

**Aplikasi Gerak Lokomotor Sebagai Media Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Kelompok B1**

**Titi Sutiarti S.**<sup>1</sup>

titisutiarti30736@gmail.com

**Muhammad Nasirun**<sup>2</sup>

h.m.nasirun@gmail.com

**Delrefi D.**<sup>3</sup>

delrefi@unib.ac.id

<sup>1,2,3.</sup> Universitas Bengkulu, Bengkulu, Indonesia

Received: July 22<sup>nd</sup> 2019

Accepted: January 31<sup>st</sup> 2020

Published: January 31<sup>st</sup> 2020

**Abstrak:** Motorik kasar anak perlu dikembangkan dengan baik agar pada masa depan memiliki hard skill yang baik pada bidang psikomotorik. Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar melalui gerak lokomotor pada kelompok B1 PAUD Dharma Wanita Kabupaten Bengkulu Tengah. Jenis penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilakukan melalui dua siklus dan setiap siklusnya terdiri dari tiga pertemuan dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian ini anak kelompok B1 PAUD Dharma Wanita Kabupaten Bengkulu Tengah yang berjumlah 12 orang anak terdiri dari tujuh orang anak perempuan dan lima orang anak laki-laki. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi. Teknik analisis data menggunakan rumus statistik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gerak lokomotor dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak. Hal ini dibuktikan keterampilan motorik kasar anak meningkat dengan ketuntasan belajar 83% dan rata-rata keterampilan motorik kasar anak diperoleh hasil 4,03 (sangat tinggi). Hasil penelitian ini menemukan bahwa kegiatan gerak lokomotor dapat meningkatkan motorik kasar pada aspek keseimbangan, kelincahan dan ketahanan anak secara signifikan. Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk meningkatkan dan mengembangkan motorik kasar pada aspek keseimbangan menggunakan kegiatan gerak yang lain seperti gerak nonlokomotor dan gerak manipulatif karena gerak lokomotor kurang cocok digunakan dalam meningkatkan keseimbangan

**Keywords** Motorik Kasar; Gerak Lokomotor

**How to cite this article:**

Sutiarti S., T., Nasirun, M., & Delrefi D., D. (2020). Aplikasi Gerak Lokomotor Sebagai Media Untuk Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Pada Kelompok B1. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 5(1), 16-24. doi:<https://doi.org/10.33369/jip.5.1.16-24>

**PENDAHULUAN**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya permasalahan di PAUD Dharma Wanita Kabupaten Bengkulu Tengah yaitu motorik kasar anak masih rendah, karena kegiatan pembelajaran yang melibatkan otot-otot psikomotor dilakukan masih

kurang dalam mengembangkan motorik kasar anak. Sebagian besar kegiatan yang dirancang oleh guru lebih mengembangkan aspek kognitif, bahasa dan motorik halus anak.

Kenyataan di PAUD Dharma Wanita Kabupaten Bengkulu Tengah terdapat

beberapa unsur dari kemampuan motorik kasar anak belum berkembang secara baik yaitu unsur keseimbangan, kelincahan dan ketahanan gerak, beberapa anak belum berjalan secara optimal hal ini dapat di lihat saat anak bermain masih banyak anak yang sering terjatuh saat berlari-lari dengan teman sebayanya dan saat anak bermain papan seluncur anak belum mampu bermain sendiri dan masih butuh bantuan guru.

Melalui kegiatan yang menarik, anak cenderung akan lebih senang melakukan kegiatan motorik kasar. Menurut Aulia (2016) dan Laely & Yudi (2015) pembelajaran yang menarik adalah pembelajaran yang memperhatikan keseimbangan atau *balance* antara yang bersifat menyenangkan dan juga memberi kesempatan untuk mengembangkan rasa ingin tahu seluas-luasnya demi menguasai kompetensi tertentu. Salah satu kegiatan yang menarik untuk meningkatkan kemampuan motorik kasar ialah menggunakan gerak lokomotor. Menurut Hidayat (2017) gerak lokomotor adalah gerakan yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lainnya, seperti berjalan, berlari, melompat, *hop*, *skip*, *slide*, dan lain-lain. Dengan lokomotor anak-anak mampu secara efektif melakukan eksplorasi tentang dunianya.

