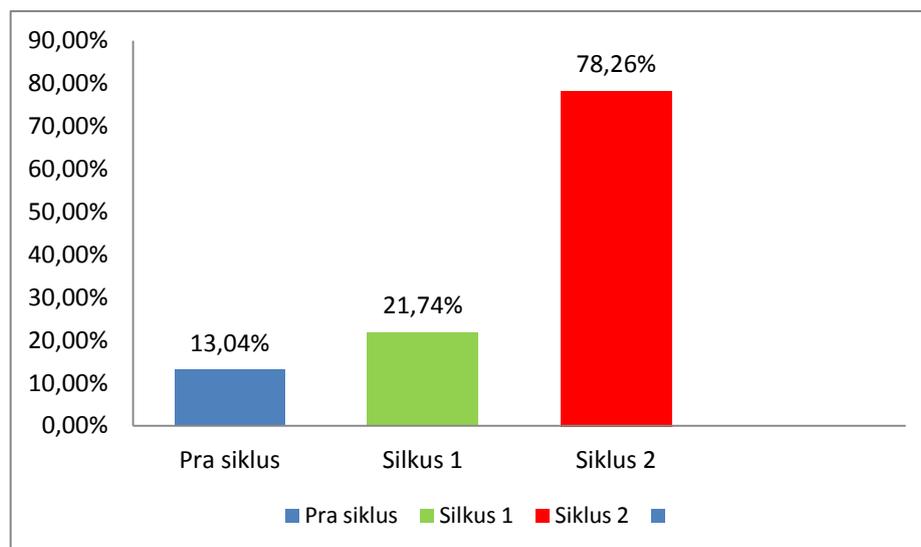
Secara umum presentase anak pada siklus I masih belum memenuhi indikator kinerja yang diharapkan. Berdasarkan kekurangan pada siklus I, kemudian guru membuat perencanaan yang lebih berkualitas pada siklus II yaitu dengan mengubah lintasan permainan dengan garis zig-zag. Hal ini dilakukan agar anak dapat menerima pembelajaran dengan maksimal.

Pada siklus II ditahap pelaksanaan, guru dalam mengkondisikan anak sebelum pembelajaran dimulai sudah baik secara menyeluruh, dalam mempersiapkan media dan menyampaikan apersepsi dapat diterima anak dengan baik, demikian pula dengan penyampaian tujuan kegiatan sudah sesuai dengan indikator yang dituangkan dalam bentuk RKH (Rencana Kegiatan Harian). Hampir seluruh anak aktif dalam mengikuti kegiatan pada siklus I dan pada siklus II ini mereka juga dapat mengikuti dengan hasil yang cukup maksimal, yang ditandai dengan: (1) ketika anak berjalan, arah kepala menghadap ke depan, pandangan mata lurus ke depan mengikuti arah kepala, (2) emosi anak tenang ditunjukkan dengan raut muka tidak tegang/gelisah, (3) kondisi bahu tetap pada sentral dan rileks, (4) posisi tangan tetap normal berada disamping badan, (5) anak berhasil mempertahankan pusat masa tubuh di tengah (badan stabil, posisi tegak, tidak limbung ke kanan/ke kiri), (6) kaki berayun berlawanan secara teratur meninggalkan permukaan lantai dengan jari kaki menapak di atas, (7) anak

mengusai keseimbangan badannya yang ditandai dengan anak tidak mudah menjatuhkan kelereng saat berjalan.

Berdasarkan tabel 5 tentang peningkatan keseimbangan tubuh anak terhadap hasil dari permainan kelereng sendok dan peningkatan presentase terhadap kemampuan anak pada kondisi awal, siklus I, siklus II dapat digambarkan dengan grafik di bawah ini:

Grafik 1 Peningkatan Keseimbangan Tubuh Anak Antar Siklus



C. PENUTUP

1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas dalam keseluruhan pembahasan dan analisis yang telah dilakukan dapat dibuktikan bahwa permainan tradisional kelereng sendok dapat meningkatkan keseimbangan tubuh pada anak kelompok B TK Mardisiwi II Tuksongo Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016. Hal tersebut ditandai dari peningkatan keseimbangan tubuh pada anak dilihat dari kondisi awal hanya mencapai 13,04% sebanyak 3 anak dengan tingkat keberhasilan “belum berhasil”. Hasil peningkatan keseimbangan tubuh pada siklus I yang mendapat nilai baik naik menjadi 5 anak dengan presentase 21,74% dengan tingkat keberhasilan “belum berhasil”. Hasil peningkatan pada siklus II menunjukkan peningkatan dan yang mendapat nilai baik naik menjadi 18 anak dengan presentase 78,26% dengan tingkat keberhasilan “sudah berhasil”. Dari hasil data

tersebut maka indikator kinerja pada penelitian ini dapat dikatakan berhasil pada siklus II sehingga tidak diperlukan siklus III.

