

Peningkatan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Fantasi

Yeni Setiawati

Institut Agama Islam Negeri Curup
yeniapik@gmail.com

Abstract

Problems of this thesis do with fantasy gymnastic can uplift skill harsh motorik at group child of B1 TK Negeri Pembina Selupu Rejang?. As for intention of this research that is to increase skill of harsh motorik through fantasy gymnastic at group child of B1 TK Negeri Pembina Selupu Rejang. With this research subjek group of B TK Negeri Pembina Selupu Rejang amounting to 20 one who consist of 10 daughter and 10 boy. This research consist of two cycle. Analysis technique the used by using simple statistical in the form of percentage. From result of obtained to research happened the make-up of result of ability of this matter fantasy gymnastic seen at cycle 1 I ability of child fantasy gymnastic only 7 child people from 20 child people with average value 64,75%, while cycle of II this researcher add technique that is with fantasy gymnastic according to story to be child become more motivated again, its result ability of child fantasy mount that is 17 child people with average value 81.5%. From result of this research can be concluded that with activity of fantasy gymnastic can improve domination of harsh motorik of child.

Keywords: Early Childhood, Harsh Motorik, Education, Gymnastic Fantasy, Children Development

Abstrak

Masalah dalam penelitian ini adalah apakah dengan senam fantasi dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar pada anak kelompok B1 TK Pembina Selupu Rejang?. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah yaitu untuk meningkatkan keterampilan motorik kasar melalui senam fantasi pada anak kelompok B1 TK Pembina Selupu Rejang. Dengan subjek penelitian ini adalah kelompok B TK Negeri Pembina Selupu Rejang yang berjumlah 20 orang yang terdiri dari 10 anak perempuan dan 10 anak laki-laki. Penelitian ini terdiri dari dua siklus. Teknik analisis yang digunakan adalah dengan menggunakan data statistik sederhana berupa persentase. Dari hasil penelitian yang diperoleh terjadi peningkatan hasil kemampuan senam fantasi hal ini terlihat pada siklus I pertemuan pertama perkembangan motorik kasar hanya 47%. Pertemuan kedua 59.25% dan pertemuan ketiga 64.75%. Sedangkan siklus II ini peneliti menambah teknik yaitu dengan senam fantasi menurut cerita agar anak menjadi lebih bersemangat lagi, hasilnya kemampuan fantasi anak meningkat menjadi

81.5%. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa dengan kegiatan senam fantasi dapat meningkatkan penguasaan motorik kasar anak.

Kata kunci: *Anak Usia Dini, Motorik Kasar, Pendidikan, Senam Fantasi, Perkembangan Anak*

A. PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah anak yang berusia 0-6 tahun dimana pada usia tersebut anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat atau disebut dengan masa keemasan (golden age). Pada usia tersebut anak mulai peka sehingga bagus untuk diberikan stimulasi supaya pertumbuhan dan perkembangan anak berkembang dengan baik.

Pendidikan anak usia dini ini bukan lagi wacana. Sejak hadirnya UU Nomor 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, PERMEN nomor 58 tahun 2009 tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), dan PP nomor 27 Tahun 1990 tentang Pendidikan Prasekolah, tergambar jelas bahwa Taman Kanak-kanak merupakan salah satu bentuk pendidikan anak usia dini pada jalur pendidikan formal. Sebagai tunas bangsa dan penerus generasi cita-cita perjuangan bangsa perlu mendapatkan posisi yang strategis dalam pembangunan.

Taman Kanak-Kanak (TK) adalah pendidikan anak usia dini jalur formal yang menyelenggarakan pendidikan anak usia 4-6 tahun. Usia tersebut merupakan masa usia emas (golden age) bagi anak dalam menerima berbagai upaya pengembangan seluruh potensi dirinya. Masa tersebut adalah masa terjadinya kematangan fungsi dan psikis yang merespon stimulasi yang diberikan oleh lingkungan untuk mendasari pengembangan kemampuan fisik, kognitif, bahasa, sosial, emosional, konsep diri, disiplin, kemandirian, seni, moral dan nilai-nilai agama. Oleh karena itu dibutuhkan kondisi dan stimulasi yang sesuai dengan kebutuhan anak agar pertumbuhan dan perkembangannya tercapai secara optimal (Permendikbud 2011).