Gerakan lokomotor juga memiliki kelebihan, yaitu dapat divariasikan dengan berbagai media dan dapat dikombinasikan antara gerakan satu dengan gerakan yang lainnya. Hal ini senada dengan pendapat Setyawan, Hadi, & Royana (2018) yang menyatakan bahwa berbagai bentuk kombinasi gerakan yang sangat dibutuhkan seorang anak adalah kombinasi lari dan melompat, kombinasi lari dan lempar, kombinasi jalan, lari, dan lempar dan kombinasi jalan, lari dan lompat. Gerakan lokomotor juga dapat melatih

keseimbangan, kelincahan, dan ketahanan. Oleh karena itu, dalam meningkatkan motorik kasar anak peneliti memilih kegiatan gerak lokomotor.

Motorik kasar adalah gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar otot yang ada dalam tubuh maupun seluruh anggota tubuh yang di pengaruhi oleh kematangan diri. gerak tubuh yang menggunakan otot-otot besar atau sebagian besar atau seluruh anggota tubuh yang di pengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri, contoh kemampuan duduk, menendang, berlari, naik turun tangga dan lain-lain. kemampuan yang membutuhkan koordinasi sebagian besar bagian tubuh anak. Pengembangan motorik kasar juga memerlukan koordinasi kelompok otot-otot anak yang tertentu yang dapat membuat mereka dapat melompat, memanjat, berlari, serta berdiri dengan satu kaki (Novitasari, Nasirun, & D., 2019; Setyawan et al., 2018; Sujiono, 2011; Sujiono & Sujiono, 2010).

Unsur-unsur kesegaran jasmani dan kemampuan motorik kasar, yaitu sebagai berikut: a. Kekuatan (*strength*) adalah kemampuan seseorang untuk membangkitkan tegangan (*tension*) terhadap suatu tahanan (*resisten*). b. Daya Tahan (*edurance*) adalah kemampuan tubuh mensuplai oksigen yang diperlukan untuk melakukan suatu kegiatan. c. Kecepatan dapat diberikan dengan kegiatan latihan yang serba cepat, seperti lari dengan jarak pendek. d. Kelincahan (*agility*) adalah kemampuan seseorang untuk bergerak secara cepat. e. Kelentukan (*flexibility*) adalah kualitas yang memungkinkan suatu segmen bergerak semaksimal mungkin, f. Koordinasi gerak merupakan kemampuan yang mencakup dua atau lebih kemampuan perspektual pola-pola gerak. g. Ketepatan yaitu kegiatan yang dapat dilakukan pada anak usia TK, misalnya melempar bola kecil ke sasaran tertentu atau memasukkan bola ke dalam

keranjang. h. Keseimbangan adalah Mempertahankan posisi tubuh tertentu untuk tidak bergoyang atau roboh.

#### METODE PENELITIAN

Metode Penelitian ini menggunakan penelitian tindakan kelas yang memiliki 4 tahapan yaitu: (1) Perencanaan, (2) Tindakan, (3) Pengamatan, dan (4) Refleksi. Penelitian ini dilakukan dalam dua siklus dimana setiap siklus terdiri dari tiga pertemuan.

Penelitian dilaksanakan di PAUD Dharma Wanita yang beralamatkan di jalan raya Bengkulu Curup, Desa Bajak 1, Kecamatan Taba Penanjung, Kabupaten Bengkulu Tengah. Waktu penelitian ini dilaksanakan selama bulan Maret dan April 2019 pada kelompok B1 PAUD Dharma Wanita Kabupaten Bengkulu Tengah Tahun Ajaran 2019/2020.

Subjek dalam penelitian ini adalah 12 orang anak kelompok B1 dengan rentang usia 5-6 tahun, terdiri dari 5 anak laki-laki dan 7 anak perempuan.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik observasi. teknik observasi untuk mengumpulkan data motorik kasar pada aspek keseimbangan, kelincahan dan ketahanan. Sedangkan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu lembar observasi yang terdiri dari lembar observasi aktivitas guru dan lembar observasi motorik kasar anak.

