

## **PENINGKATAN MOTORIK KASAR MELALUI GERAKAN SENAM PADA ANAK USIA 5-6 TAHUN DI TK IT ANAK SHALEH MEMPAWAH**

**Nurapni, Syukri, Desni Yuniarni**

Program Studi Pendidikan Guru pendidikan anak Usia Dini FKIP UNTAN

*Email : [nurapni3780@gmail.com](mailto:nurapni3780@gmail.com)*

**Abstrak:** Banyak cara untuk mengembangkan fisik motorik anak salah satunya dengan senam. Gerakan-gerakan senam dapat mendukung perkembangan jasmani anak seperti kekuatan dan daya tahan otot. Penelitian ini bertujuan untuk menjawab masalah penelitian yang terdiri dari: 1) Perencanaan pembelajaran gerakan senam dalam meningkatkan motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun di TKIT Anak Shaleh Mempawah. 2) Pelaksanaan pembelajaran gerakan senam dalam meningkatkan motorik kasar pada usia 5-6 tahun di TKIT Anak Shaleh Mempawah. 3) Peningkatan motorik kasar dengan gerakan senam pada anak usia 5-6 tahun di TKIT Anak Shaleh Mempawah. Bentuk penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas, metode yang digunakan adalah deskriptif. Teknik pengumpulan data digunakan adalah observasi dan dokumentasi secara langsung terhadap kegiatan pembelajaran senam. Subjek penelitian ini adalah anak TK IT Anak Shaleh mempawah sebanyak 20 anak dan guru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan Motorik Kasar (AUD) melalui Gerakan Senam pada Anak Usia 5-6 Tahun Di TK IT Anak Shaleh Mempawah. Hasil yang diperoleh pada observasi perencanaan dapat dikategorikan Berkembang Sesuai Harapan (BSH) sebanyak 100%. Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah melalui gerakan senam dapat meningkatkan Motorik Kasar pada Anak Usia 5-6 Tahun Di TK IT Anak Shaleh Mempawah.

**Kata kunci: Motorik Kasar, Gerakan Senam**

**Abstrac:** Many ways to develop a child's motor physical one with gymnastics. Gymnastic movements can support the physical development of children such as strength and muscular endurance. This study aims to answer the research problem consisting of: 1) Planning learning gymnastic movements to improve gross motor skills in children aged 5-6 years in TKIT Children Shaleh Mempawah. 2) Implementation of learning gymnastic movements to improve gross motor skills at age 5-6 years in TKIT Children Shaleh Mempawah. 3) Improved gross motor with gymnastic movements in children aged 5-6 years in TKIT Children Shaleh Mempawah. This study design is a class action, the method used is descriptive. Data collection techniques used are direct observation and documentation of the learning activity gymnastics. The subjects were children kindergarten Children Salih IT Mempawah as many as 20 children and teachers. The results showed that there was an increase of Motor Coarse (AUD) through Gymnastic Movement in Children Aged 5-6 Years in IT kindergarten Children Salih Mempawah. The results obtained in the observations can be categorized Developing Appropriate planning Hope (BSH) as much as 100%. The conclusion of this research is

through motion exercises can improve motor skills in Children Aged 5-6 Rough Year In kindergarten Children Salih Mempawah IT.

***Keywords: Rough Motor Skills, Movement Gymnastics***

Anak Usia Dini menurut Solehuddin, (2002:12) adalah sosok individu yang sedang mengalami proses perkembangan dengan sangat pesat dan sangat fundamental bagi kehidupan selanjutnya. Anak usia Taman Kanak-kanak tergolong ke dalam anak usia dini yaitu anak yang berada pada rentang usia lahir sampai 8 tahun.

Menurut Undang-Undang (UU) No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional Pasal 1 butir 14 menyebutkan 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.