Kita ketahui juga bahwa dunia anak adalah dunia bermain, bermain merupakan faktor yang paling berpengaruh dalam periode perkembangan diri anak, meliputi dunia fisik, sosial, sistem komunikasi. Bermain berkaitan erat dengan pertumbuhan anak (Garvey, 1990) dalam (Musfiroh, 2008 : 6). Pada masa anak-anak bermain merupakan landasan bagi perkembangan mereka karena bermain merupakan bagian dari perkembangan sekaligus energi perkembangan itu sendiri.

Terdapat hubungan yang saling mempengaruhi antara kebugaran tubuh, keterampilan motorik dan kontrol motorik, keterampilan motorik anak tidak akan berkembang tanpa adanya kematangan kontrol motorik. Kontrol motorik anak tidak optimal tanpa kebugaran tubuh tidak akan tercapai tanpa latihan fisik. Untuk mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki anak dapat dilakukan berbagai cara, salah satunya dengan senam. Dengan begitu keterampilan motorik kasar anak berkembang dengan kondisi badan semakin sehat karena bergerak, anak juga akan lebih mandiri dan percaya diri yang dapat mempengaruhi keterampilan sosial positif.

Peran pendidik (guru, orang tua, dan orang dewasa lainnya) sangat diperlukan dalam upaya pengembangan potensi anak 4-6 tahun. Upaya pengembangan tersebut harus dilakukan melalui kegiatan belajar dengan bermain, sesuai dengan karakteristik anak usia tersebut. Dengan demikian anak mendapat kesempatan untuk bereksplorasi, menemukan, mengekspresikan perasaan, berkreasi, belajar yang menyenangkan. Disamping itu, dengan bermain membantu anak mengenal dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungannya (Sujiono, 2007)

Motorik menyebabkan terjadi gerak yang merupakan unsur pokok kehidupan manusia tanpa gerak manusia menjadi kurang sempurna dan dapat menyebabkan kelainan dalam tubuh maupun organ-organ lainnya. Oleh karena itu gerak menjadi kebutuhan yang sangat penting seperti kebutuhan hidup lainnya yang dapat membantu kelangsungan hidup. Membicarakan gerak anak Taman Kanak-Kanak menjadi sangat menarik karena aktivitas atau kondisi bergerak pada anak Taman Kanak-Kanak menjadi sangat tinggi (dominan) hasil pengamatan 70-80 % anak Taman Kanak-Kanak melakukan gerakan pada proses belajarnya yang menggunakan pendekatan bermain.

Berdasarkan pada keadaan aktivitas anak Taman Kanak-Kanak yang begitu aktif maka gerak dan belajar gerak menjadi sangat penting dan harus mendapat pelatihan khusus. Penanaman gerak/motor yang benar sangat penting sebab akan sangat memberikan kontribusi terhadap perkembangan anak (Santi, 2009). Namun kenyataan yang sering ditemui dilapangan dimana perkembangan motorik anak diabaikan atau bahkan dilupakan orang tua, pembimbing atau bahkan guru sendiri, sehingga ditemukan kasus dimana anak enggan untuk melakukan kegiatan perkembangan jasmaninya bahkan sebagian anak merasa kegiatan tersebut tidak menyenangkan atau bahkan membosankan bagi anak. Orang tua juga telah menciptakan pergeseran tekanan dengan mengutamakan

perkembangan intelektual dan sedikit sekali memberi tekanan pada pengembangan keterampilan fisik (Lwin,et al, 2008).