Analisis data menggunakan rumus rata-rata dan ketuntasan belajar, untuk mengetahui peningkatan motorik kasar anak melalui kegiatan gerak lokomotor. Berikut adalah rumus yang digunakan dalam menentukan nilai rata-rata :

$$X = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan :

X : Nilai rata-rata

$\sum X$  : Jumlah semua nilai anak

N : Jumlah anak

Persentase ketuntasan belajar dapat dihitung menggunakan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase ketuntasan belajar

F = Jumlah anak tuntas

N = Jumlah seluruh anak

(Aqib, Diniati, Jaiyarah, & Khotimah, 2011)

Penelitian ini dapat dikatakan berhasil apabila ketuntasan belajar klasikal motorik kasar anak mencapai 75 %.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum penelitian dilakukan dengan menerapkan penelitian tindakan kelas di PAUD Dharma Wanita, penelitian dilakukan observasi terlebih dahulu pada tanggal 08 April 2019. Observasi ini dilakukan untuk mengetahui proses kegiatan belajar mengajar yang dilakukan di PAUD Dharma Wanita. Selain itu, observasi juga dilakukan untuk mengetahui aturan-aturan yang ada serta menjelaskan tujuan dan proses yang dilakukan peneliti saat melaksanakan penelitian tindakan kelas.

Penelitian ini dilaksanakan dengan dua siklus, masing-masing siklus dilakukan sebanyak tiga kali pertemuan, dengan tahap perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Pada siklus I anak melakukan kegiatan gerak lokomotor. Siklus I pertemuan 1 dilakukan kegiatan berjalan di atas garis lurus. Siklus I pertemuan 2 dilakukan kegiatan lari bolak-balik dan lari zigzag. siklus I pertemuan 3 dilakukan kegiatan melompat tali.

Siklus II dilaksanakan sebanyak 3 pertemuan. Pada setiap pertemuan di siklus II di lakukan dengan kegiatan gerak lokomotor yang sama pada siklus I hanya saja berbeda pada media yang akan digunakan.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan pada siklus I dan II

menunjukkan motorik kasar anak dilihat dari tabel hasil motorik kasar siklus I mengalami peningkatan. Hal ini dapat dan siklus II pada tabel 1.

*Tabel 1. Hasil motorik kasar siklus I*

No	Nama	Aspek yang diamati									Rata-rata	Kriteria
		Keseimbangan (Pertemuan 1)			Kelincahan (Pertemuan 2)			Ketahanan (Pertemuan 3)				
		P1	P2	R	P1	P2	R	P1	P2	R		
1	AQ	3	2,5	2,75	3	3	3	3,5	3,5	3,5	3,08	C
2	AZ	3	3	3	3	3	3	3,5	3	3,25	3,08	C
3	CI	2	2	2	2,5	2	2,25	2,5	2	2,25	2,16	K
4	DHI	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	C
5	EX	4	4	4	4	4	4	4,5	4,5	4,5	4,16	B
6	GI	4	3,5	3,75	4	4	4	4	4	4	3,91	B
7	LI	3	2,5	2,75	3,5	4	3,75	4	3,5	3,75	3,41	B
8	PAU	3,5	4	3,75	4	4	4	4	4	4	3,91	B
9	RA	3	3	3	3	3	3	3,5	3,5	3,5	3,16	C
10	RE	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3,33	C
11	SHE	2,5	3	2,75	3	3	3	3	3	3	2,91	C
12	ZI	2	2,5	2,25	2,5	2,5	2,5	3	3	3	2,58	C
Rata-rata		3,00			3,20			3,47			3,22	C
Ketuntasan klasikal		25%			33%			41%			Meningkat	

Berdasarkan Tabel 1, secara umum pada siklus I memperoleh hasil bahwa motorik kasar terus meningkat, namun masih berada pada kriteria cukup (C) dengan nilai rata-rata 3,22 dan ketuntasan belajar 33%. Artinya, kemampuan motorik kasar anak pada aspek keseimbangan, kelincahan dan ketahanan belum berkembang dengan optimal, hal ini terbukti dari aspek keseimbangan anak belum mampu menyeimbangkan tubuh saat berjalan di atas garis lurus. Pada aspek kelincahan anak belum mampu bergerak secara cepat dan pada aspek ketahanan anak belum mampu melakukan lompatan secara berulang-ulang.