Penelitian ini didukung oleh teori Martuti (2009: 148) yang menyatakan bahwa Kemampuan keseimbangan tubuh dapat distimulasi dengan berbagai permainan. Dimana permainan keseimbangan bisa pula dilakukan dengan bantuan alat lain seperti berusaha menjaga agar penggaris tetap berdiri di atas telapak tangan. Atau bisa pula dengan permainan sendok kelereng. Setiap anak menaruh sendok pada mulutnya dan sebuah kelereng diletakkan pada sendok tersebut. Mintalah anak berjalan lurus ke depan sambil menjaga agar kelereng tidak jatuh. penelitian ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian yang berbunyi melalui permainan tradisional kelereng sendok dapat meningkatkan keseimbangan tubuh anak Kelompok B TK Mardisiwi II Tuksongo Temanggung Tahun Ajaran 2015/2016 sehingga penelitian ini diterima kebenarannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Achroni, Keen. 2012. *Mengoptimalkan Tumbuh Kembang Anak Melalui Permainan Tradisional*. Jogjakarta: Javalitera.
- Arikunto, Suharsimi dan Cepi Safruddin Abdul Jabar. 2009. *Evaluasi Program Pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Astuti, Arini Yuli. 2010. *Kumpulan Games Cerdas Dan Kreatif*. Yogyakarta: Pustaka Anggrek.
- Decaprio, Richard. 2013. *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Yogyakarta: Divapress.
- Fad, Aisyah. 2014. *Kumpulan Permainan Anak Tradisional Indonesia*. Jakarta Cerdas Interaktif.
- Hildayani, rini dkk. 2009. *Psikologi Perkembangan Anak*. Jakarta Universitas Terbuka.
- Husna. 2009. *100 + Permainan Tradisional Indonesia untuk Kreativitas, Ketangkasan, dan Keakraban*. Yogyakarta : C.V Andi Offset.
- Kunandar. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT Rajawali Pers.
- Martuti. 2009. *Mendirikan dan Mengelola PAUD*. Yogyakarta: Kreasi Wacana.

- Mutiah, Diana. 2012. *Psikologi Bermain Anak Usia Dini*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 137 Tahun 2014 tentang Standar Nasional Pendidikan Anak Usia Dini.
- Pratiwi, Yhana dan M. Kristanto. 2014. *e-jurnal.upgrismg.ac.id/index.php/paudia/article/download/513/466*. Diunduh pada 30 Maret 2015 pukul 06.46.
- Pratiwi, Wiwik Chandra dan Muniroh Munawar. 2014. *e-jurnal.upgrismg.ac.id/index.php/paudia-/article/download/518/471*. Diunduh pada 30 Maret 2015 pukul 06.50.
- Poerwadarminta. 2005. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Purwanto. 2008. *Metodelogi Penelitian Kuantitatif untuk Psikologi dan Pendidikan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Rachmi, Tetty, dkk. 2005. *Keterampilan Musik Dan Tari*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Motorik Di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Litera Prenada Media Group.
- Saputra, Yudha, dan Rudyanto. 2005. *Pembelajaran Kooperatif untuk Meningkatkan Keterampilan Anak TK*. Jakarta: Direktur Pembinaan Pendidikan Tenaga Kependidikan dan Ketenagaan Perguruan Tinggi.
- Simon, Rochdi dan Yudha Saputra. 2007. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung: UPI Press.
- Siska. 2012. *Aneka Permainan Outbond Untuk Kecerdasan dan Kebugaran*. Yogyakarta: Bintang Cemerlang.
- Sujiono, Bambang dkk. 2008. *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sujiono, Yuliani Nurani. 2009. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: PT Indeks.
- Supriyo, Agus. 2009. *112 Permainan Kreatif Untuk Memotivasi Anak*. Jakarta: Pustaka Bina Swadaya.
- Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.