Orang tua lebih memberi perhatian agar anak-anak dapat berbicara, membaca dan menulis dengan baik dari pada melakukan aktivitas fisik dengan baik. Anak-anak sekarang kemungkinan besar menghabiskan waktu rekreasi mereka dengan aktivitas non-fisik seperti bermain video games, menonton televisi dan berinteraksi dengan komputer. Konsentrasi pada perkembangan mental dan intelektual ini sering terjadi dengan mengorbankan kecerdasan fisik – suatu unsur yang diabaikan padahal penting bagi perkembangan menuju manusia serba bisa. Hal ini ditandai dengan beberapa kondisi sebagai berikut dari 12 orang anak didalam kelas hanya ada 2 orang saja yang memiliki keterampilan motorik. Ini mungkin disebabkan situasi yang ada disekolah menjadi salah satu faktor dalam mempengaruhi perkembangan fisik-motorik anak yakni disebabkan oleh kurangnya fasilitas, media pembelajaran.

Kemampuan motorik kasar anak merupakan suatu aktivitas dimana anak mulai mempunyai keseimbangan dan koordinasi gerakan yang mirip dengan orang dewasa. Motorik kasar merupakan gerakan yang dilakukan anggota tubuh menggunakan otot-otot besar dengan banyak mengeluarkan energi seperti melompat, berlari, berjalan cepat, merangkak dan berjalan dipapan titian(Martini, 2020).

Menurut Utami senam fantasi merupakan aktivitas bermain dari kegiatan berkhayal(berfantasi) dengan metode yang lebih menekankan pada imajinasi anak yaitu proses gerakan yang melibatkan ekspresi diri terhadap fantasi dan pola gerak yang dihasilkan. Senam fantasi yang bisa diterapkan seperti sena meniru dengan menggunakan alat dan fantasi dengan bentuk cerita(Ratu et.al, 2021).

Faktor lain yang dapat mempengaruhi fisik-motorik anak yaitu dari guru misalnya penjelasan guru dalam memberi pembelajaran masih sangat kurang jelas, metode yang digunakan oleh guru belum terlalu optimal, guru kurang memotivasi anak dalam kegiatan belajar mengajar, guru bersifat otoriter, tidak ada kebebasan yang diberikan kepada anak. Guru juga kurang melakukan pengawasan dan bimbingan, guru dalam melakukan kegiatan tidak secara bertahap dan berulang-ulang sesuai dengan kemampuan anak.

Berdasarkan permasalahan diatas peneliti mencoba untuk melakukan penelitian tindakan kelas dengan menerapkan upaya meningkatkan motorik kasar

dengan senam fantasi pada anak kelompok B1 TK Pembina Selupu Rejang dengan hasil yang diharapkan. Dengan pembelajaran tersebut diharapkan perkembangan motorik/jasmani anak tumbuh sehingga dapat mengarahkan anak. Pada kemampuan untuk mendapatkan kesenangan melalui gerak dasar yang optimal pada usianya yang kontribusinya atau memaksimalkan dalam membantu pertumbuhan dan perkembangan anak sedini mungkin secara optimal.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan penelitian tindakan kelas dalam rangka perbaikan pembelajaran dalam kegiatan senam untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak kelas B1 TK Pembina dengan menggunakan senam fantasi. Metode yang digunakan adalah metode penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut Suharsimi Arikunto (2002 : 54), urutan tindakan dalam setiap siklusnya terdiri atas empat tahapan yaitu Perencanaan/Planning, aksi atau Pelaksanaan tindakan/Acting, Observasi atau pengamatan/Observing, dan Refleksi/Reflekting. Tahap-tahap penelitian terjadi secara berulang-ulang sampai mencapai keberhasilan penelitian. Tujuan umum penelitian ini dilaksanakan yaitu untuk melakukan tindakan kelas untuk perbaikan pembelajaran dalam kegiatan senam untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar pada anak kelas B1 TK Pembina dengan menggunakan senam fantasi.

Adapun tahap-tahap penelitian terjadi secara berulang-ulang sampai mencapai keberhasilan sesuai dengan kriteria penilaian yang telah ditentukan. Tujuan khusus yang diteliti yaitu: koordinasi motorik anak, kelenturan anggota tubuh. Dengan jelas tahapan penelitian digambarkan sebagai berikut :

1. Perencanaan (planning)

Penelitian ini disusun mencakup semua langkah-langkah tindakan secara rinci mulai dari penyusunan Rencana Kegiatan Mingguan (RKM), selanjutnya dibuat Rencana Kegiatan Harian (RKH) dan langsung menentukan tema dan subtema yang akan diajarkan, menyediakan media atau alat peraga untuk pengajaran. Menentukan rencana pengajaran yang mencakup metode atau teknik mengajar, mengalokasikan waktu serta teknik observasi dan evaluasi.