Dari hasil analisis data observasi pada aspek keseimbangan anak baru mencapai nilai rata-rata 3,00 dan berada pada kriteria cukup (C). Jika dilihat dari ketuntasannya memperoleh 25%. Pada aspek keseimbangan ini ada dua anak yang mendapat nilai dengan kriteria kurang (K), yaitu Ci dan Zi. Hal ini disebabkan pada saat melakukan kegiatan berjalan di atas garis lurus anak masih menundukkan kepala, kaki

anak terlalu tegang saat berjalan sehingga sulit untuk menyeimbangkan tubuhnya dan masih butuh bantuan guru. Anak yang memperoleh nilai dengan kriteria cukup (C) ada tujuh orang anak, yaitu : Aq, Az, Dhi, Li, Rai, Re, dan She. Artinya anak sudah dapat melakukan kegiatan berjalan di atas garis lurus tetapi anak masih ragu untuk melangkah memulai berjalan. Sedangkan anak yang memperoleh nilai dengan kriteria baik (B) ada tiga orang anak, yaitu Ex, Gi dan Pau. Artinya anak sudah mampu melakukan kegiatan berjalan di atas garis lurus dengan seimbang dan tanpa bantuan guru.

Pada aspek kelincahan anak baru mencapai nilai rata-rata 3,20 dan berada pada kriteria cukup (C). Jika dilihat dari ketuntasannya memperoleh 33%. Pada aspek kelincahan ini ada dua anak yang mendapat nilai dengan kriteria kurang (K), yaitu Ci dan Zi. Hal ini disebabkan kedua anak tersebut pada saat melakukan kegiatan berlari anak belum mampu berlari secara cepat, anak masih lambat melakukan perubahan arah, sehingga pada kegiatan

lari bolak-balik selama satu menit anak hanya mampu 4-6 kali lari bolak-balik dan masih butuh bantuan guru. Anak yang memperoleh nilai dengan kriteria cukup (C) ada enam orang anak, yaitu : Aq, Az, Dhi, Rai, Re, dan She. Artinya anak sudah dapat melakukan kegiatan lari bolak-balik dan lari zigzag tetapi ada beberapa aspek yang belum muncul. Sedangkan anak yang memperoleh nilai dengan kriteria baik (B) ada empat orang anak, yaitu Ex, Gi, Pau dan Li. Artinya anak sudah mampu melakukan kegiatan lari bolak-balik dan lari zigzag dengan baik dan tanpa bantuan guru.

Pada aspek ketahanan anak sudah mencapai nilai rata-rata 3,47 dan berada pada kriteria cukup (C). Jika dilihat dari ketuntasannya memperoleh 41%. Pada aspek ketahanan ini ada satu anak yang mendapat nilai dengan kriteria kurang (K), yaitu Ci. Hal ini disebabkan Ci masih ragu saat melompat tali sehingga Ci bukan melompat melainkan melangkah dan Ci belum mampu melompat tali hingga tali

terakhir, melainkan hanya mampu melompat 5 tali saja. Anak yang memperoleh nilai dengan kriteria cukup (C) ada lima orang anak, yaitu: Aq, Az, Dhi, Rai, dan She. Artinya anak sudah dapat melakukan kegiatan melompat tali, namun masih ada beberapa aspek yang belum muncul. Sedangkan anak yang memperoleh nilai dengan kriteria baik (B) ada lima orang anak, yaitu Ex, Gi, Pau, Li dan Re. Artinya anak sudah mampu melakukan kegiatan melompat tali hingga tali terakhir, tolakan kaki dan posisi kaki saat mendarat berhasil dilakukan dengan baik dan tanpa bantuan guru.

Berdasarkan hasil refleksi dan rekomendasi pada siklus I ini peneliti dan teman sejawat memerlukan perbaikan karena analisis data pada siklus I belum mencapai standar keberhasilan 75% sehingga perlu diperbaiki pada siklus II.

Hasil observasi siklus II dapat dilihat pada tabel 2.