Pendidikan Taman Kanak-kanak bertujuan membantu anak didik mengembangkan berbagai potensi baik psikis maupun fisik yang meliputi moral dan nilai agama, sosial, emosional, kemandirian, kognitif, bahasa, fisik motorik, serta seni untuk siap memasuki pendidikan Sekolah Dasar. Pendidikan Taman Kanak-kanak (TK) merupakan suatu lembaga pendidikan formal untuk anak sebelum memasuki ke jenjang pendidikan selanjutnya. Lembaga ini dianggap penting untuk mengembangkan potensi anak secara optimal.

Motorik adalah semua gerakan yang mungkin dapat dilakukan oleh seluruh tubuh. Sedangkan motorik kasar adalah kemampuan gerak tubuh yang menggunakan otot-otot besar, sebagian besar atau seluruh anggota tubuh motorik kasar di perlukan agar anak dapat duduk, menendang, berlari, naik turun tangga dan sebagainya (Sunardi dan Sunaryo, 2007:113-114).

Pemenuhan aktivitas-aktivitas kemandirian, aktivitas bermain, dan keterampilan dalam pendidikan Taman Kanak-kanak akan maksimal dan baik jika diiringi dengan perkembangan motorik kasar. Melalui keterampilan motorik yang baik, khususnya motorik kasar, anak dapat melakukan aktivitas mandirinya dengan baik, dapat melakukan gerakan-gerakan permainan seperti berlari, meloncat, dan dapat melakukan keterampilan berolahraga dan keterampilan baris-berbaris yang diajarkan dalam pendidikan Taman Kanak-kanak yang diikutinya. Jika keterampilan motorik kasar anak kurang baik, tidak hanya pemenuhan kemandirian aktivitasnya yang terlambat, akan tetapi hal itu juga berdampak kepada perkembangan anak yang lain seperti aktivitas sosial serta perkembangan konsentrasinya. Perkembangan motorik kasar yang baik, tidak hanya didukung melalui pemenuhan status gizi saja, akan tetapi didukung juga oleh motivasi yang diberikan.

Banyak cara untuk mengembangkan fisik motorik anak salah satunya dengan senam. Senam merupakan salah satu aktivitas fisik yang dapat dikembangkan anak. Gerakan-gerakan senam dapat mendukung perkembangan

jasmani anak seperti kekuatan dan daya tahan otot. Metode yang dapat digunakan oleh guru dalam peningkatan motorik kasar anak adalah melalui senam.

Hal ini berdasarkan data perkembangan fisik motorik kasar 20 anak di Taman Kanak-kanak Islam Terpadu (TK IT) yang terdiri dari 9 anak perempuan dan 11 laki-laki. Dari 20 orang anak ini yang sudah dapat melakukan gerakan ada 11 anak, yang belum bisa melakukan gerakan ada 6 anak dan ada 3 anak yang tidak sama sekali mau bergerak. Masih banyaknya yang malas untuk melakukan gerakan yang diperagakan oleh gurunya. Dapat dilihat dari kurangnya perkembangan anak jalan ditempat, kurangnya perkembangan anak dalam berdiri satu kaki, kurangnya perkembangan anak dalam mengayunkan tangan, dan kurangnya perkembangan anak dalam melakukan gerakan senam. Mengatasi masalah ini, maka peneliti mencoba mencari alternatif penyelesaian yaitu melalui senam agar anak menjadi lebih semangat.

Berdasarkan latar belakang di atas inilah yang mendorong peneliti untuk melakukan perbaikan pembelajaran untuk “Peningkatan Motorik Kasar Melalui Gerakan senam pada anak usia 5-6 tahun di TK IT Anak Shaleh Mempawah”.