2. Pelaksanaan (Acting)

Tahap ini merupakan implementasi dari semua rencana yang dibuat melibatkan teman sejawat sebagai kolaborator dalam penelitian tindakan kelas ini. Kegiatan yang dilaksanakan dikelas adalah pelaksanaan dari teori pendidikan dan teknik mengajar yang sudah disiapkan sebelumnya dan hasilnya diharapkan dapat meningkatkan aktivitas pengajaran yang terdiri dari

tiga kegiatan yaitu kegiatan awal 30 menit, kegiatan inti 60 menit dan kegiatan akhir 30 menit.

3. Pengamatan/observasi (Observing)

Kegiatan observasi ini dilakukan oleh observator yang dilaksanakan oleh teman sejawat yang bertindak sebagai kolaborator dalam penelitian. Waktu observasi ini bersamaan dengan pelaksanaan tindakan kelas. Observasi dilakukan dalam rangka mengumpulkan data/instrument. Data yang dikumpulkan pada tahap ini berisi tentang tindakan dan rencana yang sudah dibuat dengan mengobserver guru sebagai peneliti dan anak sebagai yang diteliti. Data yang dikumpulkan adalah data kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif yang akan dikumpulkan melalui observasi dan mengambil tafsiran secara benar. Sedangkan data kuantitatif yaitu data yang dianalisis dengan menggunakan angka-angka dan dengan menggunakan persentase. Dalam melaksanakan observasi ini guru tidak harus bekerja sendiri tetapi guru juga bisa dibantu oleh pengamal dari luar (teman sejawat atau pakar).

4. Refleksi (reflecting)

Tahap ini merupakan tahap untuk memproses data yang didapat pada saat dilakukan pengamatan (observasi). Dari data yang didapat didiskusikan kelemahan dan kelebihan dari proses pembelajaran kemudian ditafsirkan dan dianalisis. Hasil analisis ini digunakan sebagai bahan refleksi apakah diperlukan tindakan selanjutnya. Proses refleksi ini memegang peranan penting dalam menentukan keberhasilan Penelitian Tindakan Kelas (PTK). Apabila hasil yang dicapai belum mencapai hipotesis tujuan maka akan dilakukan siklus kedua atau siklus berikutnya. Dengan tahapan-tahapan kegiatan sebagaimana siklus pertama.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kondisi awal dilakukan penelitian perkembangan motorik kasar anak dalam melakukan gerakan melompat, berjinjit, merangkak, berlari dan berjalan dengan membawa sesuatu dengan seimbang masih rendah. Hal tersebut dapat dilihat dari presentase hasil siklus I yaitu 64,75% .

Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti pada siklus I sebelum dilakukan tindakan pada anak memperoleh hasil presentase 67,75%. Anak masih kesulitan dalam menjaga keseimbangan ketika berjinjit, melompat, berlari dan berjalan dengan membawa sesuatu.

Sedangkan pada siklus II ketika ditambah dengan teknik pembelajaran di mana anak diajak senam fantasi yang sesuai dengan cerita supaya anak lebih tertarik dan bersemangat. Dan diperoleh peningkatan pembelajaran dalam kemampuan motorik kasar anak yaitu sebesar 81,5%. Pada siklus ke II ini terjadi

peningkatan 16,75% dengan pembelajaran yang dirancang berbeda dari siklus sebelumnya yaitu dengan menggunakan media bergambar. Anak-anak terlihat lebih tertarik dan bersemangat dalam mengikuti pembelajaran, anak-anak merasa tidak merasa terpaksa dan terpaksa pada materi pembelajaran saja namun juga bisa dilakukan sambil bermain sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Anak sudah bisa menjaga keseimbangan ketika berlari, berjalan, melompat, berjinjit dengan membawa sesuatu dan tidak terjatuh.