*Tabel 2. Hasil Observasi Motorik Kasar Siklus II*

No	Nama	Aspek yang diamati									Rata-rata	Kriteria
		Keseimbangan (Pertemuan 1)			Kelincahan (Pertemuan 2)			Ketahanan (Pertemuan 3)				
		P1	P2	R	P1	P2	R	P1	P2	R		
1	AQ	3,5	4	3,75	4	4	4	4	4,5	4,25	4	B
2	AZ	3,5	4	3,75	4	4	4	4	5	4,5	4,08	B
3	CI	3	3	3	3,5	3	3,25	3	4	3,5	3,25	C
4	DHI	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	4	3,75	3,58	B
5	EX	4,5	4,5	4,5	5	4	4,5	5	4,5	4,75	4,58	BS
6	GI	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	4,5	5	4,75	4,58	BS
7	LI	4	4	4	4,5	4	4,25	4	5	4,5	4,25	B
8	PAU	4,5	4,5	4,5	5	4	4,5	4,5	5	4,75	4,58	BS
9	RA	3,5	3,5	3,5	4	4	4	4	5	4,5	4	B
10	RE	4,5	4,5	4,5	5	4	4,5	4,5	5	4,75	4,58	BS
11	SHE	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	4	3,75	3,58	B
12	ZI	3	3,5	3,25	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,5	3,41	C
Rata-rata		3,81			3,97			4,27			4,03	B
Ketuntasan klasikal		58%			66%			83%			Meningkat	

Berdasarkan Tabel 2, secara umum pada siklus II memperoleh hasil bahwa motorik kasar terus meningkat dengan rata-rata 4,03 berada pada kriteria baik (B). Rata-rata pada aspek keseimbangan 3,81 dengan ketuntasan klasikal 58%, pada aspek kelincahan 3,97 dengan ketuntasan klasikal 66% dan rata-rata pada aspek ketahanan 4,27 dengan ketuntasan klasikal 83%.

Dari hasil analisis data observasi pada aspek keseimbangan anak sudah mencapai nilai rata-rata 3,81 dan berada pada kriteria baik (B). Jika dilihat dari ketuntasannya memperoleh 58%. Pada aspek keseimbangan ini ada lima anak yang mendapat nilai dengan kriteria cukup (C), yaitu Ci, Dhi, Rai, She dan Zi. Artinya anak sudah dapat melakukan kegiatan berjalan di atas garis lurus tetapi anak masih ragu untuk melangkah memulai berjalan dan ada 7 anak yang memperoleh nilai dengan kriteria baik (B), yaitu Aq, Az, Ex, Gi, Li, Pau dan Re. Artinya anak sudah mampu melakukan kegiatan berjalan di atas garis lurus sambil menghitung langkah dengan seimbang dan tanpa bantuan guru.

Pada aspek kelincahan anak sudah mencapai nilai rata-rata 3,97 dan berada pada kriteria baik (B). Jika dilihat dari ketuntasannya memperoleh 66%. Pada aspek kelincahan ini ada empat anak yang memperoleh nilai dengan kriteria cukup (C), yaitu: Ci, Dhi, She dan Zi. Artinya anak sudah dapat melakukan kegiatan lari bolak-balik dan lari zigzag tetapi ada beberapa aspek yang belum muncul. Sedangkan anak yang memperoleh nilai dengan kriteria baik (B) ada delapan orang anak, yaitu Aq, Az, Ex, Gi, Li, Pau, Rai dan Re. Artinya anak sudah mampu melakukan kegiatan lari

bolak-balik dan lari zigzag dengan baik dan tanpa bantuan guru.

Pada aspek ketahanan anak sudah mencapai nilai rata-rata 4,27 dan berada pada kriteria baik (B). Jika dilihat dari ketuntasannya memperoleh 83%. Pada aspek ketahanan ini ada dua anak yang memperoleh nilai dengan kriteria cukup (C), yaitu: Ci dan Zi. Artinya anak sudah dapat melakukan kegiatan melompat tali, namun masih ada beberapa aspek yang belum muncul dan ada beberapa anak yang masih butuh bantuan guru. Anak yang memperoleh nilai dengan kriteria baik (B) ada 6 orang anak, yaitu: Aq, Az, Dhi, Li, Rai, dan She. Artinya anak sudah mampu melakukan kegiatan melompat tali hingga tali terakhir secara mandiri, namun ada beberapa aspek yang belum muncul. Dan ada 4 anak yang memperoleh nilai dengan kriteria baik sekali (BS), yaitu: Ex, Gi, Pau dan Re. Artinya kemampuan motorik kasar anak sudah berkembang dengan baik, anak mampu melompat tali setinggi 30 cm dan 40 cm hingga tali terakhir secara mandiri tanpa bantuan guru dan penempatan kaki, tolakan kaki serta cara mendarat dilakukan dengan sangat baik.