Tujuan umum adalah untuk mengetahui peningkatan motorik kasar dengan gerakan senam pada anak usia 5-6 tahun di TK IT Anak Shaleh Mempawah. Sedangkan tujuan khusus adalah untuk mengetahui perencanaan pembelajaran peningkatan motorik kasar dengan gerakan senam pada anak usia 5-6 tahun di TK IT Anak Shaleh Mempawah, untuk mengetahui pelaksanaan pembelajaran peningkatan motorik kasar dengan gerakan senam pada anak usia 5-6 tahun di TK IT Anak Shaleh Mempawah dan untuk mengetahui peningkatan motorik kasar dengan gerakan senam pada anak usia 5-6 tahun di TK IT Anak Shaleh Mempawah.

Manfaat teoritis memberikan sumbangan pemikiran tentang teori dan konsep perkembangan anak, khususnya pada perkembangan fisik motorik kasar pada anak usia 5-6 tahun. Manfaat Praktis yaitu bagi guru, membantu memecahkan masalah dalam proses belajar mengajar dan dapat meningkatkan profesionalisme guru. Manfaat bagi anak, memperoleh suasana dan pengalaman belajar yang menyenangkan sehingga tidak merasa jenuh dalam mengikuti senam. Manfaat bagi lembaga, masukan untuk menggerakkan perlengkapan dan peningkatan kemampuan gerak dasar pada anak usia dini.

## **METODE**

Subjek dalam penelitian ini adalah 20 anak usia 5-6 tahun di TK IT Anak Shaleh Mempawah yang terdiri dari 11 anak laki-laki dan 9 anak perempuan anak. Dalam hal ini peneliti meminta bantuan kepada teman sejawat dalam pelaksanaan penelitian. Peran teman sejawat sebagai teman kolaborasi untuk melakukan pengamatan, dan diajak untuk berdiskusi atau saling tukar pengalaman serta memperbaiki persiapan, pelaksanaan dan penilaian anak pada kedua siklus yang di tempuh.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Hadari Nawawi (1993:63) mengemukakan bahwa metode deskriptif dapat diartikan sebagai prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan keadaan subjek atau objek peneliti seseorang atau lembaga

masyarakat dan lain-lainnya. Bentuk penelitian dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas. Menurut Burhan Elfanany (2013:5) "Penelitian tindakan kelas adalah penelitian praktis yang dimaksudkan untuk memperbaiki pembelajaran di kelas. Penelitian ini merupakan salah satu upaya guru, dalam bentuk berbagai kegiatan yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan mutu pembelajaran di kelas." Penelitian ini dilakukan dalam proses pembelajaran dan peneliti bertindak sebagai pendidik.

Penelitian tindakan kelas berfungsi sebagai alat meningkatkan kualitas pelaksanaan pembelajaran kelas. Menurut Muhadi (2011:8) perlu dipahami bahwa penelitian bukan semata-mata demi kemajuan ilmu pengetahuan atau bersifat murni tetapi juga dapat memecahkan masalah.

Penelitian tindakan kelas (PTK) adalah penelitian praktis yang dimaksud untuk memperbaiki pembelajaran di kelas. Dan merupakan salah satu upaya guru dalam membentuk berbagai kegiatan yang dilakukan untuk memperbaiki dan meningkatkan mutu pembelajaran di kelas.

Adapun rancangan penelitian adalah pada siklus 1 untuk perencanaan yaitu membuat skenario pembelajaran yaitu dengan mempersiapkan pembelajaran dan rencana pembelajaran yang tersusun dalam Rencana Kegiatan Harian (RKH). Pada siklus I akan direncanakan sebanyak 3 kali pertemuan dengan tema diri sendiri dan sub tema pada pertemuan ke 1 yaitu macam-macam anggota tubuh, pertemuan ke 2 yaitu panca indra dan pertemuan ke 3 yaitu identitas siswa. Mempersiapkan lembar observasi untuk melihat aktivitas dan perkembangan kemampuan senam anak saat proses belajar mengajar berlangsung. Mempersiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan. Mencari teman sejawat untuk membantu mengamati proses pembelajaran.