Berdasarkan hasil penelitian kemampuan senam fantasi untuk meningkatkan motorik kasar anak TK Negeri Pembina kelas B tahun ajaran 2011-2012, kemampuan anak meningkat terlihat dari hasil dari siklus I hasil evaluasi pembelajaran anak keseluruhan 64.75%, hasil tersebut didapat dari hasil analisis data pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Namun peneliti belum puas, maka diadakan siklus II. Pada siklus kedua ini peneliti menambah teknik yaitu dengan senam fantasi menurut cerita agar anak menjadi lebih tertarik dan bersemangat, hasilnya kemampuan fantasi anak meningkat sebesar 81.5%. Dari kedua siklus ini terjadi peningkatan sebesar 16.75%.

Hal ini tidak terlepas dari upaya perbaikan yang dilakukan guru berdasarkan hasil observasi dan evaluasi pada setiap pertemuan. Upaya-upaya yang dilakukan guru tersebut antara lain:

1. Menvariasikan kegiatan pembelajaran pada setiap pertemuan, karena dengan demikian akan dapat menarik perhatian anak,
2. Memanfaatkan waktu seefektif mungkin
3. Memberikan contoh gerakan yang berulang-ulang sehingga mudah untuk ditiru oleh anak.
4. Memberikan kesempatan setiap anak untuk berinteraksi langsung
5. Diusahakan setiap kegiatan pembelajaran menggunakan lagu sesuai dengan tema yang diangkat
6. Memberi motivasi pada anak dengan cara memberikan penghargaan kepada anak yang telah dianggap berhasil serta memberikan perhatian dan dorongan yang lebih terhadap anak yang belum berhasil.

Refleksi pada penelitian ini yaitu sebelum dilakukan tindakan pada siklus ke I anak-anak cenderung belum bisa menjaga keseimbangan dengan membawa suatu benda. Namun setelah dilakukan tindakan pada siklus ke II setelah dilakukan tindakan anak sudah mulai bisa menjaga keseimbangan dengan baik dengan berfantasi.

Motorik adalah gerakan yang dilakukan oleh seluruh tubuh (Kementrian pendidikan nasional, 2011). Motorik merupakan terjemahan dari kata “motor” yang artinya ‘dasar mekanika yang menyebabkan terjadinya suatu gerak’. Gerak (movement) adalah suatu aktivitas yang didasari oleh proses motorik. Proses motorik ini melibatkan sebuah sistem pola gerakan yang terkoordinasi (otot, saraf, otak dan rangka) dengan proses mental yang sangat kompleks, yang disebut

sebagai proses cipta gerak. Keempat unsur tersebut tidak bisa bekerja secara sendiri-sendiri, tetapi selalu terkoordinasi. Apabila salah satu unsur mengalami gangguan, gerak yang dilakukan dapat mengalami gangguan pula. Dengan kata lain gerakan yang dilakukan oleh anak secara sadar dipengaruhi oleh stimulus dan lingkungannya (informasi verbal atau lisan, gambar dan alat lainnya) yang dapat direspon oleh anak.

Anak yang memiliki kecerdasan motorik memiliki koordinasi yang baik (Lwin, dkk., 2008). Gerakan-gerakan mereka terlihat seimbang, luwes, dan cekatan. Guru dapat memfasilitasi anak-anak yang memiliki kecerdasan ini dengan memberi kesempatan pada mereka untuk bergerak. Pembelajaran dirancang sedemikian rupa sehingga anak-anak leluasa bergerak dan memiliki peluang untuk mengaktualisasikan dirinya secara bebas. Pembelajaran dapat dilakukan didalam atau diluar ruangan.

Sujiono, dkk (2007) mendefinisikan motorik adalah semua gerakan yang mungkin dapat dilakukan oleh seluruh tubuh. Kemampuan gerak dasar sudah dimulai sejak anak dalam kandungan sampai lahir. Pada saat lahir bayi mulai menggerakkan kedua tangannya, kemudian menarik dan menjulurkan kedua kakinya, memutar badan ke samping, tengkurap, merangkak, merambat untuk berdiri dan berjalan hingga berlari.