Berdasarkan hasil observasi pada tabel 2 dapat disimpulkan bahwa kemampuan motorik kasar anak melalui gerak lokomotor di kelompok B1 PAUD Dharma Wanita Kabupaten Bengkulu Tengah pada siklus II mendapatkan persentase 83% yang artinya sudah mencapai perkembangan yang diharapkan.

Kemudian dari hasil analisis data observasi siklus I dan siklus II, disajikan dalam tabel rekapitulasi hasil penelitian siklus I dan siklus II pada tabel 3.

*Tabel 3. Rekapitulasi Hasil Penelitian Siklus I dan Siklus II*

No.	Nama Anak	Komponen		Rata-rata keterangan
		Siklus I	Siklus II	
1.	AQ	3,08	4	Meningkat
2.	AZ	3,08	4,08	Meningkat
3.	CI	2,16	3,25	Meningkat
4.	DHI	3	3,58	Meningkat
5.	EX	4,16	4,58	Meningkat
6.	GI	3,91	4,58	Meningkat
7.	LI	3,41	4,25	Meningkat
8.	PAU	3,91	4,58	Meningkat
9.	RA	3,16	4	Meningkat
10.	RE	3,33	4,58	Meningkat
11.	SHE	2,91	3,58	Meningkat
12.	ZI	2,58	3,41	Meningkat
Rata-rata		3,22	4,03	<b>Meningkat</b>
Ketuntasaan Klasikal		41%	83%	

Berdasarkan tabel 3, hasil perbandingan peningkatan motorik kasar anak antara siklus I dan siklus II mengalami peningkatan yang baik. Siklus I rata-ratanya mencapai 3,22 sedangkan pada siklus II rata-rata mencapai 4,01 dan dapat dilihat dari hasil persentase ketuntasan klasikal keterampilan motorik kasar anak pada siklus I sebesar 41 % dan meningkat pada siklus II sebesar 83 %.

Sebelum diberikan perlakuan, rata-rata motorik kasar anak berada pada kriteria kurang. Kemudian setelah diberikan perlakuan, pada siklus I motorik kasar anak berada pada kriteria cukup dan pada siklus II berada pada kriteria baik.

Kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan motorik kasar anak adalah kegiatan gerak lokomotor yang berbeda pada setiap aspeknya. aspek keseimbangan dengan kegiatan berjalan di atas garis lurus dengan merentangkan kedua tangan sejauh 3 meter dan berjalan di atas garis lurus dengan posisi tangan dipinggang sejauh 3 meter, aspek kelincahan dengan kegiatan lari bolak-balik selama satu menit sejauh 3 meter dan lari zigzag melewati balok dan aspek ketahanan dengan kegiatan

melompat tali setinggi 30 cm dan melompat tali setinggi 40 cm.

Berdasarkan hasil observasi pada siklus I dan siklus II, maka diperoleh hasil peningkatan yang sedemikian rupa dari indikator yang sudah ditetapkan. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa melalui gerak lokomotor dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak pada kelompok B1 PAUD Dharma Wanita Kabupaten Bengkulu Tengah. Kegiatan yang melibatkan gerakan psikomotorik ini bisa membuat motorik kasar menjadi lebih berkembang, selain itu juga kemampuan motorik halus dapat mengikuti dari kemampuan motorik kasar tersebut (Aghnaita, 2017; Ananditha, 2017; Ensang Timuda, 2017; Gunawan, Fadlyana, & Rusmil, 2016; Iswantinegtyas & Wijaya, 2015; Lindawati, 2012; Romlah, 2017; Solihin, M.R.D., Anwar.F., Sukandar, 2013).

#### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa gerak lokomotor dapat meningkatkan motorik kasar anak yakni dengan cara memodifikasi dan mengkreasikan pada media permainan, pengelompokan anak,

waktu bermain dan jalur bermain. Di samping itu guru dalam kegiatan gerak lokomotor memberikan bimbingan kepada anak yang membutuhkan, memberikan contoh, dan memberikan motivasi berupa penguatan serta meningkatkan konsentrasi anak saat melakukan permainan, sehingga aspek keseimbangan, kelincahan, dan ketahanan mencapai kriteria baik. Pemberian motivasi kepada anak untuk selalu focus terhadap gerakan memberikan efek yang bagus juga.