Kemudian pada pelaksanaan adalah melakukan kegiatan pembelajaran sesuai dengan skenario pembelajaran yang sudah disiapkan sebelumnya. Pada tahap pengamatan guru mitra melaksanakan proses observasi terhadap pelaksanaan tindakan kelas dengan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan pada tahap perencanaan. Dan pada refleksi merupakan kesempatan untuk mengemukakan potret atau gambaran secara utuh jalannya tindakan pada siklus yang telah dilaksanakan. Refleksi bertujuan untuk mengetahui kelebihan dan kekurangan pengolahan pembelajaran yang telah dilaksanakan dan diharapkan peneliti atau guru yang bersangkutan dibantu teman sejawat yang merupakan observer dapat menemukan kekurangan dalam pembelajaran di kelas tersebut. Bilamana pada siklus I belum mengalami perbaikan atau peningkatan sesuai dengan indikator keberhasilan akan dilanjutkan pada siklus ke 2.

Pada siklus 2 perencanaan melakukan pembenahan kembali berdasarkan refleksi siklus I dengan membuat kembali skenario pembelajaran berikutnya, yaitu mempersiapkan pembelajaran dan rencana pembelajaran yang tersusun dalam Rencana Kegiatan Harian (RKH). Pada siklus II akan dilaksanakan sebanyak 3 kali pertemuan dengan tema diri sendiri dan sub tema pertemuan ke 1 yaitu macam-macam anggota tubuh, pertemuan ke 2 yaitu panca indra dan pertemuan ke 3 yaitu identitas siswa. Mempersiapkan lembar observasi untuk melihat kegiatan senam dalam mengembangkan kecerdasan jasmani anak saat proses

belajar mengajar berlangsung. Mempersiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan.

Pada tindakan melakukan kegiatan pembelajaran sesuai dengan skenario pembelajaran yang sudah disiapkan sebelumnya dengan perbaikan-perbaikan kinerja dari hasil refleksi pada siklus I. Pengamatan guru mitra melaksanakan proses observasi terhadap pelaksanaan tindakan kelas dengan menggunakan lembar observasi yang telah disiapkan pada tahap perencanaan. Tahap refleksi ini merupakan kesempatan untuk mengemukakan potret atau gambaran secara utuh jalannya tindakan pada siklus yang telah dilaksanakan. Refleksi pada siklus kedua ini bertujuan untuk mengambil kesimpulan dan mengevaluasi kelebihan dan kekurangan dalam pengelolaan pembelajaran yang telah dilakukan oleh peneliti atau guru yang bersangkutan. Bilamana pada siklus 2 sudah mengalami perbaikan atau perencanaan sesuai dengan indikator keberhasilan, maka tahap perencanaan pembelajaran sampai di siklus 2.

Dalam hal ini peneliti meminta bantuan kepada teman sejawat dalam pelaksanaan penelitian. Peran teman sejawat sebagai teman kolaborasi untuk melakukan pengamatan, dan diajak untuk berdiskusi atau saling tukar pengalaman serta memperbaiki persiapan, pelaksanaan dan penilaian anak pada kedua siklus yang di tempuh.

Teknik pengumpulan data yang dipakai penulis dalam penelitian tindakan kelas ini adalah teknik observasi langsung dan dokumentasi:

Teknik observasi langsung yaitu peneliti terlibat langsung dengan objek atau subjek yang akan di amati atau yang digunakan sebagai sumber data penelitian dengan meminta teman sejawat untuk mendampingi yaitu guru observer yang juga mengajar di sekolah tersebut untuk menjadi observer. Teknik ini dimaksudkan agar baik bagi peneliti maupun observer dapat memantau perkembangan anak secara langsung dalam melakukan senam.