Gerak dasar meliputi gerak lokomotor, nonlokomotor dan gerak manipulative. Gerak lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari suatu tempat ke tempat lainnya. Seperti jalan, jinjit, lari, loncat dan lompat serta gerak kombinasi, meluncur, menggeser kekanan dan kekiri. Gerak nonlokomotor adalah gerak yang tidak menyebabkan pelakunya berpindah tempat. Seperti membungkuk, menekuk, mengayun, bergoyang, berputar dan meliuk. Gerak manipulatif adalah usaha mengalihkan kekuatan terhadap objek-objek, seperti mendorong, memukul, memantul, melempar, menendang, berguling, menerima, menangkap, menghentikan, menari, dan melakukan gerak pantomim. Kemampuan gerak dasar inilah yang akan berperan sangat penting dalam mengembangkan motorik anak. Keterampilan motorik kasar anak diawali dengan bermain yang merupakan gerakan kasar. Gerak motorik kasar adalah kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak.

Gerak motorik kasar melibatkan aktivitas otot tangan, kaki dan seluruh tubuh anak. Gerakan ini mengandalkan kematangan dalam koordinasi. Untuk melatih gerakan motorik kasar anak dapat dilakukan misalnya dengan melatih anak berdiri diatas satu kaki. Jika anak kurang terampil berdiri diatas satu kakinya berarti penguasaan kemampuan lain seperti berlari akan berpengaruh karena anak tersebut masih belum dapat mengontrol keseimbangan tubuhnya. Sedangkan menurut Sujiono, dkk (2007:2.10) bahwa kompetensi dasar motorik anak Taman Kanak-kanak yang diharapkan dapat dikembangkan guru saat anak memasuki

lembaga prasekolah/TK adalah anak mampu melakukan aktivitas fisik secara terkoordinasi dalam rangka kelenturan dan persiapan untuk menulis, keseimbangan, kelincahan, dan melatih keberanian.

Dari penjelasan-penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa perkembangan motorik adalah perkembangan dari unsur kematangan dan pengendalian gerak tubuh yang berpengaruh terhadap aspek-aspek lainnya. Perkembangan motorik juga adalah suatu proses seorang anak belajar untuk terampil menggerakkan anggota tubuh. Disebut motorik kasar, bila gerakan yang dilakukan melibatkan sebagian besar bagian tubuh (Kemendiknas, 2011). Oleh karena itu biasanya memerlukan tenaga karena dilakukan oleh otot-otot yang lebih besar. Misalnya, gerakan berjalan, berlari dan melompat.

Kecerdasan fisik adalah kemampuan menggunakan dengan baik pikiran dan tubuh secara serentak untuk mencapai segala tujuan yang diinginkan. Anak yang memiliki kecerdasan motorik kasar adalah anak yang memiliki kemampuan fisik yang spesifik, seperti koordinasi, keseimbangan, keterampilan, kelincahan, kekuatan, kelenturan, kecepatan, dan keakuratan menerima ransangan, sentuhan dan tekstur (Lwin,dkk, 2008).

Motorik kasar adalah kemampuan anak beraktivitas dengan menggunakan otot-otot besarnya. Kemampuan menggunakan otot-otot besar ini bagi anak tergolong pada kemampuan gerak dasar. Kemampuan ini biasa anak lakukan guna meningkatkan kualitas hidup. Seorang anak berusia 5 tahun, otot-otot akan tumbuh secara proporsional sejalan dengan peningkatan berat tubuh. Anak yang perkembangan ototnya penuh, biasanya mempunyai kekuatan lebih besar dibandingkan dengan anak yang ototnya ramping, yang biasanya lebih gesit dan koordinasi otot dalam bergerak lebih baik dari pada yang berotot banyak. Ada beberapa anak yang mempunyai otot yang mudah lelah, ada juga yang ototnya mempunyai daya tahan luar biasa (Hurlock, 1978).