#### **Saran**

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi ataupun acuan sebagai dasar penelitian berikutnya untuk meningkatkan motorik kasar anak bisa memberikan kegiatan gerak lokomotor modifikasi yang sesuai dengan lingkungan sekolah. Contohnya gerak lokomotor dengan memodifikasikan cara bermain, dan media bermain. Gerak lokomotor yang baik bisa meningkatkan kemampuan psikomotor anak. Oleh karena itu terdapat potensi untuk mengembangkan koreografi gerakan lokomotor yang lain agar anak tidak bosan dengan gerakan yang terlebih dahulu dipelajarinya.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aghnaita, A. (2017). Perkembangan Fisik-Motorik Anak 4-5 Tahun Pada Permendikbud no. 137 Tahun 2014 (Kajian Konsep Perkembangan Anak). *AL-ATHFAL : JURNAL PENDIDIKAN ANAK*. <https://doi.org/10.14421/al-athfal.2017.32-09>
- Ananditha, A. C. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Toddler. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. <https://doi.org/10.30651/jkm.v2i1.924>
- Aqib, Z., Diniati, E., Jaiyarah, S., & Khotimah, K. (2011). *Penelitian Tindakan Kelas Untuk Guru SD, SLB, dan TK*. Bandung: CV. Yrama Widya.
- Aulia, E. (2016). *Senam Pencak Silat Berpengaruh Terhadap Kecerdasan Kinestetik Kelompok B*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ensang Timuda, C. (2017). HUBUNGAN STATUS GIZI ANAK DENGAN PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR PADA ANAK USIA BAYI DAN BALITA (0-59 BULAN) DI PUSKESMAS PANDANWANGI MALANG. *Saintika Medika*. <https://doi.org/10.22219/sm.v10i2.4159>
- Gunawan, G., Fadlyana, E., & Rusmil, K. (2016). Hubungan Status Gizi dan Perkembangan Anak Usia 1 - 2 Tahun. *Sari Pediatri*. <https://doi.org/10.14238/sp13.2.2011.142-6>
- Hidayat, A. (2017). PENINGKATAN AKTIVITAS GERAK LOKOMOTOR, NONLOKOMOTOR DAN MANIPULATIF MENGGUNAKAN MODEL PERMAINAN PADA SISWA SEKOLAH DASAR. *JURNAL PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA*. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v2i2.8175>
- Iswantiningtyas, V., & Wijaya, I. P. (2015). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini Melalui Permainan Tradisional Gobak Sodor. *Jurnal PINUS*.
- Laely, K., & Yudi, D. (2015). PENGARUH PERMAINAN EGRANG TEMPURUNG KELAPA TERHADAP PENINGKATAN KECERDASAN KINESTETIK ANAK. *Empowerment*, 4(1), 32-41. <https://doi.org/10.22460/empowerment.v4i1p32-41.554>
- Lindawati. (2012). Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Perkembangan

Motorik Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Health Quality*.

Novitasari, R., Nasirun, M., & D., D. (2019). MENINGKATKAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK MELALUI BERMAIN DENGAN MEDIA HULAHOOP PADA ANAK KELOMPOK B PAUD AL-SYAFAQOH KABUPATEN REJANG LEBONG. *Jurnal Ilmiah POTENSIA*, 4(1), 6–12. <https://doi.org/10.33369/jip.4.1.6-12>

Romlah, R. (2017). Pengaruh Motorik Halus dan Motorik Kasar terhadap Perkembangan Kreatifitas Anak Usia Dini. *Tadris: Jurnal Keguruan Dan Ilmu Tarbiyah*. <https://doi.org/10.24042/tadris.v2i2.2314>

Setyawan, D. A., Hadi, H., & Royana, I. F. (2018). Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Di Tk Negeri Pembina Kota Surakarta. *Jurnal Penjakora*.

Solihin, M.R.D., Anwar.F., Sukandar, D. (2013). Kaitan Antara Status Gizi,Perkembangan Kognitif, Dan Perkembangan Motorik Pada Anak Usia Prasekolah. *Penelitian Gizi Dan Makanan*.

Sujiono, Y. N. (2011). *Konsep Dasar Pendidikan Usia Dini*. Jakarta: PT. Indeks.

Sujiono, Y. N., & Sujiono, B. (2010). *Bermain Kreatif Berbasis Kecerdasan Jamak*. Jakarta: Indeks.