Suharsimi Arikunto (2009:231) dalam Dimiyati (2013:167) memberi penjelasan bahwa metode dokumentasi merupakan metode penelitian dengan mencari data mengenai hal-hal yang berupa catatan, transkrip, buku, agenda dan sebagainya. Dengan demikian, data yang peneliti peroleh melalui teknik dokumentasi adalah berupa bahan-bahan tertulis dan tercatat dalam sebuah arsip buku atau catatan guru untuk keperluan analisis lebih lanjut. Dari jenis data yang akan diperoleh tersebut, maka peneliti menggunakan alat yang berupa kamera foto.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian adalah analisis kualitatif. Mukhtar (2013:29) memberikan penjelasan bahwa data kualitatif dari hasil penelitian dapat disusun dalam bentuk tabel dan langsung ditafsirkan untuk menyusun kesimpulan hasil penelitian. Dengan demikian, pada setiap pembelajaran akan terjadi interpretasi yang dilakukan untuk melakukan penyesuaian, dan pada akhir perbaikan diadakan analisis data secara keseluruhan untuk menghasilkan informasi yang dapat menjawab hipotesis perbaikan yang dirancang guru.

Analisis data dilakukan untuk melihat ketuntasan dan peningkatan hasil belajar siswa. Kemudian peneliti akan menghitung jumlah persentase perkembangan anak untuk di analisis. Analisis persentase dapat menggunakan

rumus yang dikemukakan oleh Ali Muhidin (2006:177). Teknik analisa data yang umum digunakan oleh peneliti, secara diagramatif, proses siklus pengumpulan data, analisa data, analisa sampai pada penyajian hasil penelitian serta penarikan kesimpulan

## **HASIL dan PEMBAHASAN**

### **Hasil**

Perencanaan yang dibuat dalam penelitian ini meliputi: Merancang materi pembelajaran dalam RKH, merancang lembar observasi perencanaan pembelajaran pada siklus I dan siklus II, merancang lembar observasi Pelaksanaan pembelajaran pada siklus I dan siklus II, menyiapkan sarana dan prasarana untuk mendukung penelitian. Setelah semua perencanaan tindakan telah disiapkan, maka langkah selanjutnya adalah pelaksanaan tindakan yang dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan.

Observasi/ pengamatan ini berfungsi untuk melihat perubahan-perubahan yang terjadi pada saat penelitian tindakan berlangsung. Hasil observasi, hal-hal yang perlu dicatat oleh peneliti adalah proses dari tindakan, seberapa jauh efek tindakan yang mencapai sasaran.

Hasil pengamatan terhadap terhadap aktivitas anak pada setiap pertemuan siklus I dan siklus II sehingga diperoleh nilai dari 20 anak ternyata yang diperoleh pada observasi perencanaan dapat dikategorikan Berkembang Sesuai Harapan (BSH) sebanyak 100%.

### **Pembahasan**

Hasil penelitian pada aspek perencanaan siklus I dapat diketahui bahwa perencanaan kegiatan pembelajaran sudah dilaksanakan sesuai RKH, namun masih ada yang perlu perbaikan dalam perencanaan. Hasil pengamatan teman sejawat tentang aspek pelaksanaan pembelajaran pada siklus I pertemuan I dapat diketahui bahwa pelaksanaan pembelajaran masih terdapat kelemahan, anak masih merasa asing untuk melakukan gerakan senam sehingga anak kurang hafal gerakannya maka perlu mengadakan pertemuan kedua untuk menghafal gerakan dan melaksanakan kegiatan tersebut dengan cara yang lebih menarik lagi.