Seseorang dengan kemampuan motorik yang baik akan merasa lebih mudah belajar berkendara, berenang, memanjat dan bahkan memainkan permainan computer dari pada anak dengan kemampuan motorik yang buruk. Secara khusus, keterampilan motorik kasar, yang merujuk pada seluruh koordinasi tubuh, dapat diasah melalui aktivitas dasar seperti berlari, melompat dan menangkap (Lwin, et al, 2008).

Senam perlu untuk kesehatan anak, agar supaya anak-anak memiliki kesehatan, kesenangan, semangat serta perkembangan otot dan otak (Santi 2009). Menurut Widiyanti (2005) senam adalah suatu bentuk gerakan-gerakan tubuh yang direncanakan disusun secara teratur dengan tujuan untuk memperbaiki sikap dan bentuk badan, membina mengembangkan keterampilan serta kepribadian yang selaras.

Depdiknas (2003) senam fantasi adalah senam yang meniru gerak-gerik atau tingkah laku manusia, binatang serta gerakan benda-benda. Dapat disimpulkan bahwa senam fantasi adalah aktivitas gerakan yang meniru gerakan atau tingkah laku manusia, binatang, tanaman dan benda-benda lain. Macam-macam senam fantasi bentuk meniru tanpa alat, yaitu senam fantasi yang dilakukan tanpa menggunakan alat misalnya meloncat seperti kelinci, berjalan seperti kakek, bergerak seperti pohon yang tertiuip angin. Senam fantasi bentuk meniru dengan alat, yaitu senam fantasi yang dilakukan dengan menggunakan alat sesuai dengan apa yang sedang difantasikan oleh anak. Misalnya meniru bagaimana cara pak tani mencangkul sawah. Senam fantasi menurut cerita, yaitu senam yang dilakukan oleh anak dengan gerakan seolah-olah menjadi pelaku dalam sebuah cerita atau sedang mengalami suatu peristiwa. Penelitian tindakan kelas ini menggunakan senam fantasi jenis meniru tanpa alat dan senam fantasi menurut cerita.

Dengan kegiatan ini guru dan orang tua dapat menentukan apakah anak mereka memperlihatkan ciri dan kemampuan anak yang memiliki kecerdasan motorik seperti yang dikemukakan oleh Lwin May, dkk (2008) yaitu anak yang memiliki kemampuan fisik yang spesifik seperti koordinasi yang baik, seimbang, keterampilan, kelincahan, kekuatan, kelenturan, kecepatan, keluwesan, cekatan dan keakuaratan menerima ransangan, sentuhan dan tekstur. Ada beberapa faktor yang mendukung keberhasilan anak dalam melakukan kemampuan senam fantasi dan berhubungan dengan teori yang dikemukakan oleh Hurlock (1978) mengatakan bahwa anak yang mempunyai otot penuh mempunyai kekuatan lebih besar.

Pada siklus II keberhasilan pembelajaran secara keseluruhan sudah mencapai 81.5% ini dapat dilihat dari kemampuan anak dalam koordinasi gerakan tangan-kaki, kelenturan, keterampilan dan keseimbangan karena pada siklus II ini pembelajaran dirancang dengan menggunakan media bergambar yaitu buku cerita yang berbeda dari siklus sebelumnya. Dengan menggunakan media bergambar maka antusias anak dalam mengikuti pembelajaran sangat tinggi selain itu juga anak lebih bersemangat, lebih mudah menerima pembelajaran, anak-anak tidak merasa terpaksa pada pelajaran saja tetapi pembelajaran dilakukan sambil bermain, sesuai dengan karakteristik anak usia tersebut. Dengan demikian anak mendapat kesempatan untuk bereksplorasi, menemukan mengekspresikan perasaan, berkreasi belajar yang menyenangkan. Disamping itu dengan bermain membantu anak mengenal dirinya sendiri, orang lain dan lingkungannya (Sujiono, 2007). Dilihat dari hasil setiap siklus dan ketercapaian ketuntasan belajar secara klasikal maka penggunaan senam fantasi dapat meningkatkan motorik kasar pada anak.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data pembahasan maka penelitian tindakan kelas ini dapat disimpulkan bahwa dengan melakukan senam fantasi dapat meningkatkan penguasaan motorik kasar pada anak kelompok B TK Negeri Pembina, hal ini terlihat dari adanya peningkatan mutu kearah yang baik pada saat kegiatan senam fantasi dilakukan. Keterampilan motorik kasar dapat juga diartikan sebagai kegiatan pengembangan keterampilan anak dalam berolah tubuh untuk pertumbuhan dan kesehatannya, yang mana keterampilan seseorang untuk mampu melakukan sesuatu rangkaian gerakan jasmaniah dalam urutan tertentu dengan mengadakan koordinasi gerakan berbagai anggota tubuh, badan secara terpadu yang melibatkan kekuatan otot, urat syaraf dan persendian manusia. Sedangkan senam fantasi dapat diartikan sebagai senam bentuk meniru gerak-gerak atau tingkah laku.