Pada hasil penelitian siklus I tentang aspek perencanaan pembelajaran dapat diketahui bahwa perencanaan kegiatan sudah dilaksanakan cukup baik, namun ada beberapa hal yang masih perlu perbaikan dalam perencanaan pembelajaran seperti tema dan sub tema yang dipilih berdasarkan kedekatan lingkungan anak sehingga anak sangat mudah menirukan gerakan-gerakan senam dan observasi anak dinilai sulit untuk diukur. Pada aspek pelaksanaan pembelajaran mengacu pada hasil pengamatan teman sejawat terhadap pelaksanaan pembelajaran pada siklus I pelaksanaan II dapat diketahui bahwa pelaksanaan pembelajaran masih terdapat kelemahan dan kekurangan, anak masih belum bisa mengkoordinasikan tubuh, mata, tangan, dan kaki ketika melakukan gerakan senam dan masih ada anak yang duduk diam saat temannya melakukan gerakan sehingga peneliti perlu mengadakan siklus ke II untuk melaksanakan kegiatan tersebut. Pada aspek kegiatan inti, anak mengikuti pembelajaran pada siklus I pertemuan II masih

terkesan kurang maksimal, hal ini terlihat pada posisi tempat/ alokasi kegiatan senam yang kurang maksimal dan gerakan yang kurang enerjik sehingga membuat anak kurang bersemangat. Untuk itu, peneliti harus memperbaiki lagi agar anak lebih mau bergerak dan agar anak lebih menghafal gerakannya pada pertemuan berikutnya.

Pelaksanaan tindakan kelas pada aspek pelaksanaan sudah dipersiapkan secara maksimal namun masih perlu perbaikan pada siklus II dan telah dilaksanakan sesuai perencanaan yang ditetapkan melalui tahapan sebagai berikut: tahap kegiatan awal dilakukan untuk mengkondisikan anak siap mengikuti pembelajaran, tahap kegiatan inti dikelola dengan menjelaskan dan mendemonstrasikan, mempraktekkan bersama dan memotivasi anak untuk melakukan kegiatan dengan kelompoknya didepan kelas maupun di halaman sekolah serta mendorong anak untuk menceritakan kembali pengalaman mereka saat melakukan kegiatan. Mukhtar Latif dkk (2013: 114) menyatakan bahwa “Pengalaman-pengalaman yang dikenal dengan pengalaman belajar tersebut diperoleh anak melalui penglihatan, pendengaran, dan peniruan.” Kemudian tahap kegiatan penutup diisi dengan menyimpulkan dan bercakap-cakap tentang kesulitan yang dialami anak ketika melakukan kegiatan serta menyampaikan kegiatan untuk berikutnya, kemudian berdoa dan memberi salam.

Meskipun pelaksanaan pembelajaran sudah dipersiapkan dengan baik namun masih adanya kelemahan dan kekuarangan sehingga dapat dilakukan secara berulang dengan beberapa kali pertemuan dengan tema dan sub tema yang sama sampai kemampuan anak mengalami peningkatan sesuai dengan harapan.

Pada aspek perencanaan pembelajaran ini, komponen perencanaan yang sudah direvisi kemudian dipergunakan kembali untuk siklus II dikategorikan sudah baik karena sudah ada perubahan. Mengacu pada hasil pemeriksaan dan pengamatan dokumen perencanaan pembelajaran pada siklus II dapat diketahui bahwa perencanaan kegiatan pembelajaran sudah dilaksanakan dengan baik. Hal ini ditunjukkan dengan tersedianya administrasi perencanaan pembelajaran dan instrumen penilaian serta media yang dibutuhkan untuk pendukung kegiatan pembelajaran.

Hasil pengamatan teman sejawat pada aspek pelaksanaan pembelajaran pada siklus II pertemuan I dapat diketahui bahwa pelaksanaan dikategorikan sudah baik, namun masih terdapat kelemahan dalam memaksimalkan kemampuan anak dalam kelenturan tubuh, tangan dan kaki ketika melakukan gerakan senam, keseimbangan tubuh dan kaki sehingga perlu melanjutkan tindakan pada siklus berikutnya dan kelemahan yang ditemukan pada siklus II pertemuan I akan dilanjutkan dan diperbaiki pada pelaksanaan pembelajaran siklus II pertemuan II. Pada aspek kegiatan inti, anak didik mengikuti pembelajaran pada siklus II pertemuan I masih terkesan kurang semangat, masih ragu-ragu untuk menggerakkan tubuh, tangan dan kaki mereka dikarenakan masih ada anak yang kurang hafal gerakan tersebut.

Hasil penelitian pada siklus II pertemuan II pada aspek perencanaan dapat dilihat pada komponen perencanaan siklus I yang sudah direvisi kemudian dipergunakan kembali untuk siklus II dikategorikan sudah sangat baik karena anak sudah mampu meningkatkan gerakan, yakni mendemonstrasikan dengan

semangat dan lebih menarik sehingga anak termotivasi untuk melakukan kegiatan tersebut dan didukung dengan tempat yang luas. Pada aspek pelaksanaan pembelajaran berdasarkan pada hasil pengamatan teman sejawat terhadap pelaksanaan pembelajaran pada siklus II pertemuan II dapat diketahui bahwa pelaksanaan pembelajaran dikategorikan sangat baik, hal ini dapat terlihat dari meningkatnya kemampuan anak dalam melakukan gerakan senam dalam hal kelenturan, keseimbangan dan mengkoordinasikan tubuh, mata, tangan, dan kaki sehingga tidak perlu lagi melakukan siklus berikutnya. Pada aspek kegiatan inti, anak mengikuti pembelajaran pada siklus II pertemuan II sudah terkesan sangat kreatif, aktif dan semangat untuk menggerakkan tubuh, tangan dan kaki mereka, hal ini terlihat pada saat melakukan kegiatan. Untuk itu dapat disimpulkan bahwa anak tidak perlu melakukan kegiatan ulang karena dianggap sudah berkembang sesuai harapan.

Sebelum melakukan proses pembelajaran, seorang pendidik diwajibkan untuk membuat suatu perencanaan pembelajaran. Untuk itu perencanaan menjadi penting karena tanpa perencanaan pembelajaran akan meluas kemana-mana sehingga tujuan pembelajaran tidak dapat tercapai dengan baik.

Perencanaan yang telah dilakukan pada masing-masing siklus meskipun sudah dipersiapkan dengan baik namun masih perlu perbaikan dalam menata tempat atau lokasi untuk melakukan kegiatan gerak senam dan pendidik harus lebih variatif dalam memilih media atau alat pada saat kegiatan pembelajaran agar anak bisa lebih fokus dalam melakukan pengamatan dan hendaknya penelitian berupaya memperbaiki rancangan kegiatan pembelajaran sehingga anak terdorong untuk bertanya, menalar, dan mengkomunikasikan kemudian menceritakan kembali pengalaman belajarnya.

Pelaksanaan tindakan kelas pada siklus I pada aspek pelaksanaan sudah dipersiapkan secara maksimal namun masih perlu perbaikan pada siklus II dan telah dilaksanakan sesuai perencanaan yang ditetapkan melalui tahapan sebagai berikut: tahapan pra pembelajaran dilakukan dengan menyiapkan lingkungan/ ruang bermain dan media/ alat serta posisi tempat kegiatan pembelajaran yang akan dipergunakan oleh anak, tahap kegiatan awal dilakukan untuk mengkondisikan anak siap mengikuti pembelajaran, tahap kegiatan inti dikelola dengan menjelaskan dan mendemonstrasikan, mempraktekan bersama dan memotivasi anak untuk melakukan kegiatan serta mendorong anak untuk menceritakan kembali pengalaman mereka saat melakukan kegiatan.

Meskipun Pelaksanaan pembelajaran sudah dipersiapkan dengan baik namun masih ada anak yang kurang hafal gerakan senam sehingga pelaksanaan pembelajaran dilakukan secara berulang dengan beberapa kali pertemuan dengan tema dan sub tema yang sama sampai kemampuan anak mengalami peningkatan sesuai dengan harapan.

Setiap pelaksanaan kegiatan pembelajaran haruslah disertai dengan penilaian karena penilaian dianggap penting untuk mengukur suatu keberhasilan dalam suatu kegiatan. Seperti yang dikatakan Mukhtar Latif dkk (2013: 171) bahwa “ Penting bagi guru untuk dapat mengamati secara cermat dan membuat penilaian yang akurat, karena berdasarkan hasil penilaian tersebut guru penyusun rencana pembelajaran untuk setiap anak.” Pelaksanaan penilaian pada

pembelajaran dalam penelitian tindakan kelas ini dilakukan untuk mengetahui peningkatan motorik kasar melalui motivasi dalam melakukan gerakan senam pada anak usia 5-6 tahun. penilaian mencakup perencanaan, pelaksanaan dan aktivitas anak. Teknik penilaian yang dipergunakan adalah observasi terhadap aktivitas anak sudah berkembang sesuai harapan

## **SIMPULAN dan SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan di bagian pembahasan, dari pelaksanaan tindakan yang telah dilakukan sebanyak dua siklus terjadi peningkatan motorik kasar melalui gerakan senam. Dengan demikian dapat disimpulkan secara umum bahwa anak melalui gerakan senam dapat meningkatkan motorik kasar anak pada usian 5-6 tahun di TK IT Anak Shaleh Mempawah. Secara rinci dapat disimpulkan sebagai berikut 1) Perencanaan pembelajaran peningkatan motorik anak melalui gerakan senam dilaksanakan dengan langkah-langkah yang mencakup: penyusunan RKH yang terdiri dari perumusan tujuan pembelajaran, pemilihan tema, pemilihan kegiatan bermain, pemilihan pembelajaran dan penilai hasil belajar dan di nilai baik. 2) Pelaksanaan pembelajaran peningkatan motorik anak melalui gerakan senam dilaksanakan dengan langkah-langkah kegiatan dalam tahap, kegiatan awal, kegiatan inti dan kegiatan penutup. Hasil pengamatan teman sejawat terhadap pelaksanaan pembelajaran yang dilaksanakan sebanyak dua siklus, siklus I dilaksanakan III pertemuan dan siklus II dilaksanakan III pertemuan dengan tema diri sendiri dan sub tema macam-macam anggota tubuh, panca indra dan macam-macam suara. 3) Perkembangan motorik kasar setelah pembelajaran melalui gerakan senam mengalami peningkatan dengan kategori berkembang sesuai harapan (BSH)

### **Saran**

Berkaitan dengan simpulan atas, maka peneliti dapat mengajukan saran sebagai berikut 1) Bagi pengelola TK IT Anak Shaleh Mempawah hendaknya lebih memfasilitasi kegiatan yang berkaitan dengan pembelajaran senam dengan melakukan gerakan senam terus meningkat. 2) Guru sebaiknya membuat gerakan yang lebih menarik agar anak tertarik untuk melaksanakan dengan tertib dan teratur sesuai urutan masing-masing

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Burhan Elfanany.2013. *Penelitian Tindakan kelas*. Yogyakarta. Araska.
- Hadari Nawawi. 1993. *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Yogyakarta: Gajah Mada University Nasional
- Mukhtar. 2013. *Metode Praktis Penelitian Deskripsi Kualitatif*. Jakarta: Referensi Press Group
- Mukhtar L, (2013). *Orientasi Baru Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta. Kencana.

Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 58 Tahun 2009  
tentang Standar Pendidikan Anak Usia Dini

Solehuddin.2002. *Konsep Dasar Pendidikan Pra Sekolah*. Bandung: Fakultas  
Ilmu Pendidikan UPI

Suharsimi Arikunto. 2009. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*.  
Jakarta: Rineka Cipta

Sunardi dan Sunaryo. 2007. *Intervensi Dini Anak Berkebutuhan Khusus*. Jakarta:  
Depdiknas

Undang-Undang (UU) No.20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan  
Nasional Pasal 1 butir 14