REFERENSI

- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Metode Penelitian*. Jakarta: Rineka cipta.
- Aulaini, Danamik Irfah, & Nurmainah. (2017). Pengaruh Senam Irama terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di RA Fastahiqul Khairat PTPN II Kabupaten Langkat TA. 2016-2017. *Jurnal Usia Dini*, 3 (01)
- Departemen Pendidikan Nasional. (2003). *Metodik Khusus Pengembangan Jasmani Di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Depdiknas.
- Endang, R.S. (2007). *Perkembangan Motorik*. Yogyakarta: FIK UNY
- Fauziah. (2018). Peningkatan Kemampuan Motorik Kasar Anak Melalui Senam Ritmik Garuda di Taman Kanak-kanak PT BPP Air Balam Koto Balingka Pasaman Barat. *Jurnal Ilmiah Pesona PAUD*. <https://doi.org/10.24036/103730>
- Kementrian Pendidikan Nasional Rayon 3. (2011). Sertifikasi Guru Dalam Jabatan Modul Pendidikan dan pelatihan Profesi Guru (PLPG) bidang ke-PADU-an. Bengkulu: Universitas Bengkulu.
- Lwin, May, dkk. (2008). *Cara Mengembangkan Berbagai Komponen Kecerdasan*. Jakarta: PT Indeks Gramedia.
- Martini, (2020) "PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK MELALUI SENAM FANTASI DI TAMAN KANAK KANAK AL HIKMAH LUBUK BASUNG," *Jurnal Pesona PAUD* Vol.1 No.1.
- Musfiroh, Takdkirroatun. (2008). *Cerdas Melalui Bermain*. Jakarta: Grasindo.

Nurapni. (2017). Peningkatan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TKIT Anak Saleh Mempawah. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*. <http://dx.doi.org/10.26418/jppk.v6i1.17995>

Ratu Disa Rozanatul Huda, RiaSetia Sari, and Febri Ratnasari, (2021) “PENGARUH SENAM FANTASI TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK PADA (4-6 TAHUN),” *Nusantara Hasana Journal* Vol.1 No.4.

Santi, Danar. (2009). *Pendidikan Anak Usia Dini Antara Teori dan Praktik*. Jakarta: PT Indeks.

Sudaryanti. (2010). *Perkembangan Fisik Motorik*. Yogyakarta: FIP UNY, diunduh dari <http://staff.uny.ac.id/sites/default/files>. Pada tanggal 25 februari 2012.

Sujiono, Bambang, dkk. (2007). *Metode Pengembangan Fisik*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Ubaedah, Dedeh, dkk. (2019). *Mningkatan Keterampilan Motorik Kasar Melalui Senam Irma Binatang*. JPP PAUD FKIP Untirta, 6 (01)

Widiyanti, Cici. 2005. *Deskriptip Analitik Pengelolaan Sanggar Senam Aerobik*. Semarang: UNNES, diunduh dari <http://www.scribd.com/doc/37574989/2/pengertian-senam>. pada tanggal 25 februari 2012.

Yusuf, S. (2001